

ПРИНЯТО:

на педагогическом совете
Протокол № 4 от
« 28 » мая 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО:

приказом заведующего МБДОУ
«Детский сад №7»
от «31» мая 2021 г. № 103а
/ В.Л. Анисимова



ПРОГРАММА

муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад №7» г.Харовска
**«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ
ДЕТСКИЙ САД»**
на **2021 – 2024** годы

Программа «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ ДЕТСКИЙ САД»

Пояснительная записка

Здоровье населения является важным показателем социального благополучия, нормального экономического функционирования общества, важнейшей предпосылкой национальной безопасности страны.

Жизнь ставит перед нами много проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Сегодня уже ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что формирование здоровья – не только и не столько задача медицинских работников, сколько психолого-педагогическая проблема. Стало очевидно, что без формирования у людей потребности в сохранении и укреплении своего здоровья, эту задачу не решить.

Исследованиями отечественных и зарубежных ученых давно установлено, что здоровье человека лишь на 7-8 % зависит от успехов здравоохранения и на 50 % от образа жизни.

В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребёнка, социально-экономическое состояние семьи, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счёте – отношение государства к проблемам здоровья.

Состояние здоровья детей в настоящее время вызывает особую озабоченность в государстве и обществе. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН, за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет лишь около 10% от контингента детей, поступающих в школу.

Именно разработка этой программы привела коллектив детского сада к необходимости переосмысления работы с дошкольниками в сфере не только физического воспитания, но и обучения в целом, организации режима, лечебно-профилактической работы, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми.

Также при разработке программы мы исходим из понимания того, что здоровье человека включает несколько взаимозависимых и взаимообусловленных аспектов. Это физический, интеллектуальный, эмоциональный, социальный, личностный и духовный аспекты здоровья.

Под *физическим аспектом* здоровья понимается то, как функционирует наш организм, здоровье всех его систем.

Под *интеллектуальным* – как мы получаем информацию, знание того, где можно получить важную информацию и как пользоваться уже полученной информацией.

Эмоциональный аспект здоровья означает понимание своих чувств и умение выразить их.

Социальный аспект здоровья подразумевает осознание себя в качестве личности мужского или женского пола и взаимодействие с окружающим.

Личностный аспект здоровья означает то, как мы осознаём себя в качестве личности, как развивается наше «я», чего мы стремимся достичь, и что каждый понимает под успехом.

Духовный аспект здоровья - суть нашего бытия, то, что действительно важно для нас, то, что мы более всего ценим.

В ДОУ созданы определённые условия для охраны и укрепления здоровья детей, их физического и психического развития. Это традиционные формы и методы оздоровительной и лечебно-профилактической работы с детьми.

В ДОУ есть: физкультурный зал, оснащённый современным оборудованием; площадки на улице; центры здоровья во всех возрастных группах; медицинский блок.

Медицинское обслуживание осуществляет медицинская сестра БУЗ ВО «Харовская ЦРБ». В течение учебного года реализуется оздоровительная работа с детьми: закаливание, витаминпрофилактика, профилактические прививки (на базе поликлиники), оздоровительный массаж, витаминизация пищи, организованы регулярные осмотры детей всех возрастных групп врачами-специалистами. В течение всего года родителей информируем о лечебно-

оздоровительной работе, о заболеваемости детей.

Система обеспечения безопасной жизнедеятельности предполагает изучение правил дорожного движения и техники безопасности на занятиях и в совместной деятельности. Физическое воспитание в ДОУ осуществляют: инструктор по физической культуре и воспитатели.

В ДОУ ведётся целенаправленная работа с родителями воспитанников, так как только в тесном контакте педагогов и родителей можно добиться хороших результатов, укрепить и сохранить здоровье ребёнка.

Кроме этого, в каждой группе создана система по укреплению физического здоровья детей: во всех возрастных группах организация двигательной активности сочетается с закалывающими мероприятиями.

Мы считаем, что в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во-первых, семья, включая всех её членов и условия проживания; во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребёнок проводит большую часть своего активного времени, т.е. те социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

В результате мониторинга была выстроена система оздоровительной работы, включающая в себя комплекс медицинских, педагогических мероприятий, в том числе физкультурно-оздоровительных режимов в разных возрастных группах, что послужило основой для формирования культуры здоровья у детей.

В настоящее время ДОУ посещают 63 детей.

В мае 2021 года по данным осмотра детей врачами поликлиники выявлено, что с 1 группой здоровья – 46 % детей, со 2 группой здоровья – 52 % детей и с 3 группой здоровья – 1 % ребенок, с 5 группой здоровья – 1 % ребенок.

В сентябре 2020 года в группу раннего возраста было принято 7 детей. Из них с 1 группой здоровья – 82 % детей, со 2 группой – 18%, с 3 и 4 группами здоровья – 0 % малышей.

Исследования опроса родителей показали, что половина семей обеспокоены здоровьем детей и методами их оздоровления, 51 % родителей оценивают работу детского сада по организации физкультурно-оздоровительных мероприятий на хорошо, 49 % - на отлично. Анкетирование с целью выявления особенностей физического воспитания в семье показало: закалывающие мероприятия в домашних условиях проводят 47 % семей, в выходные дни 97 % семей гуляют с ребёнком на свежем воздухе продолжительностью от 1 часа до 4 часов в день. Проводят профилактические мероприятия по укреплению здоровья своих детей 78 % семей, в основном используя такие формы закалывания как хождение босиком, прогулки на свежем воздухе, умывание холодной водой. Так же более половины родителей отметили, что хотели бы получить консультации врачей.

Особую роль в рамках проблемы сохранения детского здоровья играет система образования, поскольку она является главным каналом воздействия на массовый, организованный в её рамках, детский контингент. Образование является социальным институтом, оказывающим формирующее влияние на повседневную жизнь и перспективы развития взрослеющего человека. Именно на образовании лежат важнейшие функции передачи знаний, культурных и нравственных ценностей, помощь в социальной адаптации и выработке адекватного социального поведения. Профилактические программы в образовании призваны выполнять важную социализирующую, воспитательную функцию.

Проблему сохранения и укрепления здоровья детей в настоящее время можно решить путём создания комплексной профилактической программы, направленной на изменение поведенческих навыков, среды и медицинского обслуживания, что в свою очередь требует гигиенического обучения основам здорового образа жизни при активном вовлечении в этот процесс семьи, детей и педагогов.

Цель программы

Создание оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья всех участников образовательного процесса через реализацию комплекса мер и системных мероприятий, обеспечивающих здоровьесберегающую среду в образовательном учреждении.

Целевые группы:

1. Педагоги

2. Дети
3. Родители

Направления реализации программы

1. Укрепление здоровья педагогов и сотрудников на рабочем месте.
2. Формирование культуры здоровья у детей.
3. Формирование медико-психолого-педагогической грамотности родителей.
4. Создание здоровьесберегающей среды.
5. Мониторинг и оценка программы.

Задачи программы

1. Развивать систему взаимодействия всех участников образовательного процесса, вовлечение всех заинтересованных участников (дети, родители, сотрудники, мед. работники и специалисты соц. ведомств др.) на этапе разработки и реализации программы в ОУ с учётом приоритетов и имеющихся ресурсов.
2. Создать информационную базу данных о состоянии здоровья детей и педагогов.
3. Разработать мероприятия по укреплению здоровья педагогов на рабочем месте во взаимодействии администрации образовательного учреждения и педагогического коллектива с медицинскими работниками.
4. Мотивировать педагогов и других участников программы на осознание ответственности за собственное здоровье и обучение навыкам сохранения здоровья с целью передачи этих навыков воспитанникам, а также освоение различных методик проведения занятий (фокус-группы, мозговой штурм, тренинг, интерактивное обучение, групповая дискуссия, мини-лекции, ролевая игра, упражнения-активаторы)
5. Выявить эффективные формы сотрудничества различных ведомственных структур, в частности, здравоохранения и образования, общественных структур и родителей по объединению усилий для реализации целей укрепления здоровья участников образовательного процесса.
6. Оценить исходную ситуацию в ОУ (состояние здоровья, поведенческие факторы риска сотрудников и детей ОУ и состояние инфраструктуры ОУ и прилегающего микрорайона).
7. Разработать и внедрить требования к инфраструктуре образовательного учреждения (питание, физическая активность, здоровьесберегающая среда и др.)
8. Организовать мониторинг состояния здоровья, поведенческих факторов риска сотрудников и детей ОУ, состояния инфраструктуры ОУ и прилегающего микрорайона.
9. Информировать о результатах участников Программы.
10. Обучать родителей воспитанников формам работы с детьми через открытые педсоветы, педагогические гостиные, консультации, беседы и т.д.
11. Укрепить здоровье обучающихся, осуществить профилактику заболеваний.

Сроки реализации программы: 2021-2024 года

Нормативно-правовая база

1. Конституция Российской Федерации
2. Указ Президента Российской Федерации от 09.10.2007 № 1351 "Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года".
3. Указа Президента РФ от 09.05.2017 № 203 "О Стратегии развития информационного общества в Российской Федерации на 2017 - 2030 годы".
4. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 (ред. от 19.07.2018 № 444) «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».
5. Паспорт федерального проекта «Укрепление общественного здоровья» Утверждён 24 декабря 2018 года на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации.

Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам.

6. Паспорт национального проекта «Демография». Утверждён 24 декабря 2018 года на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам.
7. Паспорт федерального проекта «Спорт - норма жизни» Утверждён 24 декабря 2018 года на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам.
8. Налоговый кодекс Российской Федерации.
9. Трудовой Кодекс Российской Федерации, статья 213
10. Федеральный закон от 27.11.1992 N 4015-1 "Об организации страхового дела в Российской Федерации"
11. Федеральный закон от 24.07.1998 № 125-ФЗ «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний»
12. Федеральный закон "Об основах обязательного социального страхования" от 16.07.1999 N 165-ФЗ
13. Федеральный закон от 30 марта 1999 г. № 52-ФЗ "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения" (с изменениями и дополнениями), статья 11 и статья 32
14. Федеральный закон от 10.07.2001 № 87-ФЗ «Об ограничении курения табака»
15. Федеральный закон от 27.07.2006 № 152-ФЗ "О персональных данных"
16. Федеральный закон от 29.11.2010 № 326-ФЗ "Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации"
17. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», Статья 46. Медицинские осмотры, диспансеризация, п. 4 и п. 5
18. Федеральный закон от 23.02.2013 № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».
19. Федеральный закон от 05.04.2013 N 44-ФЗ "О контрактной системе в сфере закупок товаров, работ, услуг для обеспечения государственных и муниципальных нужд"
20. Федеральный закон от 28.12.2013 N 426-ФЗ "О специальной оценке условий труда"
21. Федеральный закон от 23.04.2018 № 113-ФЗ «О внесении изменений в статьи 255 и 270 части второй Налогового кодекса Российской Федерации». Налоговый кодекс дополнен положениями, согласно которым в налоговую базу по налогу на прибыль можно включать фактически произведенные расходы на оплату услуг, добровольного медицинского страхования, услуг по организации туризма, санаторно-курортного лечения и отдыха, оказанных работнику и членам его семьи, но не более 50 000 рублей в совокупности за налоговый период на каждого из граждан. При этом установлено ограничение: указанные затраты и расходы, предусмотренные абз. 9 п. 16 ст. 255 Налогового кодекса (медицинские расходы застрахованных работников), в совокупности не могут превышать 6% от суммы расходов на оплату труда.
22. Федеральный закон «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» Проект «Медицинские осмотры некоторых категорий работников и медицинский дистанционный контроль параметров состояния здоровья работника»
23. Распоряжения Правительства Российской Федерации от 14.04.2016 № 669-р «Об утверждении плана мероприятий по реализации в 2016 24.- 2020 годах Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 09.10.2007 № 1351 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года».
25. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 26.04.2019 № 833-р «Об утверждении комплекса мер по стимулированию работодателей и работников к улучшению условий труда и сохранению здоровья работников, а также по мотивированию граждан к ведению здорового образа жизни»
26. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 27.04.2019 № 1391 «О проведении Всероссийской диспансеризации взрослонаселения».

