

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по
познавательнo-речевому направлению развития воспитанников №119 «Кроха»**

Программа оздоровления

**г. Набережные Челны
2023 г.**

СОДЕРЖАНИЕ:

ВВЕДЕНИЕ

1. Актуальность программы, анализ исходного состояния.
 2. Цели и задачи программы, ожидаемые результаты.
 3. Основная часть:
 1. Оздоровление детей в ДОУ.
- Организация здорового ритма жизни и двигательной активности детей:
- Виды двигательной деятельности детей:
1. Утренняя гимнастика.
 2. Физкультурные занятия.
 3. Оздоровительные и музыкальные занятия.
 4. Динамические паузы, физкультминутки.
 5. Пробуждающаяся гимнастика
 6. Плавание
 7. Профилактическая гимнастика.
2. Медицинское обеспечение оздоровительной работы.
 1. Профилактическая работа.
 3. Вакцинопрофилактика.
 2. Закаливание детей.
 3. Организация рационального питания.
 4. Создание условий для оздоровительной работы с детьми.
 5. Работа с родителями.
 6. Работа с коллективом ДОУ.
 7. Показатели эффективности программы.

Актуальность программы, анализ исходного состояния:

Дошкольный возраст – важнейший период в развитии ребенка. Именно в этот период закладываются фундамент здоровья и долголетия, выносливости и сопротивляемости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды. Актуальность проблемы укрепления и сохранения здоровья дошкольников обусловлена еще и тем, что этот период постепенной подготовки ребенка к систематическому обучению в школе. От состояния здоровья, достигнутого уровня физического и психического развития, во многом зависит успешность обучения, работоспособность и адаптация ребенка к школьным нагрузкам. Однако теоретический анализ научно-методической литературы позволяет определить ряд проблем здоровья детей дошкольного возраста. Так, рассматривая проблемы сохранения здоровья детей в дошкольных образовательных учреждениях Б.Б. Егоров отмечает, что до поступления в детский сад выявляется 27,5% детей, имеющих проблемы со здоровьем, в 6 лет – 43,2%, в 7 лет – 58,3% - то есть больше чем в 2 раза. Нарушение осанки наблюдается до поступления в детский сад – 24,5 %, в 6 лет – 66,6%, в 7 лет – 86,4% - то есть в 3,5 раза. Исследования В.Г. Каменской, указывают на резкое увеличение числа детей с серьезными отклонениями в психической сфере. Таким образом, указанное выше позволяет определить первую проблему - это объективное ухудшение состояние здоровья детей. Не утешают результаты состояния здоровья детей, поступающих в детский сад. Причин роста патологии множество. Это плохая экология и несбалансированное питание, снижение двигательной активности, информационные и нейропсихические перегрузки. Возможность постоянного поиска путей укрепления здоровья детей, формирование у них основ здорового образа жизни, разностороннего развития двигательных способностей убеждает в том, что до настоящего времени в ДООУ не полностью реализуется оздоровительное влияние физического воспитания, естественных факторов природы на организм ребенка. Поэтому актуален поиск

новых средств сохранения и укрепления здоровья детей, с учётом материально-технического оснащения ДООУ, индивидуальных особенностей детей, профессиональной подготовки педагогов. Реально оказать влияние на здоровье в условиях ДООУ можно лишь через создание условий для сохранения, укрепления и развития здоровья детей, а также пропагандируя и внедряя здоровый образ жизни среди родителей воспитанников. ДООУ (морозные зимы, расположение котельной вблизи детского сада), показателей заболеваемости (повышенный рост простудными, бронхо-лёгочными заболеваниями в осенне-зимний период), ростом уровня детей с нарушением зрения (10%), осанки (25%), плоскостопия (20%) отсутствия специалиста по физической культуре, специально организованного зала для проведения занятий по физической культуре, спальных помещений (сон на раскладных кроватях в игровых комнатах), поэтому одним из сложных моментов в моей работе было определить: место, время и объём реализации той или иной технологии, а также профессиональную готовность воспитателей к их реализации.

