

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «СВЕТЛОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ
ОКРУГ» «ДЕТСКИЙ САД № 1 «ПЧЁЛКА»**

238340, Калининградская обл., г. Светлый, ул. Калининградская, д. 9 «А»,
т/факс 8 (40152)31545, 8 (40152)30720, e-mail: p4elkasad@mail.ru

**ПРОЕКТ В РАМКАХ
ПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ МАДОУ МО «СГО» - Д/С № 1 «ПЧЁЛКА»
ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК – ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ**

на 2024-2028 год

1. Пояснительная записка

Развитие гармонично развитой личности дошкольника в детском саду должно проходить в режиме здоровьесбережения и здоровьесобогащения, направленного на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка. Проект «Здоровый ребенок - здоровое поколение» ориентирован на улучшение медико-психолого-педагогических условий пребывания детей в ДОУ.

Основной целью внедрения проекта является обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитанников ДОУ и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его.

Настоящий проект призван обеспечить единство образовательных, социальных и медицинских мер в рамках пребывания ребенка в ДОУ. Проект регулирует деятельность медицинского и педагогического персонала в вопросах оздоровления, развития физической подготовленности детей и формирования у них мотивации к здоровому образу жизни.

Задачи проекта:

1. Определить оптимальные медико-психолого-педагогические условия пребывания ребенка в ДОУ.
2. Продолжать активно использовать здоровьесберегающие технологии в практике ДОУ.
3. Реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей.

2. Анализ здоровья, физического развития воспитанников.

Для наиболее эффективной организации оздоровительных и профилактических мероприятий в качестве одного из основных приёмов работы персонала используется мониторинг состояния здоровья воспитанников.

Изучение состояния здоровья детей осуществляется инструктором по физической культуре и медицинскими работниками, которые определяют уровень физического развития на основе антропометрических данных и группу физического здоровья на основе анамнеза и обследования детей декретированного возраста врачами-специалистами, отслеживают заболеваемость детей, виды заболевания.

Данные проведенного анализа свидетельствуют о том, что в дошкольное учреждение приходят дети в основном со I группой здоровья.

Табл. 1 Состояние здоровья детей по группам здоровья за период с 2020 по 2023 гг

Группа	2020	2021	2022	2023
Всего	159	159	162	154
I	121 /76%	116/73%	127/78%	116/75%
II	32	38	29	36
III	6	5	6	1
IV				
V				1

Табл. 2 Статистика случаев заболевания за период с 2020 по 2023 гг.

	2020	2021	2022	2023
Дети от 1-3	1230	1335	1626	1493
Дети от 3-7	2135	3165	3622	2414
Общая заболеваемость	3365	4500	5248	3907

Снижение уровня заболеваемости в 2020 году объясняется ограничительными мерами по ковиду. ДОУ не работало в 03.04.2020 до 30.04.2020 года, затем до 01.09.2020 в режиме дежурных

групп, что отразилось на показателях посещаемости - заболеваемости, а не об общей тенденции к снижению заболеваемости в ДОУ.

Анализ заболеваемости показывает, что за последние годы снижается количество заболеваний ОРВИ, растет количество заболевших энтеровирусами, норовирусами, участились случаи вирусной пневмонии.

Возрастные группы	Пропуск дней одним ребенком за год по болезни			
	2020	2021	2022	2023
Средний показатель	21.3	27.4	27.4	24.6

В 2023 по сравнению с 2022 годом произошло снижение заболеваемости и количества дней, пропущенных одним ребенком по болезни.

Диагностика освоения образовательной области физическое развитие показала следующие результаты

	2020	2021	2022	2023
Высокий уровень освоения	78,4	76	75	81
Средний уровень освоения	11,6	22	23	19
Низкий уровень освоения	0	2	2	0

Достаточно стабильные результаты и наметившаяся тенденция к снижению показателей заболеваемости и росту высокого и среднего уровней в освоении образовательной области физическая культура говорит о том, что в ДОУ создан ряд условий, способствующих сбережению здоровья воспитанников, таких как:

- строгое соблюдение санитарно-эпидемиологических правил и норм, соблюдение режима дня и режима проветривания;
- система профилактических осмотров детей;
- диагностика отклонений в состоянии здоровья детей с раннего периода;
- физкультурно-оздоровительная деятельность в ДОУ;
- деятельность по развитию культурно-гигиенических навыков;
- занятия по формированию основ ЗОЖ.

Вместе с тем, отсутствие стабильных показателей по снижению заболеваемости в ДОУ требует новых подходов к вопросу здоровьесбережения воспитанников. Проект «Здоровый ребенок - здоровое поколение» направлен на достижение

2. Основные этапы реализации проекта.

I этап. 2024-2025 гг. – организационно-мотивационный.

Координация деятельности педагогов и родителей Учреждения на основе общей цели, направленной на комплексное решение проблемы повышения эффективности здоровьесберегающего процесса.