27. Приказ Минздравсоцразвития России от 12.04.2011 № 302н "Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров (обследований) работников, занятых на тяжелых работах и на работах вредными и (или) опасными условиями труда" (зарегистрировано в Минюсте России 21.10.2011 N 22111).
28. Приказ Минздравсоцразвития России от 01.03.2012 № 181н «Типовой перечень ежегодно реализуемых работодателем мероприятий по улучшению условий и охраны труда и снижению уровней профессиональных рисков»
29. Приказ Минздрава России от 21.03.2014 г. № 125н "Об утверждении национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям" (с изменениями и дополнениями)
30. Приказ Минздрава России от 13.03.2019 № 124н «Об утверждении порядка проведения профилактического медицинского осмотра и диспансеризации определенных групп взрослого населения» (зарегистрировано в Минюсте России 24.03.2019 № 54495).
31. Приказ Минтруда России от 16.06.2014 г. N 375н «О внесении изменения в типовой перечень ежегодно реализуемых работодателем мероприятий по улучшению условий и охраны труда и снижению уровней профессиональных рисков».
32. Приказ Минтруда России от 19.08.2016 № 438н «Об утверждении типового положения о системе управления охраной труда».
33. Документ ВОЗ. Здоровье работающих. Шестидесятая сессии Всемирной организации здравоохранения. WH 60.26. 23.05.2007 Приложение к Резолюции: охрана и укрепление здоровья на рабочем месте п.11. Деятельность по оценке и контролю рисков для здоровья на рабочем месте необходимо улучшить путем определения круга основных мероприятий по профилактике и контролю за механическими, физическими, химическими, биологическими и психосоциальными рисками, связанными с условиями труда. Такие меры включают также комплексное регулирование химических веществ на рабочем месте, ликвидацию вторичного табачного дыма во всех закрытых рабочих помещениях, повышение безопасности труда и оценку воздействия на здоровье новых технологий, производственных процессов и продуктов на этапе их проектирования. п.12. Охрана здоровья на рабочем месте также требует введения в действие соответствующих норм и правил, а также принятия базового набора стандартов в области гигиены труда, чтобы обеспечить соответствие всех рабочих мест минимальным требованиям охраны здоровья и безопасности. Для этого необходимо обеспечить соблюдение этих требований на должном уровне, усилить систему медицинского контроля на рабочих местах и расширить сотрудничество между компетентными регулирующими органами с учетом конкретной ситуации в странах.
34. Международный стандарт ISO 45001:2018 «Системы менеджмента охраны здоровья и безопасности труда – Требования и рекомендации по применению».

Основные принципы программы:

- **Принцип научности** - подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
- **Принцип активности и сознательности** - участие всего педагогического коллектива и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
- **Принцип комплексности и интегративности** - решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
- **Принцип адресованности и преемственности** - поддержание связей между возрастными категориями, учёт разноуровневого развития и состояния здоровья.
- **Принцип результативности и гарантированности** - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Ожидаемые результаты

Создание действующей модели здоровьесберегающего детского сада:

1. Создана информационная база данных состояния здоровья детей в ДОУ.
2. Проведён анализ и дана оценка распространенности факторов риска для здоровья у дошкольников, педагогов.
3. Разработан и реализован механизм мониторинга состояния среды в ДОУ.
4. Реализованы образовательные программы по здоровью («Разговор о правильном питании», «Школа семейной педагогики здоровья», др.)
5. Реализован проектный метод для вовлечения детей в проблемы организации собственного образа жизни, проектирования здоровой среды в ДОУ.
6. Разработана и реализована программа «Здоровьесберегающий детский сад».
7. Распространяются буклеты, пропагандирующие ЗОЖ. в ДОУ.
8. Создан Координационный совет образовательного учреждения (администрация, воспитатели, сотрудники ДОУ, родители, воспитанники) с привлечением специалистов БУЗ ВО «Харовская ЦРБ».

Оценка здоровьесберегающей программы в ДОУ

1. Динамика информированности педагогических работников о своём здоровье. (анкетирование).
2. Динамика показателей временной нетрудоспособности сотрудников.
3. Динамика удельного веса целевых групп программы, охваченных мероприятиями.
4. Динамика соответствия выполненных мероприятий - запланированным.
5. Динамика оценки здоровьесберегающей деятельности ДОУ и ЛПУ педагогическим коллективом и воспитанниками (анкетирование).
6. Динамика пропуска занятий детьми по болезни (снижение (или увеличение) уровня заболеваемости; увеличение (или уменьшение) количества детодней).
7. Динамика соотношения воспитанников к группам здоровья.
8. Динамика оздоровления поведенческих привычек педагогов и воспитанников (анкетирование).
9. Системность физкультурно-оздоровительной работы (Наличие (отсутствие) в группах, в детском саду центров двигательной активности, оборудованных с учётом всех санитарных норм и требований; сформированность (несформированность) у детей культурно-гигиенических навыков)
10. Обобщение и распространение передового педагогического опыта по проблеме "Физическое развитие и оздоровление детей дошкольного возраста"; "Формирование основ здорового образа жизни детей дошкольного возраста".
- 11.

Ситуационный анализ

1. Анализ ресурсов:

материально-техническая база ДОУ:

Материально-техническое обеспечение позволяет создать для детей необходимые санитарно-гигиенические условия, организовать развивающую предметную среду. Состояние материально-технической базы ДОУ соответствует педагогическим требованиям, современному уровню образования и санитарным нормам.

Все базисные компоненты развивающей среды включают оптимальные условия для полноценного физического, познавательного, социально-личностного, художественно-эстетического развития детей. Для обеспечения функционирования ДОУ имеются: пищеблок, медицинский кабинет, изолятор, прачечная, кабинеты заведующего, старшего воспитателя и учителя логопеда. Для организации образовательного процесса в детском саду имеются четыре групповых помещений с учетом возрастных особенностей детей (приёмная, групповая комната, туалетная). Каждая группа имеет свой отдельный вход. В 2019 году заменена полностью детская мебель: кровати, столы, стулья, шкафы для раздевания. В каждой возрастной группе созданы

условия для музыкально-ритмической деятельности – проводятся занятия, праздники, досуги, индивидуальная работа с целью развития музыкальных способностей детей, их эмоционально-волевой сферы, утренняя гимнастика, физкультурные занятия, спортивные праздники, физкультурные досуги, физкультурные часы, индивидуальная работа с целью развития основных видов движений, укрепления здоровья детей, приобщения к здоровому образу жизни. Помещения оснащены необходимым спортивным оборудованием и инвентарём. Так же созданы условия для самостоятельного, активного и целенаправленного действия детей во всех видах деятельности: игровой, двигательной, изобразительной, театрализованной, конструктивной, познавательной и т.д. Они содержат разнообразные материалы для развивающих игр и занятий. В группах раннего возраста имеются центры двигательной активности, оборудованные с учётом всех санитарных норм и требований. Организация и расположение предметов развивающей среды отвечает возрастным особенностям и потребностям детей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечают требованиям техники безопасности, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, что позволяет воспитанникам свободно перемещаться. В ДОУ создаются все условия для охраны и укрепления здоровья детей, для их полноценного физического развития.

На территории детского сада имеется 4 игровых участка с прогулочными верандами, спортивная площадка, участок зеленых насаждений, уголок нетронутой природы, учебно-опытный участок для выращивания овощных, лекарственных и цветочных культур, хозяйственный двор. На участках проводятся прогулки с детьми, игровая и самостоятельная двигательная деятельность дошкольников. На спортивной площадке – физкультурные занятия, спортивные игры и упражнения, досуги и подвижные игры.

Проблемы:

- ✓ отсутствие современного игрового оборудования;
- ✓ отсутствие физкультурного зала.

- *кадры:*

дошкольное учреждение укомплектовано педагогическими кадрами, но существуют проблема: в штатном расписании отсутствует должность инструктора по физической культуре, педагога-психолога, дефектолога.

2 Анализ заболеваемости сотрудников детского сада за 3 года, предшествующие программе

<i>Показатели временной нетрудоспособности</i>	<i>2020 год</i>	<i>2021 год</i>	<i>2022год</i>
Количество случаев на 17 человек	0,3	0,2	1,3
Кол-во случаев	11	8	13
Количество дней	87	79	134
Средняя длительность одного случая	7	8	10

Рассчитаны показатели нетрудоспособности сотрудников на 100 работающих.