Комплексный подход в воспитании здорового ребенка – дошкольника, включающий различные компоненты его физического, психического и социально-нравственного здоровья – в совокупности объединен в понятие «полноценное здоровье».

Основные принципы программы:

1. Принцип научности – подкрепление всех необходимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно-обоснованными и практически апробированными методиками.
2. Принцип активности и сознательности – участие педагогов и родителей в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
3. Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

Концепция программы

Здоровье детей дошкольного возраста социально обусловлено и зависит от таких факторов, как состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитания ребенка в семье, в образовательном учреждении. Значимыми факторами, формирующими здоровье детей, является система воспитания и обучения, включая физическое воспитание, охрану психического здоровья, а также организация медицинской помощи. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

Укрепление здоровья детей должно стать ценностным приоритетом всей воспитательно-образовательной работы ДООУ: не только в плане физического воспитания, но и обучения в целом, организации режима, лечебно-профилактической работы, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми, вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний, их валеологическое просвещение. Особенностью организации и содержания учебно-воспитательного процесса должен стать валеологический подход, направленный на воспитание у дошкольника потребности в здоровом образе жизни.

Цель программы:

Программа Здоровая « Кроха» направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи :

- сохранение и укрепление здоровья детей;
- формирование привычки к здоровому образу жизни ;
- профилактика нарушений опорно –двигательного аппарата ,зрения, простудных заболеваний;
- формирование потребностей в ежедневной двигательной деятельности;
- привития культурно-гигиенических навыков;

- оздоровление организма посредством приобретения навыка правильного дыхания;
- осознание и осмысление собственного «я» ,преодоление барьеров в общении, формирование коммуникативных навыков;
- развития внимания,сосредоточенности,организованности,воображения,фантазии,умения управлять своими поступками чувствами

Ожидаемые результаты

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияния образа жизни на состояние здоровья.
2. Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни.
3. Овладение навыками самооздоровления.
4. Снижение уровня заболеваемости , повышение посещаемости.

Оздоровление детей в ДОУ.

-Организация здорового ритма жизни и двигательной активности детей :

Основным психогигиеническим психопрофилактическим средством в ДОУ является рациональный оздоровительный режим. Режим дня в детском саду должен быть гибким.

Многие школы требуют, чтобы в первый класс пришли дети, умеющие читать, считать и писать. Дошкольные учреждения вынуждены строить программу обучения с учетом этих пожеланий. Ребенок уже в дошкольном детстве испытывает вредное воздействие гиподинамии (ограничение движения).Для компенсации недостаточной подвижности используются оздоровительные физические упражнения. Поэтому очень важно рационально организовывать режим в детском саду для того, чтобы дети как можно больше находились в движении. В результате физических нагрузок улучшаются функциональные показатели сердечно-сосудистой системы, ускоряется ее развитие, развивается и укрепляется мышечный аппарат, активнее работает дыхательная система, улучшается координация деятельности нервных центров, повышается

эмоциональный тонус. Занятие физической культурой улучшают процессы мышления, памяти, способствуют концентрации внимания, повышают функциональные резервы многих органов и систем организма.

Виды двигательной деятельности детей:

Утренняя гимнастика важна для закаливания организма, повышение работоспособности детей после сна и регулярной физической тренировки в целях совершенствования мышечного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной системы. Ее следует проводить при открытой форточке. Может проводиться в различной форме.



Традиционная утренняя гимнастика состоит из двигательных упражнений (различные виды ходьбы и бег), комплекса общеразвивающих упражнений для различных групп мышц, прыжков в чередовании с ходьбой, дыхательных упражнений и заключительной части (ходьбы).



Гимнастика с использованием различных предметов проводится обычно как традиционная утренняя зарядка, только дети выполняют упражнения с гимнастическими палками, обручами, флажками, султанчиками, лентами, мячами, мешочками и т.п.



Физкультурные занятия проводятся дважды в неделю: одно из них - в зале, одно - на улице. Перед занятиями в зале необходимо хорошо проветрить помещение и провести влажную уборку. Температура воздуха не должна превышать 18-20 градусов, так как при более высокой температуре механизмы физической терморегуляции не развиваются.



