



ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»

муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения детского сада № 31
городского округа Вичуга
на 2025-2026 учебный год



Принята Советом педагогов МБДОУ д/с № 31
(Протокол № 1 от 25.08.2025г.)

В соответствии с ФГОС ДО образовательная область «Физическое развитие» включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Образовательная область «Физическое развитие»:

Данное направление деятельности учреждения является важнейшим блоком образовательной программы дошкольного образования МБДОУ д/с № 31. Показателем эффективности реализации данного направления является уровень заболеваемости детей, эффективность организации физкультурно-оздоровительной работы, показатель проявления детьми здоровьесберегающей компетентности, успешность прохождения детьми адаптационного периода.

Результаты работы по данному направлению в группах дошкольного возраста:

Календарный год	Заболеваемость в днях на одного ребёнка	Заболеваемость в случаях на одного ребёнка
2022г.	13,9	1,4
2023г.	11,0	1,1
2024г.	12,1	2,1

Результаты освоения детьми культурно-гигиенических навыков:

высокий уровень – 96%;

средний уровень – 2%;

низкий уровень – 1%.

Результаты мониторинга уровня физической подготовленности детей (на 01.06.2025г.):

Возрастные группы	Количество в возрастных группах	Уровень физической подготовленности воспитанников					
		Высокий		Средний		Низкий	
		количество	%	количество	%	количество	%
4 года	18	3	17	14	78	1	5
5-7 лет	83	18	22	59	71	6	7
Всего в ДОУ*	101	21	21	73	72	7	7

* Количество детей, принявших участие в мониторинге физической подготовленности

Показатель эффективности физкультурно-оздоровительной работы – **17,7%** (в прошедшем учебном году составляла 17%).

Показатели прохождения детьми дошкольного возраста адаптационного периода при поступлении в дошкольное учреждение: все 5 поступивших в 2024-2025 учебном году детей дошкольного возраста легко адаптировались к условиям пребывания в ДООУ.

В течение учебного года в дошкольном учреждении функционировало 3 группы раннего возраста, вновь поступил 31 ребёнок: 16 малышей легко адаптировались к условиям пребывания в ДООУ, у 15-ти отмечена средне благоприятная адаптация, случаев тяжёлой адаптации не наблюдалось.

Картина заболеваемости в группах раннего возраста

Календарный год	Заболеваемость в днях на одного ребёнка	Заболеваемость в случаях на одного ребёнка
2022г.	35,0	6,9
2023г.	29,7	5,8
2024г.	23,0	4,1

Результаты педагогической диагностики детей раннего возраста за 2024-2025 учебный год в образовательной области «Физическое развитие»

Результаты педагогической диагностики

Показатели	Освоение детьми программного материала:			
	Освоили		Не освоили	
	2023-2024г.г.	2024-2025г.г.	2023-2024г.г.	2024-2025г.г.
Общие движения	96%	87%	4%	13%
Навыки	90%	86%	10%	14%

Получению результатов способствовало:

- ✓ реализация программы «Здоровье», ежегодно разрабатываемой педагогами в содружестве с медицинским персоналом ДООУ;
- ✓ использование педагогами в работе по здоровьесбережению парциальной программы «Воспитание здорового ребёнка» (автор М.Д. Маханева), современных здоровьесберегающих технологий;
- ✓ реализация комплексно-тематического принципа построения образовательного процесса и принципа интеграции образовательных областей, способствующего включению задач образовательной области «Физическое развитие» в различные виды детской деятельности;
- ✓ осуществление дифференцированного подхода к организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми;
- ✓ высокое качество медицинского обслуживания (в детском саду трудятся две медицинские сестры, работает врач-педиатр из детской поликлиники, проводится диспансеризация детей по плану ЦРБ);
- ✓ организация закаливающих мероприятий;
- ✓ систематический контроль за организацией физкультурно-оздоровительной работы со стороны администрации и медицинского персонала ДООУ;
- ✓ создание условий для организации двигательной активности детей в групповых помещениях и прогулочных участках;
- ✓ систематизация прогулок с детьми в любое время года;
- ✓ регулярное проведение занятий по физическому развитию на свежем воздухе и ежедневная практика оздоровительного бега в старших группах;
- ✓ организация работы с семьёй по вопросам физического развития и оздоровления детей.