*Пример расчета: кол-во дней (случаев) * 100 / на кол-во сотрудников*

3 Анализ заболеваемости воспитанников детского сада за 3 года, предшествующие программе

	<i>2020 год</i>	<i>2021 год</i>	<i>2022 год</i>
Количество случаев на 100 детей	54	50	48

Кол-во случаев на ... детей	0,5	0,5	0,6
Количество дней	270	250	240
Кол-во дней на ... детей	0,4	0,4	0,4
Средняя продолжительность случая	5	5	5

Рассчитаны показатели непосещений детьми д/сада по болезни на 100 воспитанников

4 Соотнесение детей к группам здоровья

группа		2019-2020 учебный год		2020-2021 учебный год		2021-2022 учебный год	
		кол-во	%	кол-во	%	кол-во	%
По детскому саду	Первая	46	49%	33	35 %	30	44 %
	Вторая	42	45 %	55	58%	35	52 %
	Третья	4	4 %	5	5 %	1	2 %
	Четвертая	0	0 %	0	0 %	0	0 %
	Пятая	1	2 %	1	2 %	1	2 %

План мероприятий программы на 2021 - 2022 учебный год

Мероприятия по укреплению здоровья	Сроки исполнения	Ответственные
1. Укрепление здоровья сотрудников		
1.1. Анализ заболеваемости сотрудников за 3 года (структура заболеваемости, пропуски по болезни)	Сентябрь	Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
1.2.Выявление потребностей (анкетирование)	Сентябрь	Старший воспитатель, воспитатели групп
1.3.Выявление факторов риска для здоровья: -измерение АД; -измерение ИМТ (индекс массы тела); -измерение объёма талии и соотношения объём талии/объём бедер; -определение холестерина, уровня гемоглобина и сахара крови	Сентябрь Апрель 2 раза в год	Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
1.4.Индивидуальное консультирование по факторам риска для здоровья	Сентябрь Апрель 2 раза в год	Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
1.5.Диспансеризация, профосмотры, обследования специалистами	1 раз в год	заведующий ДОУ
1.6. Информационное обеспечение потребностей в здоровье		

<p>Организация работы бесед, занятий по различным темам сохранения здоровья сотрудников:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Я и моё здоровье»; - «Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний»; - «Профилактика глазных болезней»; - «Здоровое питание»; - «Сохраним здоровье и красоту женщины». 	Ежемесячно	старший воспитатель, заведующий, Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
Выдача информационных материалов по вопросам здоровья и ЗОЖ	В течение года	Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
Стенд «Хочу быть здоровым» с вопросами-ответами	В течение года	Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ», ст. воспитатель
1.7. Обучение сотрудников учреждения		
<p>Педсовет по теме «Совершенствование системы работы по сохранению и укреплению здоровья детей, по формированию у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом самосовершенствовании»</p>	февраль	Заведующий, ст. воспитатель.
<p>Обучение в школах здоровья:</p> <ul style="list-style-type: none"> -школа артериальной гипертонии; -школа сахарного диабета; -школа преодоления стрессов и профилактика эмоционального выгорания; - школа здорового питания и др. 	В течение года	Ст. воспитатель воспитатели групп
<p>Обучение на тренингах по различным темам здоровья и ЗОЖ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - преодоление стрессов и профилактика эмоционального выгорания; -обучение принципам здорового питания; -обучение воспитателей профилактике нарушений осанки, сколиозов, плоскостопия, остеохондроза и остеопороза и др. 	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели групп
<p>Семинары и др. тематические мероприятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Мифы о питании. Почему опасен лишний вес?»; -«Здоровое питание – залог успеха»; -«Профилактика ОРВИ, гриппа и простудных заболеваний» 	Февраль Март Ноябрь	Ст. воспитатель, воспитатели групп
Клубы здоровья (совместные походы, физактивность, посиделки, хобби и др.)	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели групп
1.8. Оздоровление		
Здоровьесберегающие технологии (физминутки, гимнастика для глаз, пальцевая гимнастика,, утренняя гимнастика и др.)	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели групп
Организация занятий группы здоровья (пилатес)	Понедельник Среда	Озерова Г.Б.
Иммунизация против гепатита В, клещевого энцефалита, гриппа.	По графику прививочной работы	Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ», заведующий ДОУ

<i>Организация фитотерапии, ароматерапии, витаминотерапии в условиях ДОУ</i>	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели групп
<i>Ремонт помещений ДОУ, групп, кабинетов и т.д. в целях улучшения условий работы педагогов</i>	Июнь Июль Август	Заведующий, завхоз
<i>Работа по организации здорового питания педагогов</i>	В течение года	Заведующий, завхоз
<i>Организация комнаты психологической разгрузки</i>	Сентябрь	Заведующий, завхоз
Обеспечение представления программы в средствах массовой информации	В течение года	заведующий ДОУ, Ст. воспитатель, организатор по физической культуре
Проведение работы по привлечению материальных средств предприятий и организаций	В течение года	Заведующий, завхоз
Проведение разъяснительной и пропагандистской работы по проблеме оздоровления среди сотрудников	В течение года	Ст. воспитатель, ст. медсестра, организатор по физической культуре
2.Укрепление здоровья детей		
2.1. Анализ заболеваемости детей за 3 года (структура заболеваемости, пропуски по болезни, группы здоровья)	Сентябрь	Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
2.2.Выявление потребностей (анкетирование)	Ноябрь	Ст. воспитатель, воспитатели групп
2.3. Проведение углубленных осмотров (Приказ №60 - в 3 г. (перед поступлением в дошкольное учреждение); в 5 или 6 лет (за год до поступления в школу); в 6 или 7 лет (перед поступлением в школу).	1 раз в год	специалисты БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
2.5. Анализ результатов осмотра, планирование мероприятий по профилактике		Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
2.6.Выявление факторов риска для здоровья: -антропометрия детей	Сентябрь 1 раз в год	Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
2.7.Индивидуальное консультирование по факторам риска для здоровья детей и их родителей	В течение года	Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
2.8. Осмотр детей на педикулёз и профилактическая работа	1 раз в год	Медработники БУЗ ВО «Харовская ЦРБ» дерматолог ЦРБ
2.9. Организация воспитательно-образовательного процесса с учётом состояния здоровья детей	постоянно	Ст. воспитатель,
<i>Составление учебного расписания, соответствующего требованиям санитарных норм и правил</i>	В течение года	Ст. воспитатель
<i>Правильное рассаживание детей с учётом роста и здоровья</i>	В течение года	Воспитатели, заведующий, ст. воспитатель

<p><i>Организация питания:</i> - оборудование помещения пищеблока всем необходимым для обеспечения здорового режима питания; - «С» - витаминизация</p>	В течение года	Заведующий, завхоз,
<p><i>Здоровьесберегающая организация учебной деятельности</i></p>	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели
<p>2.10. Медико-психологическое сопровождение воспитательного процесса</p>		
<p><i>Психологические тренинги, консультации психолога</i></p>	1 раз в год	ст. воспитатель
<p><i>Круглый стол для педагогов (воспитателей): «Психическое здоровье детей: состояние, проблемы, пути решения»</i></p>	1 раз в год	С. воспитатель, воспитатели
<p>2.11. Информационное обеспечение потребностей в здоровье</p>		
<p><i>Занятия, беседы, викторины, развлечения, игры и т.д. на темы здоровья и ЗОЖ</i></p>	В течение года	Воспитатели,
<p><i>Проведение акций по ЗОЖ и Международным дням ВОЗ</i></p>	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели групп
<p><i>Выставки книг о здоровье и ЗОЖ их реклама среди детей</i></p>	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели групп
<p>2.12. Профилактика и коррекция нарушений опорно-двигательной системы</p>		
<p><i>Здоровьесберегающие технологии (физминутки, пальцевая гимнастика, утренняя гимнастика и др.)</i></p>	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели
<p><i>Контроль правильной позы</i></p>	В течение года	Ст.воспитатель, воспитатели групп
<p>2.13. Охрана зрения</p>		
<p><i>Формирование правильного зрительного расстояния;</i> <i>Соблюдение правил рассаживания детей в группе;</i> <i>Соблюдение светового режима;</i> <i>Тренировка аппарата аккомодации с помощью упражнений;</i> <i>Гимнастика для глаз;</i></p>	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели групп
<p>2.14.Профилактика заболеваний желудочно-кишечного тракта</p>		
<p><i>Организация здорового питания;</i> <i>Организация щадящего питания (при наличии заболеваний);</i> <i>Организация индивидуального питания</i></p>	В течение учебного года	заведующий ДОУ, завхоз
<p>2.15.Оздоровление (мероприятия первичной и вторичной профилактики заболеваний)</p>		
<p><i>Иммунопрофилактика в рамках национального календаря профилактических прививок</i></p>	В течение года	БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»

<i>Витаминопрофилактика; Фитотерапия; Фитонцидотерапия; Ионизация воздуха; Ароматерапия; Кислородные коктейли; Кварцевание помещений; Подвижные игры на воздухе; Питьевой режим</i>	В течение года	Заведующий, ст. воспитатель, воспитатели
<i>Санация полости рта</i>		Стоматолог Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
2.16. Повышение физической активности детей и закаливание		
<i>Использование оздоровительных методик, регулирующих двигательную активность, и приемов реабилитации умственной и физической работоспособности: -утренняя гимнастика; -физкультминутки, физкультпаузы; -походы на природу</i>	Ежедневно Ежедневно 2 раза в год	воспитатели
<i>Спортивные мероприятия, игры, кроссы, соревнования, неделя здоровья и спорта, эстафеты, спартакиады и др.</i>	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели групп
2.17. Обучение педагогов (воспитателей)		
<i>Заседания семейного клуба «Доверие»</i>	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели групп
<i>Педсоветы, семинары по вопросам здоровья детей</i>	В течение года	Ст. воспитатель,
3. Работа с родителями		
3.1. Заседания семейного клуба «Доверие»	В течение года	Музыкальный руководитель, воспитатели групп
3.2. Обучение родителей лечебной физкультуре для своих детей	В течение года	организатор по физической культуре
3.3. Участие родителей во всех спортивных мероприятиях (спортивные занятия, игры, кружки для детей и родителей (совместно), лыжные походы, походы на природу и т.д.)	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели
3.4. Участие родителей в Неделях здоровья	Ноябрь, февраль	Ст. воспитатель,
3.5. Привлечение родителей к работе по благоустройству спортивной площадки, территории Д ОУ	летом	Заведующий, завхоз, воспитатели
3.6. Дискуссионные встречи, родительские конференции, родительские клубы, круглые столы	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели, музыкальный руководитель
3.8. Проведение семейных праздников (День матери, День семьи, День отца)	В течение года	Муз. Руководитель, воспитатели

3.9. Консультации для родителей детей с отклонениями в поведении, в состоянии здоровья по итогам профилактических осмотров	В течение года	Ст. медсестра, воспитатели
4. Создание здоровьесберегающей среды		
4.1. Здоровьесберегающая инфраструктура в соответствии с нормами СанПиНа (температурный режим, освещённость, режим проветривания, влажная уборка и др.)	В течение года	Заведующий, завхоз
4.2. Наблюдение за состоянием экологического комфорта в группах; разработка критериев эстетического состояния групп, коридоров (например, учёт цвета, элементов декора для создания уюта и комфорта)	В течение года	Воспитатели, завхоз
4.3. Приобретение разноуровневой мебели; фильтра для очистки воды, очистителей воздуха; использование во всех помещениях напольных массажёров	В течение года	Заведующий, завхоз, воспитатели,
5. Заключительные мероприятия		
5.1. Состояние воспитательной работы в ОУ по формированию здорового образа жизни.	Май	Ст. воспитатель,
5.2. Аналитическая работа: -анализ заболеваемости сотрудников ОУ с временной утратой трудоспособности (по больничным листам); -анализ заболеваемости детей; -анализ травматизма детей и сотрудников; -оценка соматического, физического и психического развития детей (отслеживание результатов)	Май	Ст. воспитатель,
5.3. Заключительное анкетирование с анализом анкет	Май	Ст. воспитатель,
5.3. Изучение эффективности работы здоровьесберегающей программы	Май	Ст. воспитатель,