В процессе систематических физкультурных занятий растет тренированность организма ребенка, что способствует увеличению функциональных резервов адаптации. Положительный оздоровительный эффект возможен при соблюдении таких принципов, как постепенность, последовательность, повторность, и систематичность физических нагрузок. Обязательными для каждого занятия должны быть упражнения для улучшения осанки и развития гибкости позвоночника. В конце занятия проводится упражнения на расслабления мышц. Физкультурные занятия желательно проводить под музыкальное сопровождение, так как музыка способствует созданию положительно эмоционального настроения у детей и пробуждает их выполнять движения более слаженно и четко, что способствует повышению моторной плотности занятия.

Оздоровительные и музыкальные занятия проводятся во второй половине дня. Они имеют сюжетную основу и являются комплексными, объединяя музыку, физкультуру и речь. В роли организатора оздоровительных занятий может

выступать музыкальный руководитель, воспитатель или педагог по физическому воспитанию.

На музыкальных занятиях особое внимание уделяется развитию движений под музыку. Для этого используются ритмические, музыкально-дидактические, речевые, хороводные, музыкальные коммуникативные и пальчиковые игры, игры с пением.



На музыкальных занятиях особое внимание уделяется развитию движения под музыку. Для этого используются ритмические, музыкально-дидактические, речевые, хороводные, музыкальные и пальчиковые игры, игры с пением. Дети учатся выразительно и точно исполнять движения танцев под классическую и современную детскую музыку. Большое внимание на занятиях уделяется упражнениям на развития дыхания.

Пробуждающаяся гимнастика

после сна –ключ к пробуждению ребенка. Основная цель гимнастики после дневного сна- поднять настроение и мышечный



тонус детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений. Гимнастика не обходима для обеспечения детям плавного перехода от сна к бодрствованию ,подготовки к активной деятельности. Гимнастику начинают проводить с проснувшимися детьми, остальные присоединяются по мере пробуждения .

Комплекс оздоровительной гимнастики после дневного сна состоит из

нескольких частей:

- разминочные упражнения в постели;
- выполнение простого самомассажа (пальчиковая гимнастика);
- ходьба по «дорожке здоровья» (ходьба по массажным, ребристым дорожкам);
- игра в подвижные игры в помещении с контрастной температурой воздуха.



Общая длительность оздоровительной гимнастики после сна должна составлять не менее 10-15 мин. Длительность гимнастики в постели -около 2-3 мин.

Главное правило гимнастики после сна- исключить резкие движения, которые могут вызвать растяжения мышц , перевозбуждение, перепад кровяного давления и ,как следствие, головокружение.



Плавание обучение

плаванию составляет одну из важных задач

физического воспитания

дошкольников. Умение

плавать помогает

обеспечить безопасность ребенка на воде.

Регулярные занятия

плаванием оказывают

положительное воздействие на развитие моторики ,укрепление здоровья детей.

Плавание является средством для формирования правильной осанки,



предупреждает развитие

плоскостопия и закаляет

организм дошкольников

.Систематические занятия

плаванием способствуют

совершенствованию

терморегуляторной функции

детского организма. Ребенок, приученный к купанию и плаванию в прохладной

воде, реже простуживается. Плавание полезно для развития дыхательной

мышкулатуры и органов дыхания.

Плавание способствует развитию всех основных групп мышц , в том числе

мышцы стопы, шеи, кисти и пальцев, спины, живота.



Задачи исследование

изучить степень заболеваемости,

формирование правильной осанки,

способы профилактики

плоскостопия у детей,

систематически занимающихся плаванием.

- выявить заболеваемость группы детей ,занимающихся и не занимающихся плаванием; число пропущенных дней из —за болезней, виды болезней;
- выявить знания, имеющаяся у детей об охране и укреплении здоровья человека, приемы приучения детей беречь свое здоровья;
- определить состояние осанки и стопы у детей, занимающихся плаванием;
- разработать специальные физические упражнения для укрепления мышц стопы и формирования правильной осанки дошкольников (на суше и воде).



