

Рассмотрено на педагогическом совете
Протокол
№ 1 от «31»08.2021г.

«Утверждаю» _____ Ткаченко М.И.
Заведующая МДОУ детский сад №17
Приказ №126-ОД от 31.08.2021г.

Комплексная оздоровительно-профилактическая программа
«Здоровье»
МДОУ детский сад № 17
на 2021-2025г.



2021г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Введение	- 3
2. Информационная справка о МБДОУ детский сад № 17	- 4
3. Раздел 1. Нормативно-правовая основа программы	- 5
4. Раздел 2. Цели, задачи, условия реализации, направления работы	- 5
5. Раздел 3.Содержание профилактической и физкультурно-оздоровительной работы	- 7
6. Раздел 4.Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми в МБДОУ д/саду № 17	- 13
7. Приложение	- 15

ВВЕДЕНИЕ

Комплексная оздоровительно-профилактическая программа «Здоровье» разработана в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья детей и взрослых.

В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. «Здоровье является важнейшим интегральным показателем, отражающим биологические характеристики ребенка, социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи...» (Д.Зелинская. 1995.)

Общая картина состояния здоровья детей свидетельствует о тенденции к его постоянному ухудшению. Неблагоприятные процессы в состоянии здоровья обусловлены множеством причин: наследственностью (здоровье родителей), неудовлетворительным состоянием окружающей среды, социально-экономической обстановкой в стране, деформацией традиционных семейных укладов и ценностей здорового образа жизни. Доля причин социального характера составляет около 50%, на долю наследственности приходится 18-25% всех причин, 10-20% случаев нарушения здоровья объясняются неблагоприятными условиями окружающей среды и природно-климатическими факторами.

По данным, опубликованным в Государственном докладе о состоянии здоровья населения РФ, рождается здоровых детей только 31%; 60% детей в возрасте от 3 до 7 лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья. В настоящее время не более 15% дошкольников можно назвать здоровыми (двадцать лет назад их было 23%). Первое место в структуре заболеваемости занимают болезни органов дыхания, среди которых 90% - острые респираторные заболевания. Наибольшее число перенесенных острых заболеваний приходится на часто болеющих детей, абсолютный уровень заболеваемости которых в 2-4 раза выше, чем у редко болеющих. Наблюдается также отчетливый рост отклонений в нервно-психической сфере, которые выявляются примерно у 54% детей. Высок процент детей с нарушениями осанки и стопы – их число составляет 38%. У 45% старших дошкольников диагностируются нарушения зрения и почти у 30% - заболевания органов пищеварения.

Нарушения в состоянии здоровья сказываются на общем развитии детей. В отчетах медицинских работников говорится, что в настоящее время значительно меньше детей, чем в прошлые годы, развивается в соответствии со своим календарным возрастом: их число за последнее время снизилось с 85% до 65%, возросло число детей с замедленными темпами созревания. В отличие от 60-х годов, когда речь шла об акселерации развития, ускорении темпов физического созревания детей, в 90-е годы учеными-медиками зафиксирован обратный процесс – децелерации, замедления темпов роста и физического развития (Г.Ф. Кумарина, 2001).

Результаты исследований показали, что среди современных детей седьмого года жизни школьно-незрелые составляют более 40% - этот показатель в 3 раза превышает количество таких детей в 70-е годы и в 2 раза больше, чем в 80-е годы. Специалисты-медики полагают, что среди детей, не посещающих детский сад, их количество будет ещё больше (В.Р. Кучма, М.И. Степанова, 2001).

В то же время и педагоги, и медики убеждены, что если не заниматься здоровьем ребенка-дошкольника, то уже в школьном возрасте он имеет шанс стать инвалидом (В.А. Доскин, 2001; Г.Ф. Кумарина, 2001 С.Р. Конова, 2001). Кроме того, очевиден факт: неконтролируемое падение показателей здоровья подрастающего поколения в геометрической прогрессии может угрожать здоровью последующих поколений - у больных родителей будут постоянно рождаться больные дети. Увеличение нервно-психических нагрузок, связанных с процессом школьного обучения, резкое снижение физической подвижности ребёнка приводит к сдвигу в ряде функциональных систем, ухудшению состояния здоровья. Длительное статическое напряжение во время занятий снижает умственную и мышечную работоспособность, нарушает подвижность основных нервных процессов и, в результате, может привести к возникновению у ребенка трудностей в

обучении и поведении. Поэтому задача физического развития ребенка дошкольника, укрепления его здоровья приобретает значение важнейшего компонента в процессе подготовки его к школе и предупреждении возможной школьной дезадаптации.

