

СОГЛАСОВАНА
Протокол педагогического совета
от 26.05.2022 № 04

УТВЕРЖДЕНА
приказом МДОУ
«Детский сад № 120»
от 26.05.2022 № 66/1

ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЯ
муниципального дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 120»
на 2022 - 2025 годы



г. Ярославль, 2022г.

СОДЕРЖАНИЕ	Стр.
Паспорт Программы	3
Раздел I. Информационная справка о дошкольной образовательной организации	4
Раздел II. Программные мероприятия	5

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ЗДОРОВЬЯ

Наименование программы	«Здоровый малыш» - программа здоровья муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 120» на 2022-2025 гг.
Координатор Программы	Артюнина И.В., заведующий ДОУ
Юридический адрес	150052, г. Ярославль, проспект Дзержинского, дом 33а
Телефон	8 (4852)51-61-68
e-mail	yardou120@yandex.ru
Сайт	https://mdou120.edu.yar.ru/
Разработчики Программы	заведующий, старший воспитатель, старшая медицинская сестра, творческая группа педагогов
Обоснование Программы	Программа является преемственной по отношению к программе здоровья муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 120», реализованной в 2018-2021 гг.
Нормативная база	Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ); Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» (утв. приказом Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373); Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Минобрнауки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155); Устав муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 120»
Цель программы	Создание оптимальных здоровьесберегающих условий в ОО
Задачи программы	1. Охранять и укреплять здоровье детей, совершенствовать их физическое развитие, повышать сопротивляемость защитных свойств организма, способствовать улучшению физической и умственной работоспособности. 2. Развивать основные физические способности (сила, быстрота, ловкость, выносливость и др.) и формировать умение рационально использовать их в различных условиях. 3. Создавать условия для оптимального режима дня, обеспечивающего гигиену нервной системы ребёнка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие. 4. Воспитывать интерес детей к различным доступным видам двигательной активности. 5. Воспитывать нравственно-волевые качества дошкольников. 6. Создавать условия для использования в работе педагогов широкого спектра здоровьесберегающих технологий. 7. Формировать у всех участников образовательных отношений осознанное отношение к своему здоровью, потребность в здоровом образе жизни. 8. Приобщать детей и взрослых к традициям большого спорта (лыжи, баскетбол, плавание, футбол, волейбол, ритмика).
Сроки реализации программы	2022 - 2025 гг.
Ожидаемые конечные результаты реализации программы	1. Снижение уровня заболеваемости. 2. Закрепление оздоровительных мер в виде устойчивого психосоматического состояния. 3. Создание условий для оптимального режима дня. 4. Устойчивый интерес детей к различным доступным видам двигатель-

	ной активности и видам спорта. 5. Повышение профессиональной компетенции педагогов в вопросах оздоровления дошкольников. 6. Повышение вовлеченности родителей в мероприятия оздоровительной направленности.
--	--

РАЗДЕЛ I. ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА О ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Характеристика контингента воспитанников: В 2022 году детский сад посещают 218 детей, из них 90% проживают в полных семьях, 11% детей воспитываются в многодетных семьях, 1,3% - в семьях, находящихся в социально опасном положении. Детей-инвалидов - 2, детей, оставшихся без попечения родителей, - 3.

Условия для реализации программы здоровья:

✓ *Психолого-педагогические условия:* В ДОО реализуется на практике уважительное отношение взрослых к человеческому достоинству детей, создаются условия для формирования и поддержки их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях. Педагоги поддерживают положительные, доброжелательные отношения детей друг к другу и организуют взаимодействие детей друг с другом в разных видах деятельности. Безусловно, в ДОО дети защищены от всех форм физического и психического насилия. Педагоги, специалисты, психологическая служба ДОО, Психолого-педагогический консилиум поддерживают родителей (законных представителей) в вопросах воспитания детей.

✓ *Кадровые условия:* педагогические работники проходят курсовую подготовку, направленную на овладение знаниями здоровьесберегающих технологий.

✓ *Материально-технические условия* направлены на реализацию деятельности единого образовательного пространства детского сада.