Динамические паузы — это паузы, наполненные разнообразными видами двигательной активности. Это паузы в учебной или трудовой деятельности. Предназначены для предупреждения утомления и снижения работоспособности.

Проводятся во время занятий, требующих от детей усидчивости и умственного напряжения (занятий по математике, развитию речи, ИЗО-деятельности). Дети под воздействием длительного статического напряжения опускают плечи, горбятся, что приводит к нарушению осанки, замедлению кровообращения. Все это негативно отражается на здоровье дошкольников. Снять помогут динамические паузы. К ним относятся физкультминутки, логоритмическая гимнастика, пальчиковые и телесные игры.

Физкультминутки



Проводятся с целью снижения утомления и повышения умственной работоспособности детей на занятиях. Физкультурная минутка состоит из 3-4 упражнений для больших групп мышц (рук, ног, плечевого пояса, туловища), активизирующих дыхание и кровообращения.

Логоритмическая гимнастика

Одна из форм активного отдыха для снятия напряжения после продолжительной работы в положении сидя. Выполняется по музыку, чтение стихотворения или пение детей и педагога. Логоритмические упражнения объединяются в комплексы общеразвивающих упражнений, в которых задействованы все группы мышц.



Пальчиковые игры

Помогают развивать у ребенка мелкую моторику, координацию движений и внимание, активизировать речевые навыки, память и мышление.

Профилактическая гимнастика проводится с целью повышения функциональных возможностей организма, работоспособности и восстановления здоровья. Мы предлагаем включать разнообразные упражнения профилактической гимнастики – так называемые «минутки здоровья», которые можно провести во время занятий, перед прогулкой, приемом пищи, началом утренней гимнастики или игровой деятельности, т.е. в каждую свободную минутку. Продолжительность всего 2-3 минуты, а оздоровительный эффект очень большой. Желательно, чтобы «минутки здоровья» сопровождались легко запоминающимися стихами.

«Минутки здоровья» включают в себя массаж, самомассаж, дыхательную гимнастику, упражнение на растягивание позвоночника.

Массаж и самомассаж



Система приемов дозированного механического воздействия на кожу и подлежащие ткани тела человека. Способ саморегуляции организма, один из приемов регулирования кровотока. Детей учат выполнять поглаживающие, разминающие, постукивающие, похлопывающие

движения в направлении кровотока -от периферии к центру.

Гимнастика для глаз

Целью проведения зрительной гимнастики -является формированию у детей дошкольного возраста представлений о необходимости заботы о своем здоровье, о важности зрения, как составной части сохранения и укрепления здоровья



Зрительная гимнастика используется ;

- для улучшения циркуляции крови и внутриглазной жидкости глаз;
- для укрепления мышц глаз;
- для улучшения аккомодации(это способность глаза человека хорошему качества зрению разных расстояниях).



К
на

Гимнастика для глаз улучшает кровоснабжения глазных яблок,

нормализует тонус глазодвигательных мышц, способствует быстрому снятию зрительному утомлению. Зрительную гимнастику необходимо проводить регулярно 2-3 раза в день по 3-5 минут.

Дыхательная гимнастика



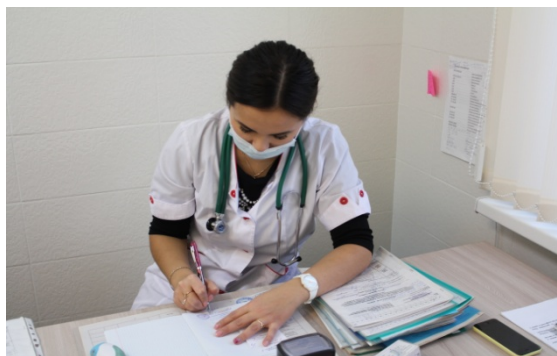
способствует нормализации дыхания, укрепляет дыхательную мускулатуру, предупреждает застойные явления в легких, удаляет мокроту. Статические дыхательные упражнения выполняются без движения конечностей и туловища.

Динамические дых упражнения сочетаются с различными движениями.

Дыхательные упражнения выполняются от 2-5 мин. Заниматься можно стоя ,сидя и лежа на спине.