Таким образом, сохранение и укрепление состояния здоровья подрастающего поколения превращается в одну из актуальнейших проблем современного образования, а также в первоочередную социальную проблему.

Комплексная программа «Здоровье» реализуется в детском саду 2005 года. Анализ состояния здоровья воспитанников, рекомендации комиссии по аттестации и аккредитации МБДОУ детского сада № 17 в 2004 году, определило решение нашего коллектива разработать комплексную программу сохранения и укрепления здоровья воспитанников ДОУ - «Здоровье», которая смогла бы обеспечить улучшение состояния здоровья детей, снижение их заболеваемости. Реализация комплексной программы «Здоровье» должна способствовать физическому развитию ребенка, и тем самым обеспечивать подготовку к предстоящему обучению в школе.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА о МБДОУ детский сад № 17

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида расположен в приспособленном помещении рабочего микрорайона по ул. Транспортная 7. Имеет 5 групп, рассчитанных на 100 детей. В детском саду созданы условия для физкультурно-оздоровительной работы:

- физкультурный зал – 62 м²,
- Музыкальный зал – 78 м²
- медицинский блок: кабинет-12 м², прививочная-9 м², изолятор-6м².
- кабинет педагога-психолога – 11 м².
- Игровые площадки на улице для каждой группы со спортивно-игровым оборудованием
Работают педагоги:
- 4 воспитателя с I квалификационной категорией, 1 – со II квалификационной категорией, 1 – педагог, имеет соответствие занимаемой должности
- Педагог-психолог I квалификационной категорией,
- Музыкальный руководитель высшей квалификационной категории,
- Инструктор по физической культуре.

По результатам медицинского осмотра из 123 детей - 20% детей (24 ребёнка) имеют I группу здоровья, 71% детей (87 детей) имеют II группу здоровья (из них ЧБД – 12%), 9% детей (12 детей) имеют III группу здоровья (дети, стоящие на учёте под постоянным наблюдением врачей детской поликлиники). С 2006 года из штатов детских садов выведена должность медицинской сестры. За детским садом закреплена приходящая медицинская сестра и врач-педиатр из детской Горбольницы №2.

Поэтому значимым фактором в нашей работе являются: создание системы воспитания и обучения, включая физическое воспитание, охрана психического здоровья, а так же организация первой медицинской помощи.

РАЗДЕЛ 1 Нормативно – правовая основа программы.

1. Федеральный закон № 124-ФЗ от 24.07.1998 «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» (в ред. от 02.12.2013 года)
2. Семейный кодекс Российской Федерации № 223-ФЗ от 29.12.1995 (в ред. от 04.11.2014)
3. Федеральный закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1014 от 30 августа 2013г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»
5. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1155 от 17.10.2013г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
7. Приказ Минздрава РФ от 03.07.2000 N 241 «Об утверждении Медицинской карты ребенка для образовательных учреждений»
8. Приказ Минздрава России от N 60 от 14.03.95 «Об утверждении Инструкции по проведению профилактических осмотров детей дошкольного и школьного возраста на основе медико-экономических нормативов» Методические рекомендации «Организация медицинского контроля за развитием и здоровьем дошкольников и школьников на основе массовых скрининг-тестов и их оздоровление в условиях детского сада, школы» (утв. Минздравом РФ, 1993)
9. Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 17

РАЗДЕЛ 2 Цели, задачи, условия реализации программы «Здоровье».

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ: сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников предпосылок здорового и безопасного образа жизни, ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи, решаемые в рамках программы:

1. Организация рационального режима дня в соответствии с возрастными потребностями.
2. Создание условий для обеспечения оптимального двигательного режима.
3. Осуществление оздоровительных и закаляющих мероприятий.
4. Полноценное питание.
5. Обеспечение благоприятной гигиенической обстановки.
6. Создание атмосферы психологического комфорта.
7. Обеспечение безопасности детей.