В ДОО функционирует физкультурный зал и медицинский блок (кабинет медицинской сестры и врача; процедурный кабинет; изолятор). Все помещения оборудованы в соответствии с их функциональным назначением и соблюдением санитарно-гигиенических требований. Спортивный зал оснащен современным спортивным оборудованием: мягкими модулями, дугами для подлезания, обручами, скакалками, мячами в достаточном количестве, ребристыми коррекционными дорожками для хождения, и т.д. Оборудованы уголки двигательной активности в каждой возрастной группе.

Развивающая предметно-пространственная среда направлена на создание социальной ситуации развития участников образовательных отношений и гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, обеспечивает их эмоциональное благополучие.

При практической реализации поставленных задач мы основываемся на следующих **основных принципах** здоровьесберегающих технологий:

✓ *принцип научности* (подкрепление всех необходимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно-обоснованными и практически апробированными методиками)

✓ *принцип активности и сознательности* (участие педагогов 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 индивидуальности – личностной ориентации воспитания* (главная цель образования – ребенок)

✓ *принцип активного обучения* (необходимость строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности и инициативы)

- ✓ *принцип взаимодействия* ДОО и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе
- ✓ *принцип результативности* (получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей).

Открытость Программы

Программа здоровья является открытым документом, что предполагает возможность внесения в нее изменений в силу объективных причин, в том числе в связи с изменениями во внешней среде дошкольной образовательной организации.

РАЗДЕЛ II. ПРОГРАММНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

1. Программные мероприятия с детьми

Мероприятия	Сроки реализации		Ответственные за реализацию	Исполнители/соисполнители
	начало	окончание		
Лыжная подготовка (дети 4-7 лет)	2022	2025	Заведующий, инструктор по физической культуре	Инструктор по физической культуре
Проект: «Олимпийские игры» (дети 4-7 лет)	2022	2022	Воспитатели	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Туристическая прогулка для детей 5-6 лет	2022	2022	Старший воспитатель	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Спортивное мероприятие: «Папа, мама, я – спортивная семья» (дети 3-4 лет)	2022	2022	Музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре	Инструктор по физической культуре
Организация платных образовательных услуг	2022	2025	Заведующий, инструктор по физической культуре	Инструктор по физической культуре
Закаливающая ходьба босиком после дневного сна.	2022	2025	Старшая медсестра, воспитатели	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Оздоровительный бег на воздухе в летний период (дети 4-7 лет)	2022	2025	Инструктор по физической культуре	Инструктор по физической культуре
Проект «Спорт в жизни малыша» (дети 2-3 лет)	2022	2022	Воспитатели, инструктор по физической культуре	Творческая группа
Развлечение «Мы растем здоровыми» (дети 2-3 лет)	2022	2022	Воспитатели, музыкальный руководитель	Инструктор по физической культуре
Оздоровительное занятие самомассажем для детей 4-6 лет	2023	2023	Медики, инструктор по физической культуре	Инструктор по физической культуре

Спортивное мероприятие «Иван Купала».	2023	2023	Музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Спортивная квест - игра «Золотой ключик» (для детей 3-4 лет)	2023	2023	Воспитатели	Инструктор по физической культуре
Оздоровительное занятие скандинавской ходьбой для детей 4-7 лет	2023	2025	Заведующий, инструктор по физической культуре	Инструктор по физической культуре
Проект «Малыши-крепыши» (дети 2-3 лет)	2023	2023	Старший воспитатель, инструктор по физической культуре	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Развлечение «Веселое путешествие» (дети 2-3 лет)	2023	2023	Музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре	Инструктор по физической культуре
Фотовыставка «Мама, папа, я - спортивная семья» (дети 2-3 лет)	2023	2023	Воспитатели	Воспитатели
«Здоровый образ жизни» (презентация для детей 3-4 лет)	2024	2024	Музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Оздоровительное занятие «Оригами ногами» для детей 5-6 лет	2024	2025	Инструктор по физической культуре	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Проект «Зимние забавы»	2024	2024	Старший воспитатель, инструктор по физической культуре	Творческая группа
Оздоровительное занятие степ-аэробикой для детей 5-7 лет	2025	2025	Заведующий, инструктор по физической культуре	Инструктор по физической культуре
Проект «Зимние виды спорта» (дети 2-3 лет)	2024	2024	Инструктор по физической культуре	Творческая группа
Развлечение «Мой веселый, звонкий мяч» (дети 2-3 лет)	2024	2024	Воспитатели, инструктор по физической культуре	Инструктор по физической культуре
Проект «Мыло пенится, смотрите!» (дети 2-3 лет)	2025	2025	Старший воспитатель	Воспитатели
Стенгазета «Мы любим спорт» (дети 2-3 лет)	2025	2025	Воспитатели, инструктор по физической культуре	Воспитатели