Положительные тенденции:

- ✓ эффективность системы работы в адаптационный период (все дети дошкольного возраста, поступившие в ДОО в 2024-2025 учебном году, легко адаптировались);
- ✓ позитивные результаты прохождения детьми раннего возраста адаптационного периода, что свидетельствует о профессионализме педагогов групп раннего возраста в процессе организации данной работы;
- ✓ показатели заболеваемости в группах раннего возраста ниже показателей прошлого года;
- ✓ высокие показатели сформированности у детей культурно-гигиенических навыков;
- ✓ высокий показатель организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОО;
- ✓ показатель проявления детьми дошкольного возраста здоровьесберегающей компетентности неизменно высок;
- ✓ накоплен и используется в практике работы коллектива опыт по применению в образовательном процессе современных здоровьесберегающих технологий;
- ✓ заинтересованность большинства детей занятиями физической культурой, чему во многом способствует улучшение оснащение развивающей предметно-пространственной среды физкультурного зала, групповых помещений, прогулочных участков, использование развивающего потенциала современной спортивно-игровой площадки на территории ДОО;
- ✓ эффективность организации взаимодействия с семьями воспитанников по вопросам охраны и укрепления здоровья детей.

Проблемы, недостатки, упущения в работе:

- ✓ по сравнению с 2023 годом в 2024 году в группах дошкольного возраста повысилась заболеваемость и в случаях, и в днях на одного ребёнка;
- ✓ в процессе организации занятий по физическому развитию воспитанников не всем педагогам удаётся обеспечить детям тренирующий эффект (оптимальность физической нагрузки);
- ✓ невнимательное отношение некоторых родителей к состоянию здоровья своего ребёнка, нежелание соблюдать режим дня в условиях семьи.

Перспективы работы по данному направлению:

- ✓ продолжить пропаганду здорового образа жизни среди родителей воспитанников через широкое применение активных методов взаимодействия (семинары-практикумы, физкультурные досуги, совместные спортивные праздники и т.д.);
- ✓ проводить индивидуальную работу с педагогами по повышению уровня профессиональной компетенции в вопросах организации физкультурно-оздоровительной работы с воспитанниками;
- ✓ продолжить поиск и апробацию современных эффективных форм и методов оздоровления детей;
- ✓ продолжить оснащение развивающей предметно-пространственной среды, в том числе, на территории ДОО, способствующей активизации двигательной активности детей.

Исходя из конечных результатов реализации программы «Здоровье» в 2024-2025 учебном году считаем наиболее актуальными для реализации в 2025-2026 учебном году следующие цели и задачи:

ЦЕЛЬ: охрана и укрепление здоровья детей, профилактика детской заболеваемости.

ЗАДАЧИ:

1. Реализовать комплекс физкультурно-оздоровительных и санитарно-просветительских мероприятий, направленных на профилактику детской заболеваемости.
2. Обеспечить своевременную диагностику состояния здоровья и физического развития детей, профилактику возможных отклонений их физического и психического развития.
3. Оптимизировать педагогический процесс по образовательной области «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО и ФОП ДО путём повышения профессиональной компетентности педагогов, активного взаимодействия коллектива ДОУ и семей воспитанников с целью эффективного решения задач физического воспитания и оздоровления детей.
4. Объединить усилия сотрудников дошкольного учреждения и родителей для эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы в детском саду и семье.