Медицинское обеспечение оздоровительной работы.

Вся оздоровительная работа в ДОУ находится под контролем медицинских работников, так как забота о здоровье и эмоциональном благополучии детей имеет первостепенное значение для всестороннего развития каждого ребенка.



Врач дважды в год проводит полное обследование детей, регулярно осуществляет профилактические медицинские осмотры, по результатам которых составляет диагностическую медицинскую карту ребенка. Врач изучает традиционные и новые методики, направленные на профилактику ОРЗ.

Профилактическая работа

Профилактика гриппа

- Полоскание зева настоями антисептических трав (шалфеем, календулой, ромашкой и др.)- ежедневно после еды на период эпидемии.
- Аэрация групп мелко нарезанным чесноком и луком -ежедневно на период эпидемии.
- Аскорбиновая кислота для детей с 3 лет-1драже 2 раза в день в течение 15 дней.
- Оксолиновая мазь (для детей подготовительной группы)-ежедневно 2 раза в день перед прогулкой.
- Ношение медальона со свежими дольками чеснока - ежедневно.



Вакцинопрофилактика

На сегодняшний день вакцинопрофилактика является наиболее эффективным способом предотвращения различных инфекционных заболеваний.

Для защиты населения от опасных инфекционных заболеваний введен



национальный календарь профилактических прививок. Для полноценной эффективной защиты организма необходимо пройти полный курс вакцинаций согласно этому календарю. К вакцинации допускаются только здоровые дети. Перед прививкой ребенка осматривает педиатр, который разрешает или запрещает вакцинацию. Некоторым детям требуются подготовка к вакцинации: прием антигистаминных препаратов до, во время и после прививки. Дети, перенесшие ОРЗ, допускаются к вакцинации не ранее, чем через 14 дней после болезней.

В целях раннего выявления туберкулеза детей:

- плановая ежегодная туберкулинодиагностика;
- периодические (флюорографические)осмотры.

Пробу Манту проводят 1 раз в год всем лицам, независимо от результата предыдущих проб.

Закаливание детей


Под руководством медицинских работников проводятся мероприятия по закаливанию детей. Закаливание повышает сопротивляемость организма инфекционным заболеваниям, способствует ускорению обмена веществ, оказывает благотворное влияние на психосоматическое состояние ребенка.

В детском дошкольном учреждении используют методы закаливания, абсолютно безвредных для всех детей. Обязательное условие закаливание-соблюдение принципов постепенности и систематичности. Эффект в снижении острой заболеваемости проявляется через несколько месяцев после начало процедур, а стойкий эффект - через год.

Противопоказанием к закаливанию служат острые инфекционные заболевания, повышение температуры тела, негативное отношение ребенка, ряд заболеваний(врожденные пороки сердца, эпилепсия, постгипоксическая энцефалопатия, ревматизм и диабет в семейном анамнезе).

Методы закаливания детей дошкольного возраста

Факторы закаливания	Характер действия	Методы
Воздух	Температурное воздействие на организм (на кожные покровы, легкие и другие органы и системы)	<ul style="list-style-type: none">• Прогулки в любую погоду в соответствующей сезону одежде.  <ul style="list-style-type: none">• Дневной сон при открытой форточке.• Воздушные ванны перед дневным сном и после него.• Хождение босиком по полу и «дорожкам здоровья» не менее 15 мин в день.• Дозированное хождение босиком по земле в летний период.• Занятия в группе в облегченной одежде при температурном режиме не выше 18-

