**Программа «Растим здоровое поколение».**

**Цель:** Проведение целенаправленной работы по укреплению и сохранению здоровья детей, посещающих МБДОУ «Центр развития ребенка-детский сад» Муромцевского МР Омской области, силами всех сотрудников дошкольного учреждения, при активном участии родителей.

**Задачи:**

1. Поиск и использование оптимальных здоровьесберегающих технологий.
2. Способствовать всестороннему физическому и психическому развитию детей.
3. Воспитание у детей потребности в здоровье, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни и выработка индивидуального способа валеологически обоснованного поведения.
4. Формирование базы данных о состоянии здоровья, индивидуальных психофизиологических особенностях и резервных возможностях организма воспитанников.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки выполнения | Ответственные |
| **Физкультурно - оздоровительная работа** | | | |
| 1.1 | **Организация системы питания:**  - Правильная кулинарная обработка.  - Включение в меню овощей и фруктов, соков.  - Витаминизация питания.  - Организация питания детей-аллергиков  - Введение кисломолочных продуктов.  - «Кислородные коктейли» | ежедневно | м\с  Федорцова Е.А.  повара |
| 1.2 | **Оптимизация режима:**  **-** Соблюдение режима в соответствии с санитарными правилами и нормами  - Соблюдение временного регламента:  - образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных  видов детской деятельности;  - образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов. | Ежедневно  ежедневно | м\с  Федорцова Е.А.  воспитатели |
| 1.3 | **Соблюдение санитарно – эпидемиологического режима:**  **-** Соблюдение оптимального объема нагрузки образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности  - Индивидуальный подход при закаливании  - Обработка игрового материала и оборудования.  **-** Влажная уборка помещений.  - Соблюдение графика проветривания.  - Кварцевание групповых помещений. | ежедневно  во время карантина | м\с  Федорцова Е.А.  воспитатели,  пом. воспитатели |
| 1.4 | **Организация двигательного режима:**  **-** Образовательная деятельность, направленная на физическое развитие детей (традиционные, тренировочные, занятия – соревнования, интегрированные с другими видами деятельности),  - Образовательная деятельность направленная на реализацию образовательной области «Музыка»,  - Музыкальные развлечения, досуги.  - Физминутки и динамические разминки.  - Оздоровительный бег (старший и подготовительный возраст).  - Физкультурные досуги, праздники и развлечения.  - Занятия акробатикой.  - Диагностика физической подготовки детей.  - Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.  - Включение на совместную и свободную деятельность подвижных и спортивных игр.  **Создание условий:**  - Своевременное оборудование физкультурного зала и спортивной площадки.  - Проведение испытания спортивного оборудования и инвентаря  - Приобретение атрибутов и пособий.  - Оснащение физкультурного уголка на группе.  - Создание условий на участках, спортивной площадке в зимний и летний периоды. | 3 раза в неделю  2 раза в неделю  1 раз в месяц  в течение дня  ежедневно  1 раз в месяц  2 -3 раза в неделю  сентябрь, май  сентябрь  ежедневно  август  август  в течение года  август, декабрь, май  декабрь, май | музыкальный руководитель  воспитатели  Старший воспитатель.  Дроздецкая Ю.Н.  Дополнительный педагог ФК |
| 1.5 | **Лечебно-оздоровительная работа:**  Витаминотерапия:  -ревит, гексавит  -сироп шиповника  -гематоген  -витаминизация третьего блюда  Природные адаптогены:  - элеутерококк | по назначению врача | м\с  Федорцова Е.А |
| 1.6 | **Лечебно-профилактическая работа:**  - Дыхательная гимнастика в игровой форме  - Самомассаж  Профилактика гриппа:  - дибазол, аскорбиновая кислота  - оксалиновая мазь  - веторон  - эстифан  - «чесночные бусы» | ежедневно  по назначению врача | м\с  Федорцова Е.А |
| 1.7 | **Закаливающие процедуры, с учетом состояния здоровья воспитанников:**  Воздухом  -утренний прием на свежем воздухе в летний период,  -утренняя зарядка,  -воздушные ванны (проветривание)  -хождениебосикомпо траве в летний период  -хождение босиком по «дорожке здоровья»  -прогулки  -одежда, соответствующая температуре воздуха  Водой  -обширное умывание  -топтание в воде «Морское дно»  -полоскание зева солевым раствором  -контрастное обливание ног в летний период  -игры с водой (в группе – зимой, летом – на воздухе)  -солнцем (в теплый период) | ежедневно  ежедневно  по графику  ежедневно  ежедневно после сна  2 раза в день  ежедневно  в течение дня  ежедневно после сна  ежедневно  ежедневно  ежедневно  ежедневно | м\с  Федорцова Е.А.  воспитатели  Дополнительный педагог ФК |
| 1.8 | **Оздоровление фитонцидами:**  **-** Внесение фиторастений в интерьер  - Ароматизация помещения (чесночные бусы)  - Натуропатия (включение в питание лук и чеснок) | ежедневно  в течение дня  во время обеда | м\с  Федорцова Е.А воспитатели |
| 1.9 | **Коррекционно-развивающая работа:**  - План взаимодействия узких специалистов  - Изучение литературных новинок и написание календарно-тематического плана с использованием здоровьесберегающих технологий.  - Составление программ индивидуальных нагрузок для каждого ребенка с учетом всех данных по результатам диагностирования здоровья и общей физподготовленности. | август  в течение лета  сентябрь | воспитатели  Дополнительный педагог ФК |
| **2** | **Социально - личностное здоровье** | | |
| 2.1 | **Диагностическая работа:**  - Контроль за нервно-психическим развитием детей раннего возраста.  - Индивидуальная и групповая диагностика. | эпикризные сроки  сентябрь, декабрь, май | Старший воспитатель Дроздецкая Ю.Н. |
| 2.2 | **Профилактика дезадаптации:**  - Организация психолого – педагогического сопровождения адаптационного периода (см. приложение годового плана № 2, 2 «а») | июль-октябрь | м\с  Федорцова Е.А  Старший воспитатель Дроздецкая Ю.Н.  воспитатели |
| 2.3 | **Охрана психического здоровья:**  - Соблюдение Конвенции о правах ребенка.  - Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальных пауз.  -Комплекс психогигиенических мероприятий: арттерапия, музыкотерапия и психогимнастика, игры с водой и песком.  - Индивидуальные и подгрупповые занятия в кабинете педагога – психолога, направленные на коррекцию познавательных процессов и эмоциональной сферы. | в течение дня  в течение дня  в течение дня  по плану специалиста | Старший воспитатель Дроздецкая Ю.Н.  воспитатели, |
| 2.4 | **Работа с детьми:**  - Проведение занятий с воспитанниками по программе «Основы безопасной жизнедеятельности»  -Проведения цикла занятий по образовательной программе «Развивающая кинезиология»  - Проведение занятий по пособию «Эмоционально – личностное развитие ребенка в условиях ДОУ». | по перспективному плану | Старший воспитатель Дроздецкая Ю.Н.  воспитатели, |
| 2.5 | **Работа с родителями:**  -Родительский клуб «Росточек».  -Родительские собрания.  -Оформление папок, ширм, консультаций, информационных стендов.  -Знакомство родителей с жизнью групп через фотовыставки и видеофильмы, сайт БДОУ  -Праздники и развлечения  -Обобщение семейного опыта | в соответствии с планом  1 раз в квартал  ежемесячно  1 раз в квартал  ежемесячно  в течение года | Старший воспитатель Дроздецкая Ю.Н.  воспитатели,  узкие специалисты |