Основные принципы:

- научности (использование научно-обоснованных и апробированных программ, технологий и методик);
- доступности (использование технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- активности (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления детей);
- сознательности (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);
- единства диагностики и коррекции (правильная интерпретация результатов медицинской, педагогической, психологической диагностики; планирование способов, методов и приемов развития и оздоровления на основе полученных данных);
- систематичности (реализация лечебно-оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю);
- целенаправленности (подчинение комплекса медико-педагогических воздействий чётко определенной цели).

Кадровое обеспечение:

Заведующий ДОУ:

- ✓ Общее руководство по внедрению программы «Здоровье».
- ✓ Анализ реализации программы.
- ✓ Контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей.

Старший воспитатель:

- ✓ Программно-методическое обеспечение реализации программы «Здоровье».
- ✓ Просветительская работа среди родителей и сотрудников ДОУ по вопросам физического, эмоционально-личностного развития воспитанников.
- ✓ Участие в проведении мониторинга физической подготовленности воспитанников.
- ✓ Контроль за реализацией программы «Здоровье».

Медицинский персонал ДОУ:

- ✓ Обследование детей, выявление возможных нарушений физического и психического развития.
- ✓ Гигиеническое воспитание и обучение детей и их родителей.
- ✓ Пропаганда здорового образа жизни.
- ✓ Профилактика простудных и инфекционных заболеваний.
- ✓ Проведение витаминотерапии.
- ✓ Работа по годовому плану оздоровления.
- ✓ Контроль за соблюдением санитарно-гигиенического режима в ДОУ.

Воспитатели:

- ✓ Пропаганда здорового образа жизни.
- ✓ Проведение закаливающих мероприятий.
- ✓ Обучение детей приёмам оздоровления.
- ✓ Использование современных здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.
- ✓ Взаимодействие с родителями по вопросам оздоровления и физического развития детей.

Заместитель заведующего по хозяйственной работе:

- ✓ Обеспечение условий для предупреждения травматизма в дошкольном учреждении.
- ✓ Создание материально-технических условий.

Повар:

- ✓ Соблюдение технологии приготовления блюд.

Младший обслуживающий персонал:

- ✓ Соблюдение санитарно-гигиенических условий в ДОУ.
- ✓ Активная помощь педагогам в процессе организации физкультурно-оздоровительных мероприятий.

<i>Мероприятия</i>	<i>Сроки исполнения</i>	<i>Ответственные</i>
1. Создание условий		
1.1. Изучение индивидуальных особенностей детей для проведения физкультурно-оздоровительной работы с учётом состояния их здоровья, уровня физического развития.	Постоянно	Воспитатели
1.2. Приобретение необходимого физкультурного оборудования (в том числе и выносного), атрибутов для подвижных игр.	В течение года	Заведующий, зам.зав.по хоз.работе
1.3. Подбор мебели в соответствии с ростовыми показателями детей.	Постоянно	Воспитатели, зам.зав. по хоз.работе
1.4. Оборудование в групповых комнатах центров двигательной активности.	В течение года	Воспитатели
1.5. Оборудование двигательных центров на прогулочных участках.	В течение года	Воспитатели
2. Работа с кадрами		
2.1. Работа с обслуживающим персоналом: (консультации)		
- «Организация процесса питания в группах. Нормы питания детей»;	Первый квартал	Медсестра, старший воспитатель
- «Санитарно-эпидемиологический режим в группе»;	Второй квартал	Медсестра