		<p>20 градусов.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Утренняя гимнастика в облегченной одежде при открытой форточке. • Контрастные воздушные ванны, принимая которые дети после сна несколько раз перебегают из прохладного помещения в более теплое под музыкальное сопровождение с увеличением разницы температур от 3 до 15градусов(по Ю.Ф.Змановскому).
Вода	Температурное воздействие на организм и раздражающее влияние веществ, растворенных в воде, на кожу, дыхательную и другие системы	<ul style="list-style-type: none"> • Умывание и другие гигиенические процедуры. • Мытье рук холодной водой до локтя. • Полоскание горла прохладной водой после приема пищи. • Влажное обтирание с последующим полосканием полости рта холодной водой после обеда. • Влажное обтирание с последующим растиранием махров полотенцем. • Контрастное обтирание горячей и холодной махровой варежкой и последующим растиранием полотенцем. • Обливание ног холодной водой. • Плавание в бассейне.  <ul style="list-style-type: none"> • Контрастный душ.
Солнце	Общее температурное воздействие на организм и влияние ультрафиолетовой и инфракрасной частей спектра солнечного излучения	<ul style="list-style-type: none"> • Световоздушные ванны. • Солнечные ванны. • Отдых в тени.

Организация рационального питания.

Для обеспечения правильного питания необходимы наличие в пище всех нужных ингредиентов ,рациональные режим питания и распределение



пищи по калорийности в течение дня. Недостаток в питании детей раннего возраста белка, йода, витамина А, фолиевой кислоты, кальция, железа приводит к задержке в развитии, анемии, снижению иммунитета, что сказывается на здоровье в дальнейшем. Здоровье питания детей должно удовлетворять энергетические потребности организма, связанные с физическим развитием.

Обогащенная белком и витамином С пища повышает защитные силы организма к воздействию вредных факторов. В рацион целесообразно включать ежедневно растительное

масло, являющееся

носителем

полиненасыщенных жирных

кислот, которые регулируют

окислительные процессы в

организме. Один из

источников этих кислот -

рыбий жир, поэтому в питание детей желательно включать жирную рыбу (палтус, мойва, окунь, сельдь, килька и др.)

В рацион дошкольников должны входить в большом объеме растительные волокна и клетчатка, так как балластные вещества являются физиологически важными элементами пищи наряду с нутриентами (белками, жирами, витаминами, углеводами, микроэлементами) .

Для восполнения дефицита витаминов обязательно включать в рацион свежие овощи, фрукты, соки, а также

продукты, обладающие

радиопротекторными

свойствами (защищающими

от радиации), к которым

относятся красная столовая

свекла, облепиха,

черноплодная рябина,

шиповник, черника, клюква. Дефицит натуральных фруктов в детском питании



можно восполнить за счет сухофруктов, из которых готовят компоты, кисели, десерты сахаром и сметаной, добавляют их в каши, запеканки, пудинг. На полдник вместо сока или молочных продуктов можно подать витаминные напитки из ягод. В зимний период в суп добавляют мелко нарезанный свежий лук или чеснок. Сырые салаты с растительным маслом следует подавать перед едой, а не вместе со вторым блюдом.

Сбалансированное питание можно представить в виде пирамиды :



Традиционно в детском саду 4-разовое питание. Меню составляет школьное питание на неделю.



Создание условий для оздоровительной работы с детьми

Рассматривается с позиций медицинской экологии. Экология-наука, изучающая взаимоотношение живых организмов между собой и окружающей средой.

Медицинская экология рассматривает проблемы влияния факторов внешней среды на здоровье человека. В детском саду создаются комфортные условия для

детей с учетом положительного воздействия на здоровье цвета, света, растений, развивающей среды.

Светотерапия

Правильно подобранный световой климат ДООУ оказывает положительное воздействие на детей, сохраняет зрение, выявляет художественную выразительность интерьера.

Окна должны пропускать как можно больше солнечного света, поэтому в детском саду плотные шторы целесообразно повесить только в спальне, а в остальных помещениях окна можно декорировать легкими прозрачными тканями.

Цветотерапия

Цвет - важнейший элемент интерьера. Именно гармоничное сочетание красок в окружающей ребенка обстановке лежит в основе его комфортного существования.

Цвет воздействует на эмоциональный настрой человека независимо от того, ощущает ли это сам человек. Цветовая окраска стен и мебели зависит от естественной и искусственной освещенности помещения.

Музыкотерапия

Музыка воздействует в первую очередь на эмоциональную сферу человека. Музыка воздействует через звуки ритмическую организацию, поэтому в данном случае она выступает регулятором жизненных ритмов (пульса дыхания, моторики). При использовании музыки следует помнить об особенностях воздействия характера мелодии, ритма и громкости на психическое состояние детей.

