

Принято
На педагогическом совете
Протокол №1 от 26 августа 2021г.



Программа оздоровительной работы
МБДОУ «Турлатовский детский сад» на 2021-2022 учебный год

Пояснительная записка

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Очень важной, составной частью гармоничного развития личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование таких методов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды. Использование разнообразных форм двигательной активности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка.

Цель: Укрепление здоровья детей, применение эффективных методик и технологий оздоровления детей в условиях дошкольного учреждения и семьи. Содействие гармоничному физическому развитию и создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Задачи:

- сохранение и укрепление здоровья детей.
- формирование привычки и здорового образа жизни.
- создание условий для обеспечения психологической безопасности личности ребенка.
- улучшение физического развития детей.
- формирование у детей жизненно необходимых двигательных умений и навыков в различных видах деятельности.
- повысить функциональные и адаптационные возможности организма детей за счет внедрения здоровьесберегающих технологий.
- объединить усилия сотрудников и родителей для эффективной организации оздоровительной работы.

Законодательно-нормативное обеспечение Программы.

1. Конституция Российской Федерации.
2. Закон Российской Федерации «Об образовании».
3. Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений, утв. приказом Минздрава России от 04.04.2003 №139.
4. Письмо Минобрнауки России от 22.04.2009 № 2 03-768 «О медицинском обслуживании детей в дошкольных образовательных учреждениях».
5. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы Сан ПиН.
6. Типовое положение о дошкольном образовательном учреждении.
7. Устав образовательного учреждения

Принципы:

- научность – подкрепление всех проводимых мероприятий по укреплению здоровья научно обоснованными методиками.
- непрерывность и целостность – вся работа по оздоровлению детей должна проводиться в комплексе и системе всего учебно-воспитательного процесса.
- принцип систематичности и последовательности - постепенный, системный подход к подаче материала, к решению тех или иных возникающих проблем.
- доступности – использовании здоровьесберегающих технологий в соответствии возрастными особенностями детей.
- активности – участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников.

Практической основой программы является, мониторинговая деятельность коллектива направленная на анализ состояния здоровья участников педагогического процесса, факторов, влияющих на состояние здоровья; выявление проблем, касающихся здоровья участников педагогического процесса и поиск их решения.

Основные участники реализации Программы

- Воспитанники дошкольного образовательного учреждения
- Педагогический коллектив образовательного учреждения.
- Родители (законные представители) детей посещающих ДООУ.

Ожидаемые результаты

у детей:

- повышения уровня здоровья;
- повышения адаптивности к неблагоприятным факторам внешней среды;
- сформированность основ здорового образа жизни, полезных привычек, навыков самооздоровления;
- осознание своей жизни в определенном социуме, защита, эмоциональный комфорт;

у педагогов:

- осознание необходимости создания таких условий для развития детей, которые помогут им, расти здоровыми и гармонично развитыми;

у родителей:

- необходимый запас знаний, который поможет в вопросах- что, как, когда и почему надо делать с ребенком, чтобы обеспечить его здоровье и полноценное развитие.

Основные направления Программы

1. Валеологическое образование детей, персонала, родителей
2. Комплексная диагностика.
3. Организация рационального питания.
4. Комплексная физкультурно-оздоровительная работа
5. Комплекс психогигиенических мероприятий
6. Консультативно-информационная работа.

Информационно-аналитическая справка.

Дошкольное образовательное учреждение расположено по адресу: 390511 Рязанская область, Рязанский район, д. Турлатово, улица Новая дом №10 «А». Занимает отдельно стоящее здание.

Ближайшее окружение – МБОУ «Турлатовская средняя школа».

Участок озеленен, имеет спортивную площадку.
Учреждение постоянно работает над укреплением материальной базы. Ежегодно во всех помещениях проводится косметический ремонт. Методический кабинет укомплектован педагогической, методической, художественной литературой, программным материалом.

Дошкольное образовательное учреждение имеет:

- физкультурно-музыкальный зал;

- спортивная площадка;

- медицинский кабинет;

- процедурный кабинет;

Количество детей посещающих детский сад всего 103 человека.

Количество групп (детей в детском саду по возрастам):

- Первая младшая группа – 9 человек.

- Вторая младшая группа -14 человек.

- Средняя группа – 18 человек.

- Старшая группа №1 -20 человек.

- Старшая группа №2 -18 человек

- Подготовительная группа – 24 человека.

- 6 групп для детей дошкольного возраста, общеразвивающей направленности.

Детский сад работает по режиму- с 7.00 до 19. 00 ч.