Одним из ***условий*** реализации названных задач является освоение детьми основной образовательной программы ДОУ, предусматривающей валеологическое просвещение дошкольников (развитие представлений о здоровом образе жизни, о важности гигиенической и

двигательной культуры, знания о правилах безопасного поведения и разумных действиях в непредвиденных ситуациях и т.п.), направленность, Комплексный характер программы предполагает, что решение задач по сохранению и укреплению здоровья детей должно осуществляться, в различных видах деятельности детей и взрослых на всём протяжении образовательного процесса. Это обеспечит здоровьеразвивающую направленность всего образовательного процесса. Деятельность педагогов и специалистов ДОО интегрируется по следующим направлениям.

Основные направления

1. *Диагностическое направление* предполагает:
 - систематизацию диагностического инструментария по возрастным группам (средний и старший дошкольный возраст) и направлениям психолого-педагогической диагностики (физическое, психическое, речевое и социально-личностное здоровье ребёнка);
 - проведение медицинских обследований детей (медицинские осмотры), определение групп здоровья;
 - диагностика уровня физического развития детей;
 - определение психологической готовности к школьному обучению.
2. *Профилактическое направление* предполагает:
 - оптимизацию режима закаливания детей с учетом возможностей детского сада, сезона, путём совершенствования системы и методов закаливающих воздействий, их дифференциации
 - организацию здоровьеразвивающей среды ДОО.
3. *Физкультурно-оздоровительное направление* предполагает:
 - формирование у детей культуры движений;
 - развитие физических качеств и формирование двигательных навыков с учетом возрастных особенностей детей;
 - создание условий и организация самостоятельной двигательной активности детей в группе и на прогулке.
4. *Образовательное направление* предполагает:
 - развитие представлений о здоровом образе жизни, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем, знания о правилах безопасного поведения и разумных действиях в непредвиденных ситуациях, и наиболее общих правилах сохранения и укрепления здоровья способами оказания элементарной помощи и самопомощи.
5. *Консультативно – просветительское направление* предполагает:
 - систематическое повышение квалификации педагогических с использованием различных видов работы;
 - оказание консультативной помощи всем участникам реализации комплексной программы «Здоровье», включая родителей по вопросам сохранения здоровья и проведения профилактических мероприятий для дошкольников;
 - ознакомление родителей с содержанием физкультурно – оздоровительной работы и профилактическими мероприятиями, проводимыми в ДОО;
 - привлечение родителей к участию в работе по сохранению и укреплению здоровья детей, формированию у них ценностей здорового образа

жизни.

Принципы деятельности педагогов по реализации целей и задач программы.

1. *Принцип построения работы по сохранению и укреплению здоровья на диагностической основе.* Содержание работы определяется с учетом результатов комплексной диагностики воспитанников и выявленных особенностей здоровья и развития детей.
2. *Принцип комплексности* предполагает взаимодействие специалистов разного профиля - педагогов, медиков, психолога, в решении задач программы сохранения и укрепления здоровья воспитанников ДОУ.
3. *Принцип системности и целостности* работы по сохранению и укреплению здоровья предполагает проведение профилактических, оздоровительных и развивающих мероприятий в едином комплексе и в соответствии с особенностями развития и здоровья каждого ребенка
4. *Принцип полисубъектности* нацеливает на активное и сознательное участие в реализации программы всех основных субъектов этого процесса: педагогов, медиков, самих детей и их родителей.
5. *Принцип гуманитаризации процесса физического развития ребёнка, сохранения и укрепления его здоровья,* предполагает нацеленность не только на физическое развитие ребенка, но и формирование у него начальных представлений о здоровом образе жизни, воспитание ценностного отношения к здоровью.

Предполагаемый результат:

1. Снижение уровня заболеваемости.
2. Овладение навыками самооздоровления.
3. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияния образа жизни на состояние здоровья.
4. Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни.