- «Профилактика ОРЗ, ОРВИ»; - «Предупреждение травматизма». 2.2. Производственные совещания: - Анализ заболеваемости за квартал; - «Об организации питания»; - «Готовность ДОУ к работе в зимний период»; - «Профилактика травматизма среди обучающихся и персонала дошкольного учреждения в зимний период»; - «Подготовка ДОУ к работе в летний оздоровительный период»; Организация закаливания детей в летний период. 2.3. Работа с педагогами: - Организация медико-педагогического контроля за проведением физкультурных занятий в группах дошкольного возраста; - Цикл методических мероприятий в рамках реализации задачи Годового плана учреждения, посвящённой повышению профессиональной компетентности педагогов в вопросах реализации задач образовательной области «Физическое развитие» в соответствие с ФГОС ДО; - Индивидуальные консультации «Дифференцированный подход в процессе организации физкультурно-оздоровительной работы с детьми»; - Индивидуальные консультации «Мониторинг физической подготовленности воспитанников»; - Индивидуальные консультации «Подготовка прогулочных участков к началу летней оздоровительной работы»; - Групповая консультация «Организация жизнедеятельности детей в летний период»; - Групповая консультация «Проблемы адаптации детей раннего возраста к условиям пребывания в	Третий квартал	Медсестра
	Четвёртый квартал	Заведующий, медсестра
	Ежеквартально	Медсестра
	Сентябрь	Заведующий
	Ноябрь	Заведующий
	Декабрь	Заведующий, медсестра
	Апрель	Заведующий
	Май	Заведующий, медсестра
	Октябрь, апрель	Старший воспитатель
	Октябрь-декабрь	Старший воспитатель
	Сентябрь	Старший воспитатель, медсестра
	Сентябрь	Старший воспитатель
	Май	Старший воспитатель,
	Июнь	Старший воспитатель
	Июнь	Старший воспитатель

дошкольном учреждении»;		
- Проведение летних спортивных праздников, физкультурных досугов.	Июнь	Музыкальный руководитель
3. Профилактика заболеваний в период межсезонья		
3.1. Подготовительный этап (до начала подъёма заболеваемости):	По рекомендации ЦРБ	Врач, медсестра
- иммунизация детей против ГРИППА;	Сентябрь-октябрь	Медсестра
- применение медикаментозных средств для повышения иммунитета по назначению врача (адаптогены растительного происхождения, витаминные препараты);	Ноябрь	Врач, медсестра
- обучение детей и родителей приемам точечного массажа, дыхательной гимнастики, приемам промывания носа, полоскания рта и горла, развитие у детей дошкольного возраста умения описывать свое самочувствие.	Ноябрь	Медсестра, воспитатели
3.2. Этап интенсивной профилактики (при повышенной заболеваемости гриппом, ОРВИ):	Во время карантина	Врач, медсестра
- переход на карантинный режим с использованием дезинфицирующих средств в процессе влажной уборки, мытья посуды, применение масок для персонала;		
- применение фитонцидов (лук, чеснок);	В период сезонного подъёма заболеваемости	Воспитатели
- контроль за проведением всех общегигиенических мероприятий (проветривание помещений, максимальное пребывание детей на свежем воздухе);	В период карантина	Медсестра
- применение точечного массажа;	Постоянно	Медсестра, воспитатели
- применение профилактических медикаментозных средств (оксолиновая мазь, гриппферон) по назначению врача;	В период карантина	Медсестра
- организация щадящего режима общеобразовательных и физических нагрузок;	В период карантина	Воспитатели
- активное выявление больных, быстрая изоляция	В период	Медсестра,

заболевшего ребенка из детского коллектива.	карантина	воспитатели
3.3. Реабилитационный период:		
- снижение физической нагрузки на физкультурных занятиях;	В период карантина	Медсестра, воспитатели
- применение восстановительной терапии по назначению врача (витаминные препараты, фитотерапия, адаптогены);	Постоянно	Медсестра
- индивидуальный подход к закаливающим мероприятиям.	В период снижения заболеваемости	Воспитатели
5. Профилактика отклонений в физическом развитии детей		
5.1. Диагностика состояния здоровья детей.	По плану	Врач, медсестра
5.2. Подбор мебели в соответствии с ростом ребёнка.	Постоянно	Медсестра Воспитатели, зам. зав по ХР
5.3. Контроль за соблюдением детьми правильной позы при сидении, стоянии, ходьбе.	Постоянно	Воспитатели
5.4. Оптимальная освещённость.	Постоянно	Зам. зав по ХР, воспитатели
5.5. Полноценное питание, максимальное пребывание на свежем воздухе.	Постоянно	Зам. зав по ХР, воспитатели
5.6. Индивидуальный подход к физическому воспитанию детей:		
- распределение детей по группам физкультуры в соответствии с состоянием здоровья;	Постоянно	Медицинская сестра, воспитатели
- включение в комплекс утренней гимнастики, организованную образовательную деятельность по физическому развитию специальных упражнений для укрепления мышц спины, шеи, ног, рук, для улучшения подвижности плечевых суставов, пояса и позвоночника.	Постоянно	Воспитатели
5.7. Работа с родителями о правильном подборе обуви, одежды детей.	Постоянно	Медсестра, воспитатели
5.8. Включение в организованные формы двигательной активности комплекса упражнений для профилактики плоскостопия.	Постоянно	Воспитатели