План мероприятий программы на 2022 - 2024 учебные года

Мероприятия по укреплению здоровья	Сроки исполнения	Ответственные
1. Укрепление здоровья сотрудников		
1.1. Анализ заболеваемости сотрудников за 1-ый год внедрения программы (структура заболеваемости, пропуски по болезни)	Сентябрь	Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
1.2. Выявление потребностей (анкетирование)	Сентябрь	Заведующий д/с Старший воспитатель
1.3. Выявление факторов риска для здоровья: -измерение АД; -измерение ИМТ (индекс массы тела); -измерение объёма талии и соотношения: объём талии/объём бедер; -определение холестерина, уровня гемоглобина и сахара крови	В течение года	Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»

1.4.Индивидуальное консультирование по факторам риска для здоровья	2 раза в год (сентябрь, апрель)	Старший воспитатель , Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
1.5.Диспансеризация, профосмотры, обследования специалистами	По графику	Заведующий д/с, медработник ДОУ. Кабинет проф. осмотров (ЦРБ)
1.6. Информационное обеспечение потребностей в здоровье		
<i>Информационные материалы по вопросам здоровья и ЗОЖ</i>	В течение года	Старший воспитатель,
<i>Стенд «Хочу быть здоровым»</i>	В течение года	Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
1.7. Обучение сотрудников учреждения		
<i>Педчасы, консультации по проблемам организации и реализации программы «Здоровьесберегающий детский сад» «Детский сад – эталон экологической культуры»</i>	В течение года	Старший воспитатель, медработник ДОУ, воспитатели
<i>Обучение в школах здоровья: -школа артериальной гипертонии; -школа сахарного диабета; -школа преодоления стрессов и профилактика эмоционального выгорания; - школа здорового питания и др.</i>	В течение года	Кабинет профилактики (ЦРБ) Врач терапевт
<i>Семинары и др. тематические мероприятия: - «Оздоровительная дыхательная гимнастика»; - «Развитие гибкости»; - «Быть здоровым – моё право»</i>	Ноябрь Февраль Апрель	Старший воспитатель,
<i>Клубы здоровья (совместные походы, физактивность, посиделки, хобби, литературные и музыкальные гостиные и др.)</i>	В течение года	Старший воспитатель, воспитатели, музыкальный руководитель
1.8. Оздоровление		
<i>Здоровьесберегающие технологии (физминутки, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика, музыкальные перемены, динамическая пауза)</i>	В течение года	Старший воспитатель, музыкальный руководитель
<i>Организация физкультурной группы в ДОУ (гимнастика, дыхательная гимнастика Стрельниковой, пилатес и др.)</i>	По плану	Старший воспитатель,
<i>Привлечение сотрудников к участию в спортивных соревнованиях, мероприятиях: - Кросс Наций - Всемирный день ходьбы - Лыжные гонки в День здоровья и спорта - «Весёлые старты» (между воспитателями детских садов города) - «Весёлые старты» (между воспитателями и учителями начальных классов школ района) - активное участие работников в «Неделе здоровья и спорта»</i>	По плану	Заведующий д/с, старший воспитатель,
<i>Иммунизация против гепатита В, клещевого энцефалита, гриппа.</i>	По графику прививочной работы	Заведующий д/с Участковый терапевт
<i>Организация фитотерапии, ароматерапии, витаминотерапии в условиях ДОУ</i>	В течение года	Заведующий д/с, воспитатели групп
<i>Ремонт помещений ДОУ в целях улучшения условий работы педагогов и персонала</i>	Июль	Заведующий д/с, завхоз

<i>Работа по организации здорового питания педагогов (консультации, памятки, буклеты, информационные стенды)</i>	В течение года	Заведующий д/с, старший воспитатель,
<i>Наличие уголка психологической разгрузки в методическом кабинете</i>	В течение года	Заведующий д/с, старший воспитатель
<i>Проведение фотовыставки «Здоровому – всё здорово»</i>	ноябрь	Старший воспитатель Работники ДОУ
1.9. Обеспечение представления программы в средствах массовой информации	В течение года	Старший воспитатель, воспитатель по экологии
1.10. Проведение работы по привлечению материальных средств предприятий и организаций	В течение года	Заведующий д/с, завхоз
1.11. Проведение разъяснительной и пропагандистской работы по проблеме оздоровления среди сотрудников ДОУ	В течение года	Старший воспитатель,
2.Укрепление здоровья детей		
2.1. Анализ заболеваемости детей за 1-ый год внедрения программы (структура заболеваемости, пропуски по болезни, группы здоровья)	Сентябрь	Медработник ДОУ. Воспитатели групп
2.2.Выявление потребностей (анкетирование)	Сентябрь	Старший воспитатель Воспитатели групп
2.3. Проведение углубленных осмотров (Приказ № 60 - в 1,5 - 3 г. (перед поступлением в дошкольное учреждение); в 5 или 6 лет (за год до поступления в школу); в 6 или 7 лет (перед поступлением в школу).	1 раз в год	специалисты ЦРБ (поликлиники)
2.4. Анализ результатов осмотра, планирование мероприятий по профилактике	1 раз в год	Врачи ЦРБ (поликлиники), медработник ДОУ
2.5. Выявление факторов риска для здоровья: -антропометрия детей	2 раза в год: сентябрь, март	Медработник ДОУ Воспитатели групп
2.6. Индивидуальное консультирование по факторам риска для здоровья детей и их родителей	1 раз в год	Медработник ОУ
2.7. Осмотр воспитанников на педикулёз и профилактическая работа	Еженедельно 1 раз в год	Медработник ДОУ Дерматолог ЦРБ
2.8. Организация воспитательно-образовательного процесса с учётом состояния здоровья детей		
<i>Составление учебного расписания, соответствующего требованиям санитарных норм и правил</i>	Сентябрь	Старший воспитатель
<i>Правильное рассаживание детей с учётом роста и здоровья</i>	В течение года	ст. воспитатель, заведующий, воспитатели групп
<i>Организация питания: - оборудование помещений всем необходимым для обеспечения здорового режима питания; - «С» - витаминизация</i>	В течение года	Заведующий ДОУ
<i>Здоровьесберегающая организация образовательной деятельности</i>	В течение года	Заведующий ДОУ Воспитатели групп
2.9. Медико-психологическое сопровождение воспитательного процесса		
<i>Психологические тренинги, консультации психолога</i>	По потребности	ст. воспитатель, воспитатели
<i>Мастер-класс для педагогов (воспитателей): «Роль народных игр и народной педагогики в психическом здоровье детей»</i>	По плану	Заведующий ДОУ психолог, воспитатели
2.10. Информационное обеспечение потребностей в здоровье		

<i>Занятия, беседы, викторины, игры и т.д. на темы здоровья и ЗОЖ</i>	В течение года	Старший воспитатель, воспитатели
<i>Конкурсы, выставки рисунков, плакатов, стенгазет</i>	В течение года	Старший воспитатель, воспитатели
<i>Проведение акций по ЗОЖ и Международным дням ВОЗ</i>	В течение года	Старший воспитатель, воспитатели
<i>Выставки книг о здоровье и ЗОЖ, их реклама среди детей и родителей</i>	В течение года	Воспитатели групп
2.11. Профилактика и коррекция нарушений опорно-двигательной системы		
<i>Здоровьесберегающие технологии (физминутки, пальчиковая гимнастика, музыкальные перемены, динамическая пауза, утренняя гимнастика и др.)</i>	Постоянно	Воспитатели групп
<i>Контроль правильной позы</i>	Постоянно	Старший воспитатель, медработник ДОУ воспитатели
2.12. Охрана зрения		
<i>Формирование правильного зрительного расстояния; соблюдение правил рассаживания детей в группе; соблюдение светового режима; гимнастика для глаз; занятия на офтальмотренажёре</i>	В течение года	Старший воспитатель, воспитатели групп
2.13. Профилактика заболеваний желудочно-кишечного тракта		
<i>организация здорового питания; организация щадящего питания (при наличии заболеваний)</i>	В течение учебного года	Старший воспитатель, воспитатели
2.14. Оздоровление (мероприятия первичной и вторичной профилактики заболеваний)		
<i>Иммунопрофилактика в рамках национального календаря профилактических прививок</i>	В течение года	Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
<i>Витаминопрофилактика Фитотерапия Фитонцидотерапия Ионизация воздуха Ароматерапия Кислородные коктейли Кварцевание помещений Подвижные игры на воздухе Питьевой режим</i>	В течение года	Старший воспитатель, воспитатели групп, заведующий
<i>Санация полости рта</i>	1 раз в год	Стоматолог ЦРБ
<i>Реабилитация детей в амбулаторных условиях; в ДОУ; в стационарах; санаторно-курортное лечение</i>	В течение года	Старший воспитатель, Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ», педиатры ЦРБ
2.15. Повышение физической активности детей и закаливание		
<i>Использование оздоровительных методик, регулирующих двигательную активность, и приёмов реабилитации умственной и физической работоспособности: - утренняя гимнастика; - физкультминутки, - физкультурные часы; - походы на природу</i>	Ежедневно Ежедневно 1 раз в неделю 2 раза в год	Старший воспитатель, воспитатели,
<i>Спортивные мероприятия, игры, соревнования, неделя здоровья и спорта, эстафеты, спартакиады и др.</i>	В течение года	воспитатели групп