РАЗДЕЛ 3. Содержание профилактической и физкультурно-оздоровительной работы

Направление	Содержание деятельности	Срок	Ответственный
I Создание здоровьесберегающей среды ДОУ. Цель: создание условий, содействующих сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей и взрослых.	<ul style="list-style-type: none">• Анализ предметно-развивающей среды по вопросу («здоровье» + «ОБЖ»)• Рекомендации педагогам по созданию физ. уголка в группе.• Анализ программно-методического обеспечения.• Анализ микроклимата в коллективе.• Оформление уголка психологической разгрузки для взрослых (в каб. Психолога).• Оформление наглядных пособий: - стенд «Внимание, терроризм»	Нач. года	Старший воспитатель
		X IX	Старший воспитатель
		Нач. года	Педагог-психолог
		В течении года	Педагог-психолог

	<ul style="list-style-type: none"> - уголки «Осторожно с огнём» - дидактические пособия по ПДД - медицинские газеты и санитарные уголки <ul style="list-style-type: none"> • Приобретение: спортивного оборудования, <ul style="list-style-type: none"> - детской мебели (стулья, шкафчики,) - оборудования для детских площадок, - предметов необходимых для сигнала и оповещения, - дидактических пособий по теме • Осуществление ремонта <ul style="list-style-type: none"> - медицинского кабинета, - пищеблока, - косметический ремонт групп и помещений 	ежегодно	<p>Старший воспитатель</p> <p>Медсестра</p> <p>Заведующий</p> <p>Заведующий</p>
<p>II Организация работы с кадрами.</p> <p>1. Повышение квалификации.</p> <p>Цель: повышение правовой компетентности и уровня педагогического мастерства участников ВОП для обеспечения качества охраны жизни и здоровья детей и взрослых.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • «Изучение нормативно-правового обеспечения направления «Здоровье и здоровый образ жизни»: <ul style="list-style-type: none"> - Закон РФ «Об образовании» - Сан ПиНы - Приказ МО РФ, МЗ РФ, Госкомспорта РФ и РАО от 16.07.2002г. №2715/227/166/19 «О совершенствовании процесса физического влияния в образовательных учреждениях РФ». - Инструктивно - методическое письмо о гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения, от 14.03.2000г. № 65/23-16. • Изучение программно-методического обеспечения • Изучение нормативных документов по ОБЖ: <ul style="list-style-type: none"> - ТК РФ утвержд. 26.12.2001г. - Правила трудового внутреннего распорядка ДОУ - Коллективный договор. - «Правила пожарной безопасности РФ» (извлечение из ППР 01-03). - Инструкции по охране труда 	<p>В течении года</p> <p>постоянно При приеме на работу.</p> <p>1р/кв</p>	<p>Заведующий</p> <p>Старший воспитатель</p> <p>Старший воспитатель Заведующий</p>

<p>2. Социальная защита. Цель: обеспечение реализации прав сотрудников ДОУ</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Повышение уровня педагогического мастерства: <ul style="list-style-type: none"> – На областном уровне – КПК, – На городском уровне – ГМО – На уровне ДОУ – ПДС, открытые показы, консультации («профилактика ОРВИ», «закаливание детей воздухом, водой», «оказание первой медицинской помощи», поведение при попадании в ЧС» и т.д.) • Анализ взаимодействия специалистов. <ul style="list-style-type: none"> • Тренинги, практические занятия: <ul style="list-style-type: none"> «Оказание первой медицинской помощи» «Пользование огнетушителем» «Эвакуация детей из здания». 	<p>В течении года</p> <p>1 раз в год По плану Пожбезоп, медсестры</p>	<p>Заведующий</p> <p>Старший воспитатель</p> <p>Старший воспитатель</p> <p>Медсестра Завхоз Заведующий</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Прохождение бесплатных медицинских осмотров. • Обеспечение спец одеждой • Предоставление возможности приобретения пособий. Методической литературы необходимой для работы. • Создание секции для взрослых «Минутки для здоровья» 	<p>2р/г По необходимости</p>	<p>Заведующий Завхоз Заведующий</p> <p>Инстр. по физ.</p>
<p>III Организация работы с детьми. ЗОЖ Цель: формирование физической культуры личности ребёнка с учётом его индивидуальных способностей, состояния здоровья.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Использование комплексной диагностики физического развития и состояния здоровья детей: <ul style="list-style-type: none"> – обследование ребёнка до поступления ДОУ (группы здоровья). – Наблюдение детей в период адаптации (анализ выполнения плана мероприятий по обеспечению адаптационного периода). – Проведение плановых профосмотров детей, углублённого медицинского обследования детей перед поступлением в школу, осмотры детей перед прививками. – Анализ динамики изменения уровня физического развития детей. – Определение психологической готовности к школьному обучению 	<p>X</p> <p>X-XI</p> <p>В течении года постоянно V IV постоянно</p>	<p>Медсестра</p> <p>Педагог-психолог</p> <p>Медсестра</p> <p>Педагог-психолог</p>