II этап. 2025-2027 гг. – основной.

Реализация основных направлений деятельности Учреждения по здоровьесбережению.

III этап. 2027-2028 гг. – аналитический.

Оценка и анализ положительных и отрицательных тенденций в реализации программы, определение новых ближних и дальних перспектив.

3. Разделы проекта

Программа реализуется через следующие разделы:

Работа с детьми.

Работа с педагогами.

Работа с родителями.

3.1. Работа с детьми строится по следующим направлениям

3.1.1.Оздоровительная

№	Формы и методы	Содержание
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	Щадящий режим (адаптационный период); гибкий режим.
2.	Физические упражнения	Утренняя гимнастика; Физкультурно-оздоровительные занятия; Подвижные и динамические игры; Физминутки во время занятий Спортивные игры; Физкультурное занятие на улице; пешие прогулки (походы, экскурсии).
3.	Гигиенические и водные процедуры	Умывание; Мытье рук прохладной водой; Обеспечение чистоты среды; Занятия с водой; Обливание ног водой в летний период
4.	Световоздушные ванны	проветривание помещений; прогулки на свежем воздухе; обеспечение температурного режима и чистоты воздуха.
5.	Активный отдых	развлечения, праздники; игры-забавы; дни здоровья; походы, экскурсии.
6.	Витаминотерапия	С-витаминизация
7.	Диетотерапия	Индивидуальное питание для детей по показаниям
8.	Светотерапия	Обеспечение светового режима.
9.	Музыкотерапия	Музыкальное сопровождение режимных моментов; Музыкальное оформление фона занятий; Музыкально-театральная деятельность.
10.	Закаливание	дыхательная гимнастика; пальчиковая гимнастика; игровой самомассаж.
11.	Пропаганда здорового образа жизни	Валеологическое воспитание; Беседы по приобщению к ЗОЖ

3.1.2.Организация рациональной двигательной активности.

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями.

Примерный двигательный режим

Формы организации	Особенности организации и длительность					
	группа раннего возраста 1-2 года	группа раннего возраста 2-3 года	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4 -5 лет	Старшая группа 5 -6 лет	Подготовит. группа 6 -7 лет
1. Организованная образовательная деятельность «Физическая культура»						
Физическая культура в помещении	3 раза в неделю 10 мин	3 раза в неделю 10 мин	3 раза в неделю 15 мин	2 раза в неделю 20 мин	2 раза в неделю 25 мин	2 раза в неделю 30 мин
Физическая культура на улице	-	-	-	1 раз в неделю 20 мин	1 раз в неделю 25 мин	1 раз в неделю 30 мин
Музыка (часть занятия)	2 раза в неделю 3-5 мин	2 раза в неделю 5 мин	2 раза в неделю 5 мин	2 раза в неделю 7 мин	2 раза в неделю 9 мин	2 раза в неделю 11 мин
2. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня						
Утренняя гимнастика	Ежедневно					
	10 мин	10мин	10 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Подвижные игры	Ежедневно не менее 3 раз в день					
	3-5 мин	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	15-20 мин
Спортивные игры, упражнения				Целенаправленное обучение на каждой прогулке		
Физические упражнения	Ежедневно на прогулке					
	3-5 мин	5-8 мин	8 мин	8-12 мин	12-16 мин	16 мин
Физкультурная минутка (в середине статистического занятии)	1-3 мин	1-3 мин	Ежедневно по мере необходимости в зависимости от вида и содержания занятия			
	-	-	3-5 мин	3-5 мин	3-5 мин	3 -5 мин
Двигательные игры под музыку	1 раз в неделю					
	3-5 мин	5-10 мин	10- 15 мин	15 мин	15 -20 мин	20 мин
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно					
	5-10 мин	5-10 мин	15 мин	15 мин	15мин	15 мин
	Ежедневно во время дневной и вечерней прогулки					
Индивидуальная и подгрупповая работа по развитию движений	3-5 мин.	3-5 мин	5-7 мин	7-10 мин	10 мин	15 мин
3. Активный отдых						
Физкультурный досуг		1 раз в месяц				
			20-25 мин	20-25 мин	30-40 мин	40-45 мин
Физкультурный праздник	-	-	1-2 раза в год			
		-	-	1 – 1,5 часа	1 – 1,5 часа	1 – 1,5 часа
День здоровья (туристические прогулки и экскурсии)	-	-	1 раза в квартал			
Самостоятельная двигательная деятельность						
Самостоятельное использование Физкультурного и спортивного игрового оборудования	Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей					
Самостоятельная физическая активность в помещении	Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей					
Самостоятельные подвижные и спортивные игры на прогулке	Ежедневно под наблюдением воспитателя в помещении и на прогулке Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей					

3.1.3.Создание представлений о здоровом образе жизни.