Общеобразовательная программа, реализуемая в ДОУ:

- основная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» М. А. Васильева, В. В. Гербова, Т. С. Комарова., с использованием ряда парциальных программ.

Основными принципами работы коллектива детского сада являются:

1. Уважение к свободе и достоинству каждого ребенка;
2. Создание условий для развития индивидуальности;
3. Обеспечение атмосферы психологического комфорта для дошкольников;
4. Учет возрастных и индивидуальных особенностей детей;

Основными задачами коллектив считает:

1. Охрану и укрепление здоровья детей;
2. Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
3. Формирование жизненно-необходимых двигательных умений и навыков;
4. Воспитание потребности в здоровом образе жизни; обеспечение физического и психического благополучия.

Вся работа детского сада по физическому воспитанию строится с учетом физической подготовленности детей, и имеющихся отклонений в состоянии здоровья, и опирается на результаты комплексного обследования дошкольников, результаты диагностики уровня их физического развития. Педагоги и медицинский персонал работают в тесном контакте.

Особое значение в воспитании здорового ребенка придается развитию движений и физической культуры на специальных занятиях. В каждом возрастном периоде они имеют разную направленность. На них педагоги добиваются высокой двигательной активности посредством использования поточного способа выполнения основных или общеразвивающих упражнений. На занятиях применяется частая смена деятельности с разной физической нагрузкой.

Педагоги дошкольного учреждения в своей работе применяют инновационные здоровьесберегающие технологии. Они умело, в занимательной форме дают детям представления о здоровом образе жизни. Проводятся интересные беседы о важности гигиенической культуры. Педагогическим коллективом определены факторы образовательной среды, особо значимые для сохранения здоровья. В течение последних лет в ДОУ наблюдается тенденция увеличения часто и длительно болеющих детей.

Оздоровительная работа

Мероприятия	Периодичность	Ответственный
Осмотр детей специалистами.	Ежедневно	Специалисты поликлиники №2, мед. сестра
Диспансеризация (все группы) распределение по группам здоровья.	В течение года	Мед. сестра
Медицинское наблюдение за состоянием здоровья детей с регистрацией его результатов.	В течение года	Мед. сестра.
Прием детей после длительного отсутствия и любого заболевания только при наличии справки от педиатра.	Ежедневно	Мед. сестра.
Соблюдение санитарно-гигиенических норм.	Ежедневно	Мед. сестра
Организация питьевого режима	Ежедневно	Воспитатели групп.
Полоскание ротовой полости водой комнатной температуры после еды (все группы)	Сентябрь- май.	Мед. сестра, воспитатели групп.
Облучение воздуха рециркулятором (все группы)	Ежедневно.	Мед. сестра, воспитатели групп.
С- витаминизация 3-го блюда.	Сентябрь-май.	Мед. сестра.
Введение в рацион лука, чеснока (во время обеда)	Ежедневно.	Младшие воспитатели. Воспитатели групп.
Введение в рацион фруктов и овощей	Ежедневно.	Вос-ли групп.. Вос-ли групп..
Сквозное проветривание групп в отсутствие детей.	Ежедневно.	Воспитатели групп.
Прогулки (по показаниям СанПиНа)	Ежедневно	Воспитатели групп.

Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатели групп.
Хождение босиком.	Ежедневно.	Воспитатели групп.
Бодрящая гимнастика после дневного сна (все группы).	Ежедневно.	Воспитатели групп.
Дыхательная гимнастика в процессе непосредственно образовательной деятельности (НОД) и в режимных моментах (вторая младшая, средняя, старшая, подготовительная группы)	Ежедневно.	Воспитатели группы.
Дыхательные упражнения в процессе НДО и в режимных моментах (группа раннего возраста)	Сентябрь – май.	Вос-ли.
Физкультурно-оздоровительная деятельность на свежем воздухе (в теплое время года)	По расписанию.	Вос-ли групп.
Физкультурно – оздоровительная деятельность в спортивном зале (в холодное время года)	По расписанию.	Вос-ли групп.
Оздоровительные игры (все группы)	Ежедневно.	Воспитатели групп.
Гимнастика для глаз (все группы)	Ежедневно.	Воспитатели групп.
Релаксационные упражнения (все группы)	В течение года.	Воспитатели групп.
Гибкий режим.	В течение года.	Воспитатели групп, мед.сестра
Организация полноценного дневного сна (спокойная тихая музыка; колыбельные песни)	Ежедневно.	Воспитатели групп.
Физкультминутки в процессе НОД (все группы)	Ежедневно.	Воспитатели групп.
Динамические паузы между НОД. (все группы)	Ежедневно.	Воспитатели групп.
Закаливание воздушное.	Июнь-август (с учетом погоды)	Воспитатели групп.
Солнечное закаливание (все группы)	Июнь-август.	Воспитатели групп.
Умывание холодной водой после сна (старшая, подготовительная группы)	Июнь-август.	Воспитатели групп.
Пальчиковая гимнастика (все группы)	Сентябрь- май. Ежедневно.	Воспитатели групп.

