**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\сФедорцова 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. | Ежедневноежедневно | м\сФедорцова 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. | ежедневново время карантина | м\сФедорцова 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 неделю2 раза в неделю1 раз в месяцв течение дняежедневно1 раз в месяц2 -3 раза в неделюсентябрь, майсентябрьежедневноавгуставгуств течение годаавгуст, декабрь, майдекабрь, май | музыкальный руководительвоспитателиСтарший воспитатель.Дроздецкая Ю.Н.Дополнительный педагог ФК |
| 1.5 | **Лечебно-оздоровительная работа:**Витаминотерапия:-ревит, гексавит-сироп шиповника-гематоген-витаминизация третьего блюдаПриродные адаптогены:- элеутерококк | по назначению врача | м\сФедорцова Е.А  |
| 1.6 | **Лечебно-профилактическая работа:**- Дыхательная гимнастика в игровой форме- Самомассаж Профилактика гриппа:- дибазол, аскорбиновая кислота- оксалиновая мазь- веторон- эстифан- «чесночные бусы» | ежедневнопо назначению врача | м\сФедорцова 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 воздухаВодой-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) | ежедневноежедневно по графикуежедневноежедневно после сна2 раза в деньежедневнов течение дня ежедневно после снаежедневноежедневноежедневноежедневно | м\сФедорцова Е.А.воспитателиДополнительный педагог ФК  |
| 1.8 | **Оздоровление фитонцидами:****-** Внесение фиторастений в интерьер- Ароматизация помещения (чесночные бусы)- Натуропатия (включение в питание лук и чеснок) | ежедневно в течение дняво время обеда | м\сФедорцова 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. | августв течение летасентябрь | воспитателиДополнительный педагог ФК  |
| **2** | **Социально - личностное здоровье** |
| 2.1 | **Диагностическая работа:**- Контроль за нервно-психическим развитием детей раннего возраста.- Индивидуальная и групповая диагностика. | эпикризные срокисентябрь, 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\сФедорцова 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 дняв течение дняв течение дняпо 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 планом1 раз в кварталежемесячно1 раз в кварталежемесячнов течение года | Старший воспитатель Дроздецкая Ю.Н.воспитатели,узкие специалисты |