2. Программные мероприятия с родителями (законными представителями)

Мероприятия	Сроки реализации		Ответственные за реализацию	Исполнители/соисполнители
	начало	окончание		
Развлечение для детей к 23 февраля «Бравые сол-	2022	2022	Музыкальный руководитель,	Воспитатели

даты»			Инструктор по физической культуре	
Проект «Секреты русского долголетия: банные посиделки»	2022	2022	Старший воспитатель Воспитатели	Творческая группа, Воспитатели
Консультация для родителей «Комплексы гимнастики для домашней практики» <i>в сообществе детского сада в ВК</i>	2022	2022	Инструктор по физической культуре, Воспитатели	Воспитатели, Старший воспитатель
Анкетирование родителей «Наши дети и их здоровье»	2022	2022	Старший воспитатель, Воспитатели	Воспитатели
Презентация с участием детей и родителей «Здоровая улыбка»	2022	2022	Воспитатели	Воспитатели
Акция «Отдыхаем всей семьёй» (фотоотчёт)	2022	2022	Воспитатели	Воспитатели
Создание плакатов «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»	2022	2022	Воспитатели	Воспитатели
Ярмарка «Витаминов здесь не счесть, так и хочется все съесть»	2022	2022	Старший воспитатель, Музыкальный руководитель Воспитатели	Воспитатели Специалисты
Мастер – класс для мам к 8 марта «Ритмика, как залог здоровья»	2023	2023	Музыкальный руководитель, Инструктор по физической культуре	Воспитатели
Развлечение «Бережём зрение»	2023	2023	Музыкальный руководитель, Инструктор по физической культуре Творческая группа	Воспитатели, Специалисты
Мастер – класс «Точечный массаж»	2023	2023	Старшая медицинская сестра, Инструктор по физической культуре	Воспитатели
Проект «Совместная книга о вкусной и здоровой пище»	2023	2023	Старший воспитатель, Воспитатели	Творческая группа, Воспитатели
Консультация для родителей «Нетрадиционные методы закаливания» <i>в сообществе детского сада в ВК</i>	2023	2023	Старшая медицинская сестра, Инструктор по физической культуре	Воспитатели, Старшая медицинская сестра, Старший воспитатель
Родительское собрание «Растим здоровое поколение»	2023	2023	Старший воспитатель, Инструктор по фи-	Инструктор по физической культуре, Воспитатели

			зической культуре, Медики	
Фото - выставка «Наш любимый магазин – Спортмастер»	2023	2023	Воспитатели	Воспитатели
Акция «Аукцион здоровых советов» в сообществе детского сада в ВК	2023	2023	Старший воспитатель, Воспитатели	Воспитатели
Проект «Закаливание – это очень здорово!»	2023	2023	Старшая медицинская сестра, Инструктор по физической культуре, Старший воспитатель	Творческая группа, Воспитатели
Флеш-моб «Утренняя зарядка с родителями»	2023	2023	Музыкальный руководитель, Инструктор по физической культуре	Воспитатели
Эстафета «Папа, мама, я – спортивная семья»	2024	2024	Музыкальный руководитель, Инструктор по физической культуре	Воспитатели
Мастер-класс «Дыхательная гимнастика»	2024	2024	Учитель-логопед	Учитель-логопед, Воспитатели
Консультация для родителей «Признаки утомляемости» в сообществе детского сада в ВК	2024	2024	Педагог-психолог	Педагог-психолог, Старший воспитатель, Воспитатели
Анкетирование «Создание здоровьезберегающей среды дома»	2024	2024	Старший воспитатель, Воспитатели	Воспитатели
Фото – выставка «Оздоровительные прогулки по городу»	2024	2024	Воспитатели	Воспитатели
Акция «Нет пагубным привычкам!»	2024	2024	Старший воспитатель, Воспитатели	Воспитатели
Конкурс «Дорожка здоровья на прогулочном участке»	2024	2024	Старший воспитатель, Воспитатели	Воспитатели
Презентация «Мы приехали на дачу, здесь такая красота. И за каждым поворотом ждут нас чудеса»	2024	2024	Воспитатели	Воспитатели
Спортивный праздник с участием родителей «Быстрее, выше, сильнее»	2025	2025	Музыкальный руководитель, Инструктор по физической культуре	Воспитатели
Мастер – класс «Игры, которые лечат»	2025	2025	Старший воспитатель Педагог-психолог	Воспитатели