Самостоятельная двигательная активность детей (все группы) Определение уровня физического развития (все группы)	Ежедневно. 2раза в год.	Воспитатели групп. Мед.сестра
--	----------------------------	----------------------------------

Формы работы с родителями

- Беседы (индивидуальные, коллективные).
- Встречи со специалистами, (медсестрой, инструктором по физическому воспитанию, музыкальным руководителем, учителем логопедом).
- Наглядная агитация.
- Анкетирование, тестирование родителей.
- Показ открытых познавательных, оздоровительных, физкультурных, музыкальных занятий.
- Консультативная индивидуальная помощь (по запросам родителей).
- Совместное обсуждение проблем на родительских собраниях в виде диспутов, деловых игр, КВНов, викторин, круглых столов, дискуссионных клубов.
- Памятки, рекомендации, советы.

Работа с педагогами

- Повышение квалификации педагогических и медицинских работников.
- Профилактика «эмоционального выгорания» педагогов.
- Создание условий и необходимой материально-технической базы.
- Подбор методического материала (картотеки игр, динамических пауз, минуток здоровья и т.д.)
- Открытые занятия.
- Взаимопосещения.
- Открытые просмотры и показы с использованием оздоравливающих технологий.
- Оказание консультативной помощи всем участникам образовательного процесса, родителям воспитанников по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников.
- Анализ результатов работы.

Программно - методическое обеспечение:

1. Физическая культура в детском саду (младшая группа). Л.И.Пензулаева «МОЗАИКА – СИНТЕЗ», 2015 г.
2. Физическая культура в детском саду (средняя группа) Л.И.Пензулаева «МОЗАИКА – СИНТЕЗ», 2015 г
3. Физическая культура в детском саду (старшая группа). Л.И.Пензулаева «МОЗАИКА – СИНТЕЗ», 2015 г
4. Физическая культура в детском саду (подготовительная группа). Л.И.Пензулаева «МОЗАИКА – СИНТЕЗ», 2015 г
5. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет).

- Л.И. Пензулаева «Владос», 2002 г.
6. Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни. М.Ю. Стожарова, И.А. Гаврилова, р.с. Краснова, «Сфера», 2013 г.
 7. Спортивные игры для детей. О.Е.Громова, «Сфера», 2008 г.
 8. Народные игры в детском саду. Л.А. Лямина, «Сфера», 2009 г.
 9. Веселые игры на свежем воздухе для детей и родителей. Е.Л.Ковалева, «Дом XXI век», 2006 г.
 10. Детские олимпийские игры. Л.А.Соколова, «Учитель». 2014 г.
 11. Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя гимнастика для детей 5-7 лет. Е.А. Алябьева «Сфера», 2016 г.
 12. Физическая культура - дошкольникам. Средний возраст. Л.Д.Глазырина «Владос», 2001 г.
 13. Физкультурные минутки: материал для проведения физкультурных пауз. О.В.Узорова, Е.А. Нефедова, «Астрель», 2007 г.
 14. Физкультминутки. С.А.Левина, С.И. Тукачева «Учитель», 2011 г. (выпуски 1,2)
 15. Сценарии оздоровительных досугов для детей 3-4 лет. М.Ю. Картушина, «Сфера», 2005 г.
 16. Беседы о здоровье. Т.А. Шорыгина, «Сфера», 2008 г.
 17. Страна пальчиковых игр: развитие мелкой моторики. Л.М. Диченскова, «Феникс», 2012 г.
 18. Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников. Е.С. Анищенкова, «Астрель», 2009 г.
 19. Играем пальчиками - развиваем речь. В.В. Цвынтарный, «Лань», 1996 г.
 20. Игры- усыплялки, игры -присыпалочки. Комплекс успокаивающего массажа и пальчиковой гимнастики. А. Хвостовцев, «Новосибирск», 2010 г.
 21. Развивающие игры, упражнения, задачи для дошкольников. Д.Орлова, «Прайм-Еврознак», 2007 г.
 22. Игры и развлечения детей на свежем воздухе. Т.И. Осокина, «Просвещение», 1983 г.
 23. Подвижные игры и игровые упражнения с детьми 3-5 лет. Л.И. Пензулаева, «Владос», 2001 г.
 24. Бодрящая гимнастика для дошкольников. Т.Е.Харченко, «Детсво- пресс», 2011 г.