Основная идея: здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению этой задачи, которая осуществляется по следующим направлениям:

- привитие стойких культурно – гигиенических навыков;
- обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи;
- формирование элементарных представлений об окружающей среде;
- формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов;
- формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
- выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить своё состояние и ощущения;
- обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах;
- вести систематическую работу по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

3.1.4.Лечебно-профилактическая работа.

Осуществляют инструктор по физической культуре, воспитатели.

Она включает в себя:

- подвижные игры и физические упражнения на улице;
- дыхательная гимнастика после сна;
- спортивные игры и соревнования;
- элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.

3.1.5.Летняя оздоровительная работа.

- *Формы организации оздоровительной работы:*
- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, ходьба босиком;
- туризм (походы, экскурсии);
- физкультурные досуги и развлечения;
- утренняя гимнастика на воздухе;
- витаминизация: соки, фрукты, ягоды.

3.2. Работа с педагогами.

Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, построенная на следующих принципах:

- просветительная работа по направлениям проекта «Здоровье» ит.д.;
- консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья, проигрывание с ними возможных проблемных ситуаций: больной педагог – здоровый воспитанник; здоровый педагог – больной воспитанник; больной педагог – больной воспитанник;
- обучение педагогов приёмам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приёмам личной самодиагностики.

Организационные методические мероприятия:

- знакомство и внедрение в практику работы Учреждения новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста;
- разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуальном подходе;
- внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья;
- диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп;
- создание информационной базы по педагогическим, экономическим, санитарно –

гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей;

- разработка и внедрение педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции.

3.3. Работа с родителями.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями.

Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровое поколение, то должны решать эту проблему «всем миром», семья, детский сад, общественность.

Задачи работы с родителями

- Повышение педагогической культуры родителей.
- Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
- Установка на совместную работу с целью решения всех психолого–педагогических проблем развития ребёнка.

- Вооружение родителей основами психолого–педагогических знаний через тренинги, консультации, семинары.

- Валеологическое просвещение родителей;
- Включение родителей в воспитательно – образовательный процесс.

Формы работы с родителями

- Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций.
- Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.

- Дни открытых дверей.
- Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
- Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь прибывших).
- Совместные занятия для детей и родителей.
- Круглые столы с привлечением специалистов детского сада инструктора по физической культуре, медицинской сестры).
- Реализация совместных проектов.

Ожидаемые результаты реализации проекта.

1) Повышение эффективности здоровья сберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения:

- улучшение основных показателей состояния психофизического здоровья детей;
- успешное освоение образовательной программы воспитанниками Учреждения ежегодно не менее 86%, качественная подготовка детей к школе до 95%;
- рост компетентности педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме на 100%;
- активизация родителей к совместной с образовательным учреждением здоровьесберегающей деятельности и использованию эффективных форм здоровьесбережения в семье - не менее 93%.

2) Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.

3) Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.

4) Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.

5) Повышение квалификации педагогов детского сада.

6) Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

**Мероприятия по реализации основных направлений в
здоровьесберегающей деятельности Учреждения на период 2024-2028 гг.**

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
I. Организационное направление. Обновление содержания здоровьесберегающего образования и воспитания, организация здоровьесберегающего пространства			
1.	Разработка целевой программы по здоровьесбережению	Октябрь – ноябрь 2024	Заведующий, зам зав по УВР
3.	Организационно-методическая работа по повышению профессионального мастерства педагогов в реализации вопросов здоровьесбережения	Постоянно	Зам зав по УВР
4.	Создание кадровых, психолого-педагогических, учебно-материальных, учебно-дидактических, учебно-методических предпосылок для осуществления системы работы по здоровьесбережению: – определение подходов к содержанию методической работы по вопросам использования здоровьесберегающих технологий – организация повышения квалификации участников здоровьесбережения; организация работы с родителями по наращиванию материальной базы для работы по здоровьесбережению	Постоянно	Заведующий, зам зав по УВР
5.	Осуществление в практике Учреждения системно-синергетического подхода к управлению здоровьесбережением: – описание стратегии работы по здоровьесбережению в Учреждении; – разработка структуры управления вопросами здоровьесбережения; – организация взаимодействия всех звеньев здоровьесберегающего процесса; – отработка системы стимулирования участников процесса здоровьесбережения; – контроль системы здоровьесбережения.	2024 -2028г.г.	Заведующий, зам зав по УВР
6.	Проведение здоровьесберегающего компонента через все виды деятельности детей (психологический фон занятий, длительность занятий, методы и формы, санитарно-гигиенические условия)	В течение периода	Зам зав по УВР
7.	Собеседование с педагогами и специалистами об организации охранительного режима в группах	Постоянно	Зам зав по УВР
8.	Создание информационного банка данных по вопросам укрепления, сохранения здоровья участников образования	2025-2028 гг.	Зам зав по УВР