Родительское собрание «Формула здоровой семьи»	2025	2025	Старший воспитатель, Инструктор по физической культуре	Воспитатели
Консультация для родителей «Поговорим о спорте» в сообществе детского сада в ВК	2025	2025	Инструктор по физической культуре	Воспитатели, Старший воспитатель
«Встреча с интересными людьми»	2025	2025	Старший воспитатель, Инструктор по физической культуре, Воспитатели	Воспитатели
Выставка плакатов «В здоровом теле, здоровый дух» (спортивные занятия детей и родителей)	2025	2025	Воспитатели	Воспитатели
Акция «Игрушки для развития движения»	2025	2025	Старший воспитатель, Воспитатели	Воспитатели
Проект «Поход выходного дня»	2025	2025	Старший воспитатель, Воспитатели	Воспитатели
День открытых дверей (просмотр НОД по физическому развитию на улице)	2025	2025	Инструктор по физической культуре, Старший воспитатель	Воспитатели

3. Программные мероприятия с педагогами

Мероприятия	Сроки реализации		Ответственные за реализацию	Исполнители
	начало	окончание		
Консультация «Воспитание здорового образа жизни у дошкольников»	2022	2022	Старший воспитатель	Воспитатели
Консультация: «Комплекс дыхательной гимнастики»	2022	2022	Старший воспитатель	Старшая медсестра, воспитатели
Консультация «Особенности формирования здорового образа жизни в большом городе»	2022	2022	Старший воспитатель	Старший воспитатель, воспитатели
Консультация «Организация здоровьесберегающего пространства»	2022	2022	Старший воспитатель	Старший воспитатель
Спортивный досуг «Час здоровья»	2022	2025	Старший воспитатель	Инструктор по физической культуре
Создание «Копилки здо-	2022	2025	Старший воспита-	Старший воспита-

<i>ровых идей» (оригинальные методы и приемы оздоровления)</i>			тель	тель
<i>«Будь здоров, малыш!» - ярмарка здоровых мыслей (обмен здоровьесберегающими методами и технологиями)</i>	2022	2023	Старший воспитатель, воспитатели, инструктор по физкультуре	Воспитатели, инструктор по физкультуре
<i>Консультация «Психологический комфорт в детском саду и дома»</i>	2023	2023	Старший воспитатель	Педагог-психолог
<i>Диагностика «Эмоциональное выгорание и его профилактика».</i>	2023	2025	Старший воспитатель	Педагог-психолог
<i>Диагностика «Стресс и его профилактика».</i>	2023	2025	Старший воспитатель	Педагог-психолог
<i>Семинар-практикум «Профилактика синдрома эмоционального выгорания педагогов»</i>	2023	2025	Старший воспитатель	Педагог-психолог
<i>Семинар «Здоровый образ жизни».</i>	2023	2023	Старший воспитатель	Старший воспитатель
<i>Консультация «Самомассаж».</i>	2023	2023	Старший воспитатель	Старшая медсестра
<i>Круглый стол: «Наше здоровье – в наших руках» (обмен опытом по оздоровлению)</i>	2023	2023	Старший воспитатель	Старший воспитатель
<i>Консультация: «Спорт - это здоровый образ жизни»</i>	2023	2023	Старший воспитатель	Воспитатели, инструктор по физкультуре
<i>Семинар-практикум для педагогов: «Профилактика утомления, повышение стрессоустойчивости у педагогов»</i>	2023	2023	Старший воспитатель	Педагог-психолог
<i>Семинар «Система работы по здоровьесбережению в ДОУ «Будь здоров!»</i>	2023	2023	Старший воспитатель	Старший воспитатель
<i>Консультация для педагогов «Общаться позитивно – что это значит»</i>	2024	2024	Старший воспитатель	Педагог-психолог
<i>Консультация «Представления дошкольников о здоровье и здоровом образе жизни»</i>	2024	2024	Старший воспитатель	Воспитатели, инструктор по физкультуре
<i>Информационная педагогическая копилка: «Использование активных форм работы с ро-</i>	2024	2025	Старший воспитатель	Воспитатели, инструктор по физкультуре