<p>ОБЖ Цель: формирование навыка безопасного поведения на улице и дома, знакомство с</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Формирование культурно-гигиенических навыков и культуры питания 	постоянно	Воспитатели
	<ul style="list-style-type: none"> • Внедрение эффективных технологий и методик оздоровления, закаливания: <ul style="list-style-type: none"> - проведение адаптированного варианта методик спец закаливания детей А.Уманской .(приложение 1) - использование системы комплексных мероприятий по оздоровлению детей (В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров). (приложение 2-7) - проведение гимнастики пробуждения, использование релаксации (психогимнастика Чистяковой). - Аромотерапия (чесночные амулеты). - Профилактические мероприятия по предупреждению гриппа. - В работе с детьми II и III группы здоровья учить рекомендации медиков. - Обеспечение гибкого режима и положительного микроклимата, 	осень-зима	Воспитатели Инстр.по физ.
		постоянно по плану	
		постоянно по плану педагога-психолога	
		осень-зима	Воспитатели Инстр.по физ
		постоянно по плану Постоянно Постоянно	
		по плану	педагоги
		Постоянно	Воспитатели Инстр.по физ
		Постоянно	педагоги
		В течение года	Заведующий педагоги

<p>элементарными правилами, предохраняющими жизнь и благополучие детей в сложной ситуации</p>	<ul style="list-style-type: none"> - «Самый главный светофор» - «Один дома» - «Дядя Стёпа пожарник» - тренинг «быстрая эвакуация» - выставки детских рисунков «На улице города» «Осторожно огонь» 		
<p>IV Работа с родителями Цель: повышение педагогической компетентности родителей</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Создание банка данных по семьям воспитанников: <ul style="list-style-type: none"> – Анкетирование родителей «Социальный портрет семьи», «Определение микроклимата». – Выявление потребностей родителей в оздоровительных и образовательных услугах ДОУ, – Выявление компетентности родителей в вопросах физического развития и воспитания детей. • Санитарно-просветительская работа: <ul style="list-style-type: none"> – Наглядная пропаганда (информационные, рекламные стенды, тематические выставки, памятки для родителей, санбюллетни) – Оказание консультативной помощи (по ОБЖ ребенка в условиях семьи, закаливание детского организма, профилактика заболеваний, спортивный уголок дома, режим в ДОУ и семье, по запросам родителей) • Проведение «Дня открытых дверей» для родителей • Проведение спортивных соревнований «Папа, мама, я – дружная семья» • Организация службы «Телефон доверия» • Родительские собрания (участие в обсуждении вопросов физического развития детей, адаптации детей в ДОУ) 	<p>IX-X</p> <p>регулярно</p> <p>По плану</p>	<p>Педагоги</p> <p>Старший воспитатель, медсестра</p>
<p>V Контроль Цель: повышение качества работы по вопросу и предупреждения нарушений выполнения нормативно-правовой базы.</p>	<p>Включение в оперативный контроль вопросов:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Выполнение инструкции по охране жизни и здоровья детей и техники безопасности. – Выполнение санитарно-гигиенического и противоэпидемиологического режима (хранение дезсредств, температурный режим) 	<p>Ежедневно</p>	<p>Заведующий, Старший воспитатель Медсестра. завхоз</p>