Создание микроклимата

Создание комфортного психологического микроклимата является одним из главных направлений в работе с детьми. Каждый педагог (воспитатель, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре,

психолог) должен включать в свою работу игры и упражнения на развития эмоциональной сферы и игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций.

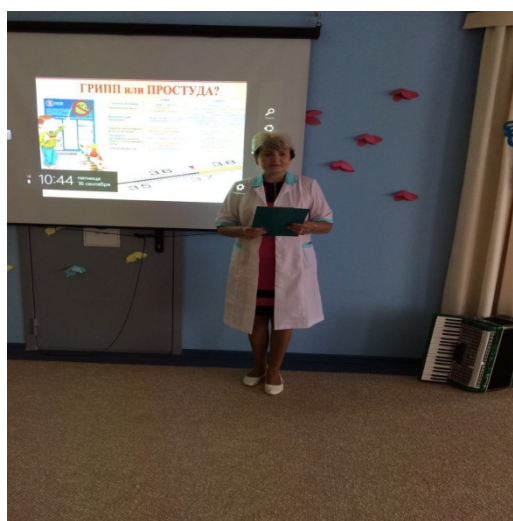
Организация развивающей среды

В каждой группе создается уголок здоровья, в котором находится оборудование для самостоятельных занятий спортом: самодельные тренажеры для коррекции зрения и развития дыхания, «дорожки здоровья», игры по закреплению знаний о строении человеческого тела и ОБЖ. Для оздоровления воздушной среды используются облучатели - рециркуляторы бактерицидные (передвижные). Мебель подбирается по росту детей.

Работа с родителями

Формы работы с родителями

- Пропедевтическая : анкетирование родителей (психолог), собеседование, наблюдение (воспитатели)
- Просветительская : наглядная агитация (стенды, санбюллетени, памятки, папки – передвижки(воспитатели, инструктор по физ.воспитанию, медсестры), осмотр узкими специалистами с детской поликлиники, показ открытых познавательных, оздоровительных, физкультурных, музыкальных занятий (педагоги ДОУ)
- Индивидуальная : консультации, тренинги, беседы с не большой группой родителей (педагоги и мед. работники ДОУ)
- Перспективное планирование: совместное обсуждение планов на будущее (старший воспитатель), анкетирование (психолог), проведение опроса (воспитатели).



После перехода выпускников детского сада в школу работу по оздоровлению детей необходимо продолжить. Для этого педагоги ДОУ и школы должны поддерживать связь. Проводиться совместные праздники здоровья, игровые программы ,спортивные состязания, в которых участвуют дошкольники и ученики школ младших классов.

Работа с коллективом ДОУ

Программа "Здоровая «Кроха» станет эффективной, если весь коллектив ДОУ поймет ее основные положения и осознает, что при систематическом выполнении ее требований можно действительно достичь больших результатов в укреплении физического и психического здоровья детей. Для этого необходимо организовать следующую работу с персоналом: ознакомление с теоретическими основами программы (педсовет, семинар – презентация). Овладение методикой работы и новыми оздоровительными технологиями (практикумы, деловые игры, семинары - практикумы, консультации). Создание условий и необходимой материально-технической базы. Внедрение программы в педагогический процесс. Обучение здоровьесберегающим технологиям младших воспитателей (тренинги, практикумы, групповые консультации). Создание здорового климата в педагогическом коллективе. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров. Показ результатов (открытые мероприятия - занятия, досуги, праздники, выступления на педсоветах, обобщение опыта педагогов, выставка персональных педагогических достижений, наглядных пособий и т. д). Анализ результатов работы.

Показатели эффективности программы

- Снижение заболеваемости (динамике).
- Повышение уровня физической подготовленности (прирост показателей развития физических качеств в динамике).
- Успешное развитие основных психических процессов (по тестированию психолога)
- Стабильность функциональных показателей организма во всех сезонных периодах
- Использование полученных знаний и сформированных умений в повседневной жизни.

