

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 156»

Согласовано:
Педагогический совет
МБДОУ «Детский сад № 156»

Протокол № 5 от «28» 05. 2026г.

Утверждено:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 156»

Е.В. Шадрова
Приказ №53-од от «28» 05. 2026г.



КОМПЛЕКСНО-ЦЕЛЕВАЯ ПРОГРАММА
здоровьесбережения воспитанников
«Малыши - крепыши»

Разработчик: Шадрова Елена Викторовна
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 156»

Иваново, 2026 год

Паспорт программы

Полное наименование программы	Комплексно-целевая программа «Малыши - крепыши»
Основания для разработки программы	— Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273 – ФЗ; — Закон Российской Федерации «Об основных гарантиях прав ребенка Российской Федерации», № 124-ФЗ от 24.07.1998г.; — Федеральный закон от 21 ноября 2011 года №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации». — Федеральный закон от 17 сентября 1998 года №157-ФЗ Закон Российской Федерации «Об иммунопрофилактике инфекционных заболеваний»; — Стратегия комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года (Указ Президента РФ от 17 мая 2023 г. №358). — Государственная программа «Развитие образования» — СанПин от 02.06.2026 (СП 2.4.2.4283-26) — Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) — Федеральная образовательная программа дошкольного образования (ФОП ДО)
Период и этапы реализации программы	2026 – 2029 год: Первый этап (2026 – 2027 гг.) – организационно-подготовительный этап – поиск оптимальной структуры управления проектом, создание системы мониторинга; Второй этап (2027 – 2028гг.) – основной (отработка основных компонентов программы); Третий этап (2028-2029гг.) – итогово-обобщающий (анализ и синтез результатов, обобщение опыта, оценка и прогнозирование перспектив здоровьесбережения воспитанников в условиях детского сада).
Цель программы	1. Формирование новой идеологии, утверждающей приоритетность охраны и укрепления здоровья всех участников образовательного процесса в детском саду.

	2. Создание оптимальных социально-педагогических, психологических и здоровьесберегающих условий развития и функционирования личности воспитанника в условиях детского сада. 3. Обеспечение охраны жизни и здоровья воспитанников, гарантий их законных прав на безопасные условия образовательно-воспитательного процесса.
Основные задачи, мероприятия программы	• Обеспечение выполнения законодательства по охране здоровья воспитанников детского сада; • Создание условий для полноценного сбалансированного питания детей; • Внедрение инновационных систем оздоровления, здоровьесберегающих технологий; • Проведение профилактических мероприятий по снижению заболеваемости в детском саду; • Популяризация преимуществ здорового образа жизни, способствующего успешной социальной адаптации и противостоянию вредным привычкам; • Соблюдение валеологических требований на занятиях физической культурой, воспитательских часах