Участие в спортивных соревнованиях «Мама, папа, я – спортивная семья», «Семья на лыжне», шашечный турнир, лыжные соревнования, соревнования по легкой атлетике	По плану	Старший воспитатель, воспитатели групп
Проведение традиционных: «Недели здоровья и спорта» и «Недели экологических театров»	Ноябрь апрель	Старший воспитатель Воспитатели групп
2.16. Обучение педагогов (воспитателей)		
Педсоветы, семинары по вопросам здоровья детей	В течение года	Старший воспитатель
2.17. Обучение детей		
Проведение НОД, кружков, физкультурных часов и мероприятий	В течение года	Воспитатели групп, инструктор по физкультуре
Проведение кинолекториев по темам здоровья и ЗОЖ	В течение года	ст. воспитатель, инструктор по физической культуре
2.18. Организация различных кружков и секций (вокально-хоровой, театральный)	По плану	Воспитатели
3. Работа с родителями		
3.1. Обучение в Педагогической гостиной (Школе семейной педагогики здоровья) по темам здоровья и ЗОЖ - Семейный клуб «Музыкальная гостиная»; - Семейный клуб «Жаворонушки»; - Мастер-класс для родителей: «Роль народных игр и народной педагогики в психическом здоровье детей»	В течение года	Старший воспитатель, воспитатели
3.2. Привлечение родителей к участию в соревнованиях совместно с детьми – «День физкультурника», «Кросс наций», «Папа, мама, я – спортивная семья», «Семья на лыжне»	По плану в течение года	Старший воспитатель, воспитатели
3.3. Участие родителей во всех спортивных мероприятиях (спортивные занятия, игры, кружки для детей и родителей (совместно), лыжные походы, походы на природу и т.д.)	В течение года	Старший воспитатель, воспитатели
3.4. Участие родителей в Днях здоровья, КВН, ток-шоу и т.д.	В течение года	Старший воспитатель, воспитатели
3.5. Привлечение родителей к работе по благоустройству спортивной площадки, территории ДОУ	В течение года	Старший воспитатель, инструктор по физической культуре, воспитатели
3.6. Педагогические ширмы, папки, информация на стендах, библиотеки для родителей на группах по ЗОЖ	В течение года	Старший воспитатель, воспитатели
3.7. Сообщения на родительских собраниях (по 10-15 мин. на каждом родительском собрании в каждой группе) по темам здоровья и ЗОЖ	В течение года	Старший воспитатель, воспитатели
3.8. Проведение семейных праздников (День матери, День семьи, День отца)	В течение года	Старший воспитатель, специалисты, воспитатели
3.9. Индивидуальные консультации для родителей детей с отклонениями в поведении, в состоянии здоровья по итогам профилактических осмотров	В течение года	Врач педиатр, Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
4. Создание здоровьесберегающей среды		
4.1. Здоровьесберегающая инфраструктура в соответствии с нормами СанПиНа (температурный режим, освещённость, режим проветривания, влажная уборка и др.)	В течение года	Заведующий ДОУ, Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ», воспитатели

4.2. Наблюдение за состоянием экологического комфорта в группах; соблюдением критериев эстетического состояния кабинетов, групп, рекреаций (например, учёт цвета, элементов декора для создания уюта и комфорта)	В течение года	Заведующий ДОУ, старший воспитатель, воспитатели
4.3. Приобретение разноуровневой мебели; использование во всех помещениях напольных массажёров	В течение года	Заведующий ДОУ, Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ», завхоз, воспитатели
5. Заключительные мероприятия		
5.1. Состояние воспитательной работы в ОУ по формированию здорового образа жизни.	Май	Заведующий ДОУ, старший воспитатель,
5.2. Аналитическая работа: -анализ заболеваемости сотрудников ОУ с временной утратой трудоспособности (по больничным листам); -анализ заболеваемости детей; -анализ травматизма детей и сотрудников; -оценка соматического, физического и психического развития детей (отслеживание результатов)	Май	Заведующий ДОУ, старший воспитатель, Медработник БУЗ ВО «Харовская ЦРБ»
5.3. Заключительное анкетирование с анализом анкет	Май	Заведующий ДОУ, старший воспитатель,
5.3. Изучение эффективности работы здоровьесберегающей программы	Май	Заведующий ДОУ, старший воспитатель

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ в группе раннего возраста по формированию первичных представлений о здоровом образе жизни

Месяц	Тема	Цель	Дидактические, оздоровительные
Сентябрь	«День здоровья»	Продолжать укреплять здоровье детей, развивать физические качества. Создать условия для обобщения элементарных знаний детей о здоровом образе жизни. Развивать умения использовать знания о здоровом образе жизни для своего здоровья.	Оздоровительные игры: «Перешагни через шнур», «Подлезь под дугу». Игра «Аккуратные котятка», П/и «Жучка и зайцы», «Зайка беленький сидит», «Лохматый пес», «Зайцы и морковка»; Игровой массаж «Поиграем с носиком»
Октябрь	Развлечение «Гигиену соблюдай, мыло ты не забывай» Осенний праздник	Развитие гигиенических навыков. Создать условия для исследовательской деятельности. Вызвать у детей радостное настроение. Вызвать у детей радостное настроение.	Игра «Помоги мыльным пузырям перелезть через веревочку», П/и «Пройди по мостику», «Поймай пузырь» Опыт: «Сделай пузырь из мыла». П/и «солнышко и дождик», М.п/и «Дождик»,

			«Зайка беленький сидит». П/и «У медведя во бору».
Ноябрь	НОД«Мышка Шуна и большой зуб» Развлечение «Теремок»	Сформировать представление у детей о полезной и вредной пище, а также бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих через игру. Закреплять умение у детей выполнять элементарные, ритмические движения: хлопать, топать, выставлять ногу на пятку. Закреплять знания о лесных животных. Вызвать эмоциональный отклик, доставлять радость.	Д/и «Цветочки хорошего настроения». Песенка «Перчатки». Д/И «Почисти Шуне зубки» Упражнение «Ладощечка». Ритмические упражнения: «Автобус», «Прятки», «Ручками мы хлопаем». Игра с погремушками.
Декабрь	НОД «формирование навыков здорового образа жизни у детей раннего возраста используя эффективные формы и методы	Формировать элементарные знания и навыки здорового образа жизни: потребность в чистоте и опрятности, соблюдении распорядка дня, необходимости выполнения физических упражнений: - содействовать накопленного двигательного опыта, развивать эмоциональную сферу детей; - учить элементарным мыслительным операциям; - развивать память, воображение, речь; -воспитывать желание быть здоровым, бережно относиться к себе и окружающим; развивать культуру общения.	Динамическая пауза «Зарядка». Д/и «Назови предметы гигиены». Д/и «Купание <u>куклы</u> ».
Январь	Нос «Главный орган человека» Игровой массаж. Развлечение «Оденем куклу на прогулку»	Формировать представление о необходимости бережного отношения к своему носику. Сохранение и укрепление психического и физического здоровья и приобщения дошкольников к основам здорового образа жизни, через игровой массаж. Формировать у детей навыки самообслуживания и культурно-гигиенические навыки»	Игровой массаж «Поиграем с носиком» Д/у «Оденем куклу на прогулку»
Февраль	23 февраля Утренник «Растем здоровыми и сильными»	Формировать представление об одном из главных праздников страны – День Защитника Отечества. Развивать двигательную активность, умение выполнять игровые действия по просьбе взрослого. Воспитывать уважение к старшим членам семьи, людям служившим в Армии.	Игра «Покатаемся на лодочке» П/и «Лошадка» «Машина»
Март	«8 марта» «Петрушка в гостях у детей» Утренник. НОД по физической культуре «В гости к ежику»	Вызвать у детей эмоциональный отклик, радостное настроение. Учить ходить и бегать в колонне по одному, упражнять в бросании мешочков правой /левой/. Воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми . желание заниматься и радовать сказочного героя. Способствовать развитию ловкости, самостоятельности.	Ритмические упражнения: «Дождик», «Игра на музыкальных инструментах», «Ручками мы хлопаем». «Замесим тесто». П/и «Пузырь» Дыхательная гимнастика «Вот как мы любим ежика!»
Апрель	Физкультурное развлечение «По лесной дорожке шагают наши ножки» НОД «Польза витаминов для здоровья»	Формировать и воспитывать у детей потребность к подвижным играм. Закрепить основные движения: бег, ходьба, прыжки. Продолжать укреплять взаимодействие с семьей в интересах ведения ЗОЖ, создать положительный , эмоциональный комфорт у детей. Обобщать и закреплять знания детей о пользе овощей для нашего организма. Закреплять умения отгадывать загадки. Формировать ценностное	П/и «Соберите шишки», П/и «Догони мяч», П/И «Зайка беленький сидит», П/и «пройди по мостику». Д/и «Разложи овощи и фрукты»

		отношение к своему здоровью.	Дыхательное упражнение «Надуем шарик», «Обдуваем плечи».
Май	Занятие «Таблетки растут на ветке» Развлечение «Мы умеем чисто мыться, не боимся мы водицы»	Закреплять знания о фруктах, об их значении и питании. Развивать логическое мышление, внимание. Воспитывать культуру еды, чувство меры Формировать и воспитывать у детей навыки самообслуживания и гигиены, развивать речевую активность.	Пальчиковая игра «Будем мы варить компот».

Перспективный план работы по ЗОЖ в младшей группе

Месяц	Тема	Содержание и формы работы с детьми	Содержание и формы работы с родителями
Сентябрь	«Здоровый образ жизни»	1. Игра - занятие «Формировать образ Я». Формировать элементарные навыки ухода за своим лицом и телом. Цель: развивать представления о своем внешнем облике. Воспитывать чувство взаимовыручки, стремление оказывать помощь друг другу. 2. Дигра «Кому это принадлежит». Цель: закреплять знания детей о предметах, необходимых для работы врачу, повару, продавцу. 3. Сюжетно-ролевая игра «Больница». Цель: повышать знания детей о медицинских работниках и их работе, воспитывать уважение к их труду. 4. Чтение К. Чуковский «Доктор Айболит» 5. Просмотр презентации «Здоровый образ жизни»	Акция – конкурс «Здоровый образ жизни нашей семьи». Анкетирование родителей на тему «Как берегут здоровье в вашей семье». Цель: получение и анализ информации об отношении родителей к вопросам здорового образа жизни детей. Участие в районных мероприятиях «День ходьбы», «КРОСС НАЦИЙ» и ещё в доступных для нашего возраста.
Октябрь	«Полезные продукты»	1. Занятие «Что полезно, а что вредно». Цель: Уточнить знания детей о полезных продуктах, рассказать о пользе фруктов и овощей для здоровья человека. 2. Дидактические игры «Что у меня на тарелке», «Варим суп». Цель: закрепить название овощей и фруктов, умение узнавать их на ощупь и по описанию, упражнять в умении различать овощи и фрукты. 3. С/рол. игра «Магазин». Цель: закрепить название овощей и фруктов, воспитывать культуру	Родительское собрание на тему «Малыши – крепыши». Пригласить из больницы Косареву В.Н для информации родителям о ЗОЖ