	<ul style="list-style-type: none"> – организация рационального питания (на пищеблоке – составление меню, проверка закладки продуктов, выход готовой продукции, контрольные порции, в группах – режим питания, сервировка стола, освоение культурно-гигиенических навыков, проверка контрольной порции)) – организация двигательного режима в группе в течение дня; – организация безопасного проведения педагогического процесса – выполнение баланса учебной нагрузки (выполнение инструктивно-методического письма) – проведение закаливающих мероприятий, – соответствие задач двигательной активности уровню развития двигательных навыков детей. – Создание условий для самостоятельной двигательной активности детей. – Состояние здоровья и физического развития детей. – организация безопасного нахождения детей в помещении и на участке ДОУ – технический осмотр помещений, участка – исправность электрооборудования. 	постоянно	
			Постоянно
	<ul style="list-style-type: none"> • Контроль в ходе тематических проверок. 	1р/кв	Заведующий, Старший воспитатель

РАЗДЕЛ 4. Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми в МБДОУ детском саду № 17

№ п/п	Направления и мероприятия	Группа	График проведения	продолжительность	Ответственный
1. Организация двигательного режима в ДОУ					
1.1	Утренняя гимнастика	все	8.05-8-35	5-12	Воспитатели, Инструктор по физ.
1.2	Занятия по физической культуре	все	По графику	15-30	Инструктор по физ.

1.3	Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	все	По плану	3-5	Воспитатели,
1.4	Физминутка	все		3-5	Воспитатели,
1.5	Подвижные игры, физические упражнения на прогулках и самостоятельная двигательная активность детей	все	В свободное от занятий время	30-40	Воспитатели,
1.6	Самостоятельные игры в помещении с элементами двигательной активности. Использование пособий физкультурного уголка	все	В свободное от занятий время	30-40	Воспитатели,
1.7	Физкультурный досуг	все	1р в м	30-40	Инструктор по физ.
1.8	Соревнования, эстафеты	Старш. Дошк.возр.	по плану	30-40	Инструктор по физ.
1.9	Спортивные праздники	Кроме младшей	2р в год	60	Инструктор по физ.
1.10	Походы, экскурсии	Подг,ст.	По плану	60-120	Зам. зав.
1.11	Совместная физкультурно-оздоровительная работы с родителями	все	По плану		Зам. зав. Инструктор по физ. Воспитатели,
1.12	Индивидуальная работа по развитию движений	все	ежедневно	12-15	Инструктор по физ.
1.13	Посещение спортивного зала: подвижные игры	все	По графику	10-15	Инструктор по физ.
2. Оздоровительная работа с детьми					
2.1	Закаливающие мероприятия: – Прием детей на улице – Проветривание помещений – Воздушные ванны – Сон без маек – Босохождение по земле	все	Зависит от погодных условий По графику После сна Летний период Летний период	35 В соответствии с СанПиН 5,10,15 Тихий час 8-10	Воспитатели,
2.2	Профилактические мероприятия: – Добавление витамина С в третье блюдо – Аромотерапия (чесночные амулеты)	Все	Постоянно В осенне-зимний период		Завхоз медсестра
2.3	Просветительская работа Лекции, беседы, семинары с сотрудниками		По графику медсестры	15-20	медсестра

3. Профилактическая работа					
	Маркировка мебели согласно ГОСТу, на основе антропометрии	все	2 р\г		
	Упражнения на формирование правильной осанки		Физ з	3-5	Инстр. По физ.
	Профилактика плоскостопия				
	Использование гимнастических дорожек		В теч дня	3-5	Воспит.инстр
	Профилактика психоэмоционального напряжения детейб – Психогимнастика – Сокращение времени пребывания в ДОУ для вновь поступивших детей	Все	Постоянно В период адаптации	20-30	<i>Педагог - психолог</i>
4. Создание условий для формирования навыков здорового образа жизни					
	Формирование навыков личной гигиены: наличие индивидуальных принадлежностей – Обучение (объяснение, напоминание, , поощрение и т.д.) – Демонстрация различных схем, модулей, правил, способствующих выполнению самостоятельных действий – Беседы о полезности необходимости выполнения правил личной гигиены		В соответствии с режимом питания, с учетом необходимости	постоянно	Воспитатели групп
	Формирование навыков культуры питания – Сервировка стола – Эстетика подачи блюд – Этикет приема пищи		В совместной деятельности, в ходе режимных моментов	постоянно	Воспитатели групп