9	Организация работы по физической культуре для детей: — разработка здоровьесберегающего компонента содержания занятий по физической культуре; — создание видеоряда занятий с показом коррекционной работы с детьми; — создание дидактического и методического комплекса для индивидуальной коррекционной работы по физической культуре	Постоянно	Инструктор по ФК
II. Диагностическое направление			
1.	Мониторинг состояния всех аспектов здоровья детей	В течение всего периода	Специалисты
2.	Изучение мотивации педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни	Ежегодно	Зам зав по УВР
3.	Выявление детей, требующих внимания специалистов. Выделение из потенциальной «группы риска» реальной «проблемной» категории дошкольников. Индивидуальная диагностика проблем детей.	В течение всего периода	Педагоги
4.	Работа с детьми в адаптационный период	В течение всего периода	Воспитатели
5.	Социальный анализ семей воспитанников Учреждения.	Ежегодно	Зам зав по УВР
6.	Организация педагогического мониторинга по здоровьесберегающей деятельности: проведение анкетирования педагогов по проблемам в работе; анализ профессионального роста педагогов.	Ежегодно	Зам зав по УВР
III. Информационно-методическое направление Научно-методическое обеспечение процесса здоровьесбережения. Повышение квалификации участников образовательного процесса			
1.	Организация работы по отбору форм и содержания методической работы по освоению педагогами здоровьесберегающих технологий	Постоянно	Зам зав по УВР
2.	Обеспечение педагогов методической и дидактической литературой для организации здоровьесберегающего образования	В течение всего периода	Зам зав по УВР
3.	Апробация критериев оценивания уровня гигиенической, социальной, здоровьесберегающей грамотности детей дошкольного возраста	2024-2027 г.г.	Зам зав по УВР
4.	Консультации для воспитателей по вопросам здоровьесбережения	Сентябрь, октябрь 2024-2028	Зам зав по УВР

IV. Просветительское направление			
Взаимодействие с социумом как участниками процесса здоровьесбережения			
1.	Консультации для родителей по вопросам здоровьесбережения	2025-2027 гг.	Воспитатели
2.	Совместные физкультурно-оздоровительные мероприятия с родителями	2025-2026 г.г.	Инструктор по ФК
3.	Клуб выходного дня «Здоровый ребенок»	2025-2027 г.г.	
4.	Информационные плакаты и бюллетени по профилактике и лечению детских болезней	Ежегодно	медсестра
5.	Проведение Дней пропаганды здорового образа жизни	В течение всего периода	Воспитатели
6.	Размещение в социальных сетях и на официальном сайте материалов по вопросам здоровьесбережения	В течение всего периода	педагоги
7.	Тематические занятия по ПДД	Ежемесячно	Воспитатели
8.	Участие в муниципальном конкурсе по ПДД	Ежегодно	Воспитатели
9.	Обучение родителей и воспитанников по программе «Основы здорового питания»	Ежегодно	Зам зав по УВР
VI. Координационное направление Управление здоровьесбережением в Учреждении, взаимодействие с социальными институтами			
1.	Разработка локальных актов по вопросам здоровьесбережения	Ежегодно	Заведующий
2.	Контроль процесса здоровьесбережения: рабочие совещание по вопросам снижения детской заболеваемости; анализ состояния заболеваемости; проведение рейдов по санитарно-гигиеническому состоянию помещений Учреждения; организация персонального предупредительного контроля соблюдения здоровьесберегающих требований к занятиям; организация тематического контроля состояния здоровьесбережения; анализ тестирования детей по физическому воспитанию, организация медико-педагогического контроля физкультурных занятий	1 раз в квартал, по мере необходимости 1 раз в неделю 2 раза в год ежегодно 1 раз в год ежемесячно	Заведующий, зам зав по УВР, зам зав по АХЧ, медсестра

3.	Консультирование педагогического процесса на принципах здоровьесбережения: составление сетки занятий в соответствии с требованиями САНПиН;	постоянно	Зам зав по УВР
4.	Установление взаимосвязи с детской поликлиникой: выявление детей с патологиями; консультирование родителей детей; ведение листов здоровья; выработка рекомендаций воспитателям по организации двигательного режима	в течение всего периода	Медсестра
5.	Участие в работе городских, конференциях, семинарах	Согласно плану	Заведующий
6.	Разработка мер по уменьшению риска возникновения заболеваний и травм, связанных с социальной жизнью детей: разработка системы по обучению детей противопожарной безопасности; разработка занятий по обучению детей правилам дорожного движения; разработка системы занятий по основам безопасности жизнедеятельности; создание здоровьесберегающего пространства по всем разделам здоровьесбережения, оформление наглядности для детей и родителей.	2025 - 2028гг.	Заведующий, зам зав по УВР