		<p>поведения в общественных местах.</p> <p>4. Чтение Ю. Тувим «Овощи», Г.Зайцев «Приятного аппетита».</p> <p>5. Продуктивная деятельность Лепка, рисование «Огурчик». Цель: Учить детей изображать предметы овальной формы, закрашивать, не выходя за края. Закрепить знания о пользе овощей.</p> <p>6. Развлечение «Весёлые овощи».</p> <p>7. Дидактическая игра «Овощи Скопатычем» с применением мультимедийной установки</p>	
Ноябрь	«Личная гигиена»	<p>1. Беседа «Чумазый мальчик». Цель: развивать у детей понимание о значимости гигиенических процедур.</p> <p>2. Дидактические игры «Зачем нам нужна зубная щетка», «Умоем куклу». Цель: Пополнять знания детей о зубной щетке, и других средствах личной гигиены. Формировать привычку к опрятности.</p> <p>3. С/рол. игра «Салон красоты». Цель: формировать представления о профессии парикмахера, формировать навыки культуры общения, поведения.</p> <p>4. Чтение К. Чуковский «Мойдодыр», А. Барто «Девочка чумазая», З. Александрова «Купание», потешки: «Расти коса до пояса», «Водичка водичка».</p> <p>5. «Неделя здоровья в детском саду»</p>	<p>Предложить родителям выставить информацию в контакте группы «Солнышко» на тему: «Здоровы образ жизни в семье». Цель: обмен опытом родителей по сохранению и укреплению здоровья дошкольников в семье.</p>

Декабрь	«Тело человека»	<p>1. Беседа «Наше тело». Цель: познакомить детей с частями тела, рассказать об органах чувств.</p> <p>2. Дидактические игры «Повтори», «Посылка от медвежонка». Цель: упражнять в умении осознавать, запоминать и воспроизводить показанные движения, развивать зрительно-моторную память, внимание.</p> <p>3. Чтение С. Прокофьев «Румяные щечки», Н.Саконская «Где мой пальчик».</p> <p>4.Экскурсия в кабинет врача «Врачи наши помощники». Цель: расширить представления детей о труде врача и медицинской сестры.</p> <p>5. Приём коктейлей Просмотр мультфильма «Про медвежонка лыжника»</p>	<p>Выпуск памятки для родителей «Здоровый образ жизни»</p> <p>Консультация «Как правильно подобрать лыжи ребёнку».</p> <p>Консультация «Маленькие гурманы» (о пользе коктейлей)</p>
Январь	«Солнце, воздух и вода – наши верные друзья».	<p>1. Беседа «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья». Цель: познакомить детей с закаливанием и его основными видами.</p> <p>2. Дидактическая игра «Если хочешь быть здоров». Цель: формировать у детей потребности быть здоровыми, воспитывать культурно гигиенические навыки.</p> <p>3. Развлечение «Олимпийские игры». Цель: формировать представления о влиянии физических упражнений на организм человека; воспитывать любовь к физическим упражнениям; формировать элементы самоконтроля во время разнообразной двигательной деятельности.</p> <p>4. Чтение произведения В. Сулова «Про Юру и физкультуру». Цель: развивать здоровье сберегающее сознание детей, пространственное мышление, внимание.</p> <p>5. Участие в районных соревнованиях «День Снега» с привлечением родителей Просмотр презентации «Зимние виды спорта»</p>	<p>-Размещение методического материала.</p> <p>Уголок здоровья: Профилактические и оздоровительные мероприятия на январь; «Бережём здоровье детей вместе!».</p> <p>-Участие в районных спортивных мероприятиях</p> <p>-Выложит в группе «Солнышко» в контакте информацию о Дне снега</p>

Февраль	«Витамины для здоровья»	<p>1. Занятие «Знакомьтесь, витамины». Цель: формировать представления о значении витаминов для здоровья человека. Познакомить с пословицами и поговорками. Ввести в активный словарь детей слова: витамины, здоровье. Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.</p> <p>2. Беседа «Если ты потерялся на улице». Цель: познакомить детей с элементарными правилами поведения в сложных ситуациях, рассказать к кому можно обратиться за помощью.</p> <p>3. Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты». Цель: систематизировать представления детей о вредных и полезных продуктах, упражнять в умении их дифференцировать, формировать потребность заботиться о своём здоровье.</p> <p>4. Подвижные игры «Цветные автомобили», «Воробушки и автомобиль».</p> <p>5. С/рол. игра «Аптека». Цель: познакомить детей с профессией фармацевт, обогащать знания детей о витаминах.</p> <p>6. Лепка по образцу «Витамины для зверят». Цель: формировать первичные представления у детей о значении витаминов, учить детей раскатывать пластилин круговыми движениями.</p> <p>7. Просмотр презентации «Полезные и вредные продукты»</p>	<p>Клуб «Доверие» на тему «Витамины наши друзья».</p> <p>- Привлечь родителей к изготовлению дидактических игр «Полезные и вредные продукты» и др.</p>
Март	«Будем спортом заниматься»	<p>1. Беседа «Здоровье в порядке, спасибо зарядке». Цель: способствовать формированию основ здорового образа жизни, потребности заниматься физической культурой и спортом. Закрепить название некоторых видов спорта.</p> <p>2. Дидактическая игра «Назови вид спорта». Цель: закрепить название некоторых видов спорта.</p> <p>3. С/рол. игра «Физкультурное занятие в детском саду». Цель:</p>	<p>Видео консультация «Подвижная игра в жизни ребенка».</p> <p>Создание фильма о подвижных играх детей</p>

		<p>формировать привычку к здоровому образу жизни, потребность в двигательной деятельности.</p> <p>4. Продуктивная деятельность Рисование «Разноцветные мячи». Цель: упражнять детей в рисовании предметов круглой формы. Уточнить знания о спортивном инвентаре.</p> <p>5. Спортивное развлечение «Мы мороза не боимся».</p> <p>Экскурсия в ФОК знакомство со спортивным инвентарём</p>	
Апрель	«За здоровьем в детский сад!»	<p>1. Занятие «Что такое здоровье» Цель: сформировать первичные представления детей о здоровье, своем организме. Воспитывать желание заботиться и беречь своё здоровье.</p> <p>2. Участие в акции «Зарядка для всех»</p> <p>3. День здоровья.</p> <p>4. Развлечение «Олимпийские резервы». Цель: формировать представления о влиянии физических упражнений на организм человека; воспитывать любовь к физическим упражнениям; формировать элементы самоконтроля во время разнообразной двигательной деятельности</p>	<p>Оформление совместно с родителями тематической фотовыставки на тему: «Маленькие спортсмены».</p> <p>Консультация для родителей «Физическое воспитание ребенка в семье».</p>
Май	Опасности вокруг нас	<p>1. Беседа «Опасные предметы вокруг нас». Цель: учить детей осторожному обращению с предметами, которые могут быть источниками опасности.</p> <p>2. Дидактическая игра «Я знаю, что можно, что нельзя». Цель: закрепить знания детей об опасных предметах и ситуациях, представляющих опасность.</p> <p>3. С/рол. игры «Семья», «Больница». Цель: Способствовать объединению нескольких игр в единую сюжетную линию, закрепить знание о профессиях врача, медсестры.</p> <p>4. Развлечение «Медведи в гостях у детей»</p>	<p>Прогулка к Дорожным знакам совместно с родителями «Безопасная улица».</p> <p>Цель: закрепить знания детей о правилах безопасного поведения на улицах города.</p> <p>Консультация «Её величество скакалка»</p> <p>Консультация «Безопасное лето»</p>

**Перспективный план работы по ЗОЖ
в средней группе**

Месяц	Название мероприятия	Цель	Работа с родителями	Ответственные
Сентябрь	Образовательная деятельность «Что такое здоровье?»	Ц: ознакомление детей с понятием «здоровье» и формирование положительной мотивации к ЗОЖ	Семинар «Современные подходы к оздоровлению детей»	воспитатели
	Беседа «Осторожно ядовитые грибы и ягоды»	Ц: ознакомление детей с ядовитыми грибами и растениями, встречающимися в нашем крае и мерах предосторожности с ними.		Воспитатели
	Образовательная деятельность «Овощи и фрукты- полезные продукты»	Ц: закрепление представлений о пользе для здоровья овощей и фруктов.	Полезные советы «Рецепты приготовления фруктовых и овощных блюд для детей»	Воспитатели
	Чтение стихотворения Ю.Тувима «Овощи»			Воспитатели
	Художественное творчество: лепка, рисование, аппликация на тему: «Овощи и фрукты»	Ц: развитие ручных умений.		Воспитатели
Октябрь	Кросс Наций	Ц: приобщение детей и родителей к ЗОЖ		Воспитатели, старший воспитатель
	Образовательная деятельность «Чистота –залог здоровья	Ц: формирование у детей навыков личной гигиены.	Консультация «Чистота-таже красота	Воспитатели
	Чтение художественного произведения К.Чуковского «Мойдодыр»			Воспитатели
	Дидактическая игра: «Нас лечат доктора»	Ц: расширение представлений детей о профессии доктора и медсестры.		Воспитатели, медсестра
	Экскурсия в аптеку	Ц: ознакомление детей с работой фармацевта.		Воспитатели
	День ходьбы	Ц: приобщение кЗОЖ		Воспитатели старший воспитатель
Ноябрь	Неделя здоровья	Ц: приобщение детей к здоровому образу жизни.		Воспитатели
	Экскурсия в спортивную школу	Ц: формирование ЗОЖ, потребности	Консультация №Как	Воспитатели, преподаватель

		заниматься физической культурой и спортом	организовать спортивный досуг ребенка в выходные дни»	спортивной школы
	Дидактическая игра «Виды спорта»	Ц: закрепление некоторых видов спорта		Воспитатели
	Просмотр презентаций «Виды спорта», «Спортсмены Вологодского края»	Ц: закрепление знаний о выдающихся спортсменах Вологодской области и закрепление различных видов спорта.		Воспитатели
	Экскурсия в Физкультурно - оздоровительный комплекс «Север»	Ц: ознакомление детей с ФОК, его предназначением.		Воспитатели
Декабрь	Познавательная беседа «Помощники человека»	Ц: ознакомление с частями тела и органах чувств.	Консультация «Как укрепить иммунитет ребенка»	Воспитатели
	Дидактическая игры «Запомни движение» «Посылка от обезьянки»	Ц: развитие зрительно-моторной памяти, упражнять в умении осознавать, запоминать и воспроизводить движения		Воспитатели
	Чтение С Прокофьев «Румяные щечки» Н.Саконская «Где мой пальчик»			Воспитатели
	Беседа «Микробы и вирусы»	Ц: дать детям элементарные представления об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробах и вирусах)	Консультация «Профилактика инфекционных заболеваний»	Воспитатели Медсестра
Январь	Познавательная беседа «Режим дня»	Ц: формирование у детей представлений о правильном режиме дня и его пользе для здоровья.	Информация для стенда «Соблюдение режима дня в выходные дни»	Воспитатели
	Практикум «Я здоровье сберегу-сам себе я помогу»	Ц: обучение детей различным видам самомассажа		Воспитатели
	Беседа «Культурногигиенические навыки» Чтение:	Ц: формирование осознанного отношения к выполнению	Памятка «Профилактика зимнего травматизма»	Воспитатели