6. Образовательная работа 6.1.Рациональная организация двигательной активности детей с учётом их возрастных и индивидуальных возможностей: - утренняя гимнастика; - непрерывная образовательная деятельность по физическому развитию обучающихся; - занятия на спортивных тренажёрах; - физкультминутки; - бодрящая гимнастика после дневного сна; - непрерывная образовательная деятельность по музыкальному развитию обучающихся; - использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе ДОУ. 6.2. Организация правильного питания, сна. 6.3. Закаливающие мероприятия: - специальные закаливающие мероприятия (босохождение, полоскание полости рта (дети с 2-х лет) и горла (дети дошкольного возраста) водой комнатной температуры, умывание лица, шеи, кистей рук, предплечья); - традиционные формы закаливания (проветривание, прогулки на свежем воздухе, приём детей на улице в тёплый период года). 6.4. Мероприятия по формированию культурно-гигиенических навыков, обучение детей уходу за своим телом: - воспитание у детей навыков личной гигиены; - воспитание опрятности; - формировать умение сообщать о своих потребностях. 7. Санитарное просвещение родителей 7.1. Индивидуальные консультации о состоянии здоровья детей.	Ежедневно Ежедневно Согласно расписанию НОД В течение учебного года Постоянно Постоянно Согласно расписанию НОД Постоянно Постоянно Ежедневно Постоянно В течение года В течение года	Воспитатели Воспитатели Воспитатели Воспитатели Воспитатели Воспитатели Воспитатели Заведующий, зам. зав. по ХР, воспитатели Воспитатели Воспитатели Медсестра, воспитатели Старший воспитатель, воспитатели,
---	---	--

7.2. Проведение «Дней открытых дверей» для родителей с показом открытых физкультурных мероприятий (исходя из эпидемиологической обстановки). 7.3. Оформление наглядной информации (папки-передвижки, санитарные бюллетени). 7.4. Проведение устных консультаций по интересующим родителей вопросам, касающимся здоровья и физического развития детей, общение с родителями с соцсетях и мессенджерах. 7.5. Включение в повестку родительских собраний вопросов по организации лечебно-профилактической работы в детском саду, профилактике простудных и инфекционных заболеваний. 7.6. Включение в программу лекций для родителей следующей тематики: - «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»; - «Профилактика желудочно-кишечных заболеваний в летнее время»; - «Проблемы адаптации детей раннего возраста к условиям пребывания в дошкольном образовательном учреждении»; - «Профилактика детского травматизма».		медицинский персонал ДОУ
---	--	--------------------------

Планируемые результаты реализации программы «Здоровье» в 2025-2026 учебном году:

1. Снижение уровня детской заболеваемости.
2. Повышение профессиональной компетентности педагогов в вопросах реализации задач образовательной области «Физическое развитие» в соответствии с ФГОС ДО и ФОП ДО, реализация в образовательном процессе ДОУ современных здоровьесберегающих технологий.
3. Повышение уровня заинтересованности родителей проблемами оздоровления и физического развития детей.
4. Улучшение материально-технических условий, развивающей предметно-пространственной среды для повышения эффективности реализации задач образовательной области «Физическое развитие» в соответствии с требованиями ФГОС ДО и ФОП ДО.