дителями по формированию здорового образа жизни»				
<i>Смотр-конкурс «Игровые макеты и дидактические игры по формированию здорового образа жизни»</i>	2024	2025	Старший воспитатель	Воспитатели, инструктор по физкультуре
Педагогические часы ✓ «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» ✓ «Оптимизации двигательной активности дошкольников на прогулке» ✓ «Основные направления деятельности коллектива и родителей воспитанников по здоровьесбережению и формированию привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста» ✓ «Физкультурно-оздоровительная работа в контексте ФГОС ДО»	2022	2025	Старший воспитатель	Старший воспитатель, творческая группа педагогов

4. Профилактические мероприятия

Мероприятия	Сроки реализации		Ответственные за реализацию	Исполнители
	начало	окончание		
Здоровье сберегающая среда				
Обеспечение СИЗ в достаточном количестве	2022	2025	Зам. зав. по АХР	Старшая медсестра
Обеспечение дезинфицирующими средствами и антисептиками в достаточном количестве	2022	2025	Зам. зав. по АХР	Старшая медсестра
Контроль своевременного прохождения работниками периодических медицинских осмотров, профилактической и гигиенической подготовки и аттестации	2022	2025	Старшая медсестра	Старшая медсестра
Санитарно – просветительная работа				
Обучение педагогических работников навыкам оказания первой по-	2022	2022	Заведующий, ст. медсестра	В соответствии с договором

мощи				
Инструктаж педагогических работников по правилам оказания первой помощи (2р/год)	2022	2025	Старшая медсестра	Старшая медсестра
Инструктаж младших воспитателей по правилам санитарно-эпидемиологического режима согласно САН-ПиН (1р/3 мес)	2022	2025	Старшая медсестра	Старшая медсестра
Санитарно-просветительская работа с родителями: а) личные беседы б) выдача буклетов («Профилактика ОРВИ и гриппа, новой коронавирусной инфекции», «Осторожно, клещ!»; «Адаптация к условиям детского сада»; «Особенности питания детей с избытком веса»; «Профилактика ОКИ в летний период»; «Профилактика солнечных ударов») в) консультация для родителей вновь поступивших детей о гибком режиме в период адаптации	2022	2025	Старшая медсестра	Старшая медсестра
Профилактические и противоэпидемиологические мероприятия				
Профилактика туберкулеза (своевременная туберкулинодиагностика у детей и работников)	2022	2025	Старшая медсестра	Старшая медсестра
Своевременная вакцинопрофилактика	2022	2025	Старшая медсестра	Старшая медсестра
«Д» осмотр специалистами детей декретированных возрастов	2022	2025	Ст. медсестра	Специалисты детской поликлиники
Профилактика педикулеза (1р/мес)	2022	2025	Старшая медсестра	Старшая медсестра
Профилактика ОРИ, гриппа, covid 19	2022	2025	Старшая медсестра	Старшая медсестра
Профилактика гельминтозов	2022	2025	Старшая медсестра	Старшая медсестра
Консультирование педагогов по профилактике нарушений осанки и зрения, профилактике плоскостопия	2022	2025	Старшая медсестра	Старшая медсестра

Неспецифическая профилактика				
Прием детей на свежем воздухе в теплое время года	2022	2025	Старшая медсестра, старший воспитатель	Воспитатели
Применение фитонцидов	2022	2025	Старшая медсестра	Воспитатели, младшие воспитатели
Контроль мероприятий по гигиеническому воспитанию и закаливанию	2022	2025	Старшая медсестра	Старшая медсестра, инструктор по физкультуре