	«Мальчик грязнуля» Толстой Л.Н. «Федорино горе» К.И.Чуковский	основных гигиенических навыков		
	Просмотр мультфильма «Азбука здоровья со смешариками»	Ц: представление информации о важности гигиены с помощью ИКТ	Папка- передвижка «Предупреждение плоскостопия у детей»	Воспитатели
	День Снега			Воспитатели, сотрудники. ФОК, старший воспитатель
Февраль	Масленичные старты среди воспитанников детских садов	Ц: приобщение детей к ЗОЖ, развитие двигательной активности.		Воспитатели, сотрудники. ФОК, старший воспитатель
	Развлечение «Мы мороза не боимся»	Ц: развитие двигательной активности детей.	Папка- раскладушка «Период выздоровления»	Воспитатели
	Физкультурная деятельность	Ц: развитие и совершенствование двигательных навыков у детей		Воспитатели Инструктор по физической Культуре Игнатьева И.А.
Март	Беседа «Опасные предметы вокруг нас»	Ц: ознакомление детей с предметами, которые могут быть источником опасности.		Воспитатели
	Познавательная беседа «Зачем нужен сон?»	Ц: формирование представлений о сне как необходимости для сохранения и укрепления здоровья	Информация на стенд «Как проводить закаливание детей дома»	Воспитатели
	Чтение художественной литературы Н. Лоткин «Тихий час»			Воспитатели
	Развлечение «Веселые эстафеты»	Ц: поддержание интереса к занятию физкультуры, совершенствование своих физических умений и навыков.		Воспитатели
Апрель	Оздоровительный досуг(совместно с родителями) «Неразлучные друзья взрослые и дети»	Ц: вовлечение родителей в образовательную деятельность, создание благоприятного общения со своими	Консультация «Лечение без лекарств»	Воспитатели

		детьми.		
	Практикум «Приготовим витаминный фруктовый салат»	Ц: закрепление знаний о правильном питании для здорового организма.		Воспитатели Повар детского сада Чумак Людмила Михайловна
	Беседа «Наши зубы»	Ц: Формирование представлений о том, что зубы надо беречь и правильно за ними ухаживать.		Воспитатели Стоматолог- Уварова Людмила Валентиновна
Май	Образовательная деятельность «Солнце, воздух и вода»	Ц: ознакомление детей с профилактикой заболеваний (воздушных и солнечных ваннах, массаже и закаливании)		Воспитатели
	«Праздник мыльных пузырей»	Ц: удовлетворение потребности детей в двигательной активности, создание радостного настроения.	Памятка «Осторожно, клещи!»	Воспитатели
	Беседа «Мое настроение»	Ц: Формировать эмоциональную сферу детей, учить понимать свои и чужие эмоции, сопереживать	Стенд «Вредные привычка у родителей и их влияние на развитие здоровья ребенка»	Воспитатели

**Перспективный план работы по ЗОЖ
в старшей - подготовительной группе**

Месяц	Тема	Цель	Виды и формы деятельности
СЕНТЯБРЬ	«Я и моё тело»	<p>Дать представления об устройстве тела человека.</p> <p>Стимулировать положительные эмоции, интерес к изучению своего организма.</p> <p>Формировать представление о связи двигательной активности и здоровья.</p>	<p>ОД «Мои помощники».</p> <p>Цель: развивать исследовательские навыки, умение обобщать имеющиеся представления о функциях органов.</p> <p>Способствовать формированию умения различать понятия «часть тела», «орган». Знакомить с простыми способами борьбы с болезнетворными бактериями, бережно относиться к своему телу.</p> <p>Д/игра «Кто что делает», «Умею- не умею»</p> <p>Цель: знакомство с функциями органов.</p> <p>Лепка человеческой фигуры на металлическом каркасе.</p> <p>Цель: продолжать знакомство с человеческим скелетом и его функциями.</p> <p>Дыхательное упражнение «Дровосек».</p> <p>Цель: развитие органов дыхания у детей.</p> <p>Беседа «Я и другие люди» (внешние различия людей по возрасту, полу, росту, цвету волос, глаз и т.д.; «Здоровье в порядке- спасибо зарядке», « Как движутся части тела», «Как укрепить мышцы и кости». «Как растет человек», «Внутренние органы человека»</p> <p>Цель: знакомство детей с назначением мышц, суставов, костей, внутренних органов их ролью в строении тела человека; возможностями движения различных частей тела. Воспитывать желание заниматься физкультурой.</p> <p>Опыт «Наше сердце»</p> <p>Цель: смоделировать работу «здорового», тренированного сердца и «слабого», нетренированного.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Спортивная школа». Вариант: тренировка спортсменов- подбор упражнений для различных групп мышц.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Поликлиника».</p> <p>Чтение художественной литературы: В. Драгунский «Без осанки конь-корова», «Силушка по жилушкам огнем бежит»; Л.Толстой «Косточка», К.Чуковский «Федорино горе».</p> <p>Самостоятельная деятельность детей в центре «Здоровья» с нестандартным физкультурным оборудованием.</p> <p>Досуг «Жизнь- это движение».</p>

«Витамины и полезные продукты»

Систематизировать представления детей об овощах и фруктах. Рассказать о пользе витаминов и их значении для здоровья человека.

ОД «Полезная еда».

Цель: учить осознанно относиться к своему питанию, показать разнообразие пищи, рассказать о составе полезной пищи; отличать полезные продукты от вредных.

Рисование: «Дары осени»

Цель: закрепить представления о пользе употребления овощей и фруктов.

Беседы: «шиповник укрепляет наше здоровье», «Не всегда вкусное полезное», «Щи да каша- пища наша», «Морковкина копилка», «Овощи и фрукты- полезная еда».

Цель: рассказать о роли витамина «С» для укрепления защитных сил организма; закреплять представления детей о здоровой пище, о пользе для здоровья человека овощей и фруктов; познакомить с приготовлением салата.

Дидактические игры: «Кулинарное лото», «Кто в домике живет?»

Цель: познакомить с витаминной ценностью продуктов питания.

Д/и «Где растёт каша?» Цель: сформировать представления о продуктах растительного происхождения.

Д/и «Во фруктовом царстве». Цель: дать представления о значении витаминов для здоровья.

Д/и «Чудо-дерево». Цель: учить выбирать полезные продукты.

Кроссворд «Всякому овощу своё время».

Подвижные игры «Удочка», «Ловишка с мячом»

Опыт «Молочная пища для здоровья». Цель: показать роль молока для укрепления костной системы и здоровых зубов.

Проблемная ситуация «Необычное угощение».

Цель: выявление представлений о полезных и вредных для здоровья продуктах.

Сюжетно-ролевая игра. «Обед в семье». Вариант: составление меню (каша, суп, салаты для витаминизации).

«Магазин «У бурёнки» (реклама продуктов и блюд из молока). «Зубная клиника» (советы по уходу за полостью рта, лечение зубов молочной пищей).

Физкультурно-познавательный досуг «Полезная и вредная еда» (совместно с родителями).

Проектная деятельность «Пейте, дети, молоко».

Чтение художественной литературы: Ю.Тувим «Овощи», Н.Егоров «Огородный светофор», В.Осеева «Печенье»

Цель: помочь детям понять, что здоровье зависит от правильного питания- еда должна быть не только вкусной, но и полезной.

Выставка-дегустация «Овощи на столе».

Выставка детских рисунков «В стране Витаминами».

«Режим дня»

Сформировать представления о правильном режиме дня и пользе его соблюдения для здоровья. Закрепить последовательность действий утром, днём и вечером. Воспитывать желание соблюдать режим дня.

ОД «Твой режим дня»

Цель: сформировать представления о правильном режиме дня и пользе его соблюдения для здоровья.

Закрепить последовательность действий утром, днём и вечером. Воспитывать желание соблюдать режим дня.

Рисование «Осенняя прогулка».

Физкультурно-познавательный праздник «Путешествие в страну Здоровья».

Цель: формировать представление детей о здоровом образе жизни, о важности соблюдения режима дня.

Беседы «Режим дня нашей группы», «Зачем нужно соблюдать режим дня?», «Режим дня в выходные дни», «Здоровью надо помогать», «Зачем детям нужно спать днём?»

Цель: сформировать представление о режиме дня в группе, уточнить необходимость соблюдения режима дня для здоровья, научить рационально чередовать сон и период бодрствования.

Ситуативное общение «Почему считается, что солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья».

Цель: развивать речь детей и умение рассуждать.

Сюжетно-ролевая игра «Семья» - колыбельная для куклы-дочки.; «Детский сад» - режим дня (смена подвижных игр спокойной деятельностью).

Дидактическая игра «Режим дня»

Цель: закрепить у детей последовательность действий в течение дня.

Д/игра «Что перепутал художник?», «Части суток»

Цель: закрепить представления о правильном режиме дня.

Чтение художественной литературы В Бианки «Как муравьишка домой спешил», О. Иванченко «Спокойной ночи», «Про мимозу».

Составление альбома колыбельных песенок (рисунки-модели).

Цель: способствовать формированию полезной привычки к быстрому засыпанию.

Проектная деятельность «Режим выходного дня».

«Береги
здоровье
смолоду»

Приобщение детей к ценностям ЗОЖ. Систематизировать представления о здоровом образе жизни, о том, как заботиться о своем здоровье, избегать ситуаций, приносящих вред здоровью

ОД «Здоровый образ жизни в большом городе»
Цель: выявить особенности образа жизни в большом городе, необходимость заботы о здоровье. Показать взаимосвязь физического здоровья и психологического комфорта.
Рисование «Что мне нужно для здоровья»
Выставка детских работ по изобразительной деятельности «Здоровый образ жизни»
Физминутка «На зарядку!»
Беседы «Что такое болезнь?», «Что такое здоровье», «Какие ситуации могут быть опасными для здоровья», «Как нам помогают прививки», «Как укрепляет здоровье закаливание», «Спорт- лучшее лекарство», «Физкультура и здоровье», «Прогулка для здоровья»
Цель: сформировать представления о необходимости укрепления защитных сил организма, прививок, занятий физкультурой и спортом.
Сюжетно-ролевая игра «Фито-аптека»: советы по лечению травами, разъяснение преимуществ фитотерапии перед медикаментозным лечением.
«Санаторный детский сад»: включение ситуаций – закаливающие процедуры, одевание на прогулку.
Дидактические игры: « Маленькая мама».
Цель: научить предотвращать простудные заболевания, выбирая одежду соответственно погоде.
«Зелёная аптека». Цель: обогатить представления детей о лекарственных травах Самарской области.
«Когда это бывает?», «Разложи правильно» (виды спорта), «Четвертый лишний», «Подбери одежду по сезону», «Съедобное-несъедобное».
Художественная литература: И.Турчин «Человек заболел», «Смолоду закалишься- на весь век сгодишься», «Хилый в шубу, а здоровый на мороз»; С.Михалков «Мимоза», Я.Аким «Первый снег»
Цель: дать представления о влиянии отрицательных природных факторов на здоровье человека и значении закаливания для профилактики простудных заболеваний.
Кукольное представление «Где Тимоша здоровье искал».
Цель: закреплять представления о влиянии окружающей среды большого города на здоровье, правилах безопасного поведения.
Проектная деятельность «Здоровый образ жизни»
Цель: систематизировать представления о здоровом образе жизни в большом городе, факторах укрепления здоровья.

«Зимние забавы»

Дать представление о том, что зима-замечательное время для укрепления здоровья

Спортивное развлечение «Зимушка-зима- русская краса»
 Цель: закрепить представления детей о характерных признаках зимы, зимних развлечениях детей, возможностях для укрепления здоровья, закаливания». Рассказывание по картине «Зимние развлечения» (серия «Времена года»).

Цель: развивать познавательный интерес к особенностям зимнего времени года, зимних развлечений; развивать монологическую речь, привитие потребности к ЗОЖ.

Беседа «На игровой площадке», «Встречи на прогулке».
 Цель: закрепить правила безопасного поведения на игровой площадке, поведение при контакте с незнакомыми людьми.

Подвижные игры «Мороз Красный нос», «Два Мороза», «Ловишки», «Снежные скульптуры», «Снежная карусель», «Снежная крепость».

Игры на прогулке: катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах. «Гонки с шайбой», «Забей в ворота», игры-эстафеты.

Составление тематического альбома «Зимние забавы и развлечения».

Игра-драматизация по мотивам сказок «Мороз Иванович».

Сюжетно-ролевая игра «Экскурсоводы»: игры прошлого и настоящего; «Семья»: зимняя прогулка, игры, как закалывать дочку(сыночка) .

Дидактические игры «Когда это бывает?», «Следопыты», «Найдем краски для зимы»

Викторина «Распознай игру по закличке».

Разучивание пословиц, поговорок, стихов о зиме.

Чтение художественной литературы: Г.Скребицкий «Четыре художника», Одоевский «Мороз Иванович», И. Суриков «Вот моя деревня».

Опытно-исследовательская деятельность с водой, снегом. Снежное граффити (изготовление снежных построек и ледяных скульптур). Конкурс на лучшую снежную постройку.

Изготовление цветных льдинок и украшение участка.

Продуктивная деятельность «Зимние забавы».

Цель: закреплять представления о значении для здоровья зимних видов спорта, подвижных игр на воздухе.

Выставка семейных фотоальбомов «Зимняя прогулка»

«Спорт и здоровье»

Способствовать становлению у детей ценностей здорового образа жизни: занятия спортом очень полезны для здоровья человека. Прививать любовь к физическим упражнениям, гордость за спортсменов-соотечественников.

ОД «Олимпийские игры».

Цель: формировать у дошкольников начальные представления об олимпийских играх современности как части общечеловеческой культуры; развивать интерес к занятию спортом.

-Беседы: « О, спорт- ты- мир!», «О смелости, ловкости, быстроте», «Что пишут о спорте», «Почему полезно заниматься физкультурой», «Мы дружим с физкультурой», «Чтобы олимпийским чемпионом стать», «Олимпийские чемпионы нашей губернии».

Презентация «Из истории Олимпийских игр».

Игра-викторина «Эрудиты спорта».

Кроссворд «Виды спорта».

-Чтение: В.Радченко «Твой олимпийский учебник», С. Прокофьева «Румяные щеки», «Олимпийские кольца».

-Пословицы, поговорки, загадки о спорте

-Игры – эстафеты: «Эстафета парами», «Дорожка препятствий»

-Спортивный праздник «Малые Олимпийские игры»

-Рассматривание фотографий, иллюстраций, коллекции марок, этикеток о видах спорта, спортсменах

-Этюды на расслабление мышц: «Штанга», «Насос», «Винт», «Шалтай – Болтай»

- Индивидуальное обучение на прогулке основным движениям

-Подвижные игры: «Найди, где спрятано», «Кто ушел», «Мышеловка», «Ловишка», «Найди пару»

-Рассматривание пособий спортивного уголка, составление рассказов о мяче, обруче, скакалке, кеглях

-Дидактические игры: «Чего не стало», «Отгадай вид спорта», «Лото», «Где мы были, мы не скажем, а что делали покажем», «Подбери спортсменам инвентарь», «Какие виды спорта изобразил художник?»

-Настольно-печатные игры: «Спортивное лото», «Сложи фигуру», «Шашки», «Шахматы», «Подбери предмет»

-Отгадывание ребусов, кроссвордов на спортивную тематику

-Слушание песен о спорте, беседа по содержанию

-Сюжетно-ролевые игры: «Магазин спортивных товаров», «Стадион». «Олимпиада в детском саду» (подготовка к олимпиаде: выбор символа и видов спорта, формирование команд).

-Музыкально-литературная викторина «О спорте»

-Экскурсия в детскую спортивную школу, беседа с тренером

-Работа в уголке книг: чтение произведений спортивного содержания, просмотр спортивных журналов, газет

-Продуктивная деятельность «Мы делаем зарядку»

«Личная гигиена»

Развивать у детей понимание значения и необходимости гигиенических процедур; формировать осознанное отношение к их выполнению.

ОД «Чистота-залог здоровья»

Цель: формировать осознанное отношение к выполнению гигиенических процедур как важной составляющей здорового образа жизни.

Беседы «Как быть здоровым», «Микробам-бой», «Здоровые зубки», «Как можно очистить кожу».

Цель: уточнить представления о способах ухода за органами слуха, зрения, за полостью рта и кожей; закрепить знания о микробах и вирусах, о путях проникновения их в организм; о роли личной гигиены и профилактике.

Игровая ситуация «В гости к тетушке Зубной щётке»

Дидактические игры «Водяной лабиринт».

Цель: учить правильно использовать воду в быту.

«Где прячутся микробы?» Цель: закрепить навык ухаживания за руками, формировать умение постригать ногти, «Что полезно, а что нет».

Разгадывание кроссворда «Предметы гигиены»

Сюжетно-ролевые игры «Детский сад»: моем руки.

«Поликлиника»: лаборатория, анализы;

«Парикмахерская»: опрятность внешнего вида, косметолог, маникюрша; «Стоматология».

Чтение: Н.Найдёнова «Наши полотенца», К.Чуковский «Мойдодыр», А.Барто «Девочка чумахая», Д.Родари «Люди из мыла», А.Пономаренко «Твои друзья», «Мочалка», «Зубная щётка».

Загадывание загадок по теме.

Рассматривание иллюстраций «Как правильно чистить зубы»

Досуг «В гостях у королевы Чистоты».

Цель: закрепление представлений о значении для здоровья санитарно-гигиенических процедур.

Коллективный труд: уборка групповой комнаты, стирка кукольной одежды.

Опыты с водой.

Цель: доказать о необходимости употребления в пищу чистой, фильтрованной воды.

Разучивание гимнастики для глаз.

Изготовление из бумаги «Стаканчик для зубной щетки».

Цель: закрепление представления о важности для здоровья ухода за зубами.

Проектная деятельность «Как сохранить здоровые зубки».

«В здоровом теле-здоровый дух»

Закрепить представления о причинах возникновения заболеваний и способах профилактики

о
и

ОД «Цветок здоровья».
 Цель: раскрыть роль профилактики заболеваний, желание вести здоровый образ жизни.
 Беседа «Правильная осанка».
 Цель: закрепить представления о правильной осанке и профилактике её нарушения.
 «Что такое плоскостопие?»
 Цель: познакомить детей с понятием «плоскостопие». Рассказать о причинах возникновения заболевания и способах профилактики.
 Беседы: «Здоровье в порядке- спасибо зарядке», «Послушные ножки», «Осанка- красота и здоровье»
 Дидактическая игра «Будь стройным»
 Цель: показать значение правильной осанки для здоровья человека.
 Дидактическая игра «Здоровые стопы».
 Цель: показать значение правильно подобранной обуви для формирования стопы.
 Дидактическая игра «Подбери пару», «Собери предмет по частям», «Что сначала, что потом».
 Подвижные игры, игры-эстафеты, спортивные игры.
 Физкультурно-оздоровительная игра «Здоровые ножки».
 Цель: разучить с детьми упражнения для профилактики плоскостопия.
 Сюжетно-ролевая игра «Спортивная школа», «Детский сад», «Поликлиника»: профилактический кабинет.
 Досуг с участием родителей «Здоровые дети- в здоровой семье».
 Выставка детских рисунков «Если хочешь быть здоров».

	<p>«Как природа помогает нам здоровыми быть»</p>	<p>Закрепить представления о значении для здоровья природных факторов окружающей среды. Расширить представления детей о лекарственных растениях, о взаимосвязи растительного и животного мира. Воспитывать бережное отношение к миру природы.</p>	<p>ОД «В гости к Лесовичку». Цель: познакомить со свойствами лекарственных растений, закрепить правила поведения в лесу, бережное отношение к окружающему миру природы. Дидактическая игра «Лекарства под ногами». Цель: расширить представления о лекарственных растениях в жизни человека. Дидактическая игра «Что лишнее?» Цель: развивать умение классифицировать и обобщать предметы по определённому признаку. Игровая ситуация «Если ты поранил ногу». Цель: познакомить детей с основными кровоостанавливающими растениями. Дидактическая игра «Что лишнее», «Что где растёт», «Чьи детки?», «Почемучки», «Времена года», «Подскажи словечко». Продуктивная деятельность «Правила поведения в природе». Рассматривание энциклопедии «Растения», иллюстраций «Лекарственные растения». Беседы «Как вылечить простуду с помощью лекарственных растений», «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», «Растения вокруг нас», «Отдыхаем у воды», «Ядовитые растения». Проблемная ситуация «Место для отдыха». Цель: выявление представлений о влиянии окружающей среды на здоровье людей. Опыты с воздухом, водой, почвой. Разгадывание кроссворда «Зелёная аптека». Кукольное представление «Как природа помогает нам здоровыми быть». Сюжетно-ролевая игра «Фитоаптека», «Поликлиника». Досуг «Кто в лесу живёт». Цель: продолжать формировать представления о правилах безопасного поведения в лесу, о бережном отношении к природе. Конструктивная деятельность: макет пруда. Цель: формировать представление о пользе для здоровья прогулок вдаль от автомобильных дорог. Игра «Что? Где? Когда?» Цель: обобщить полученные представления о здоровом образе жизни и факторах укрепления здоровья. Развивать осознанное стремление к здоровому образу жизни.</p>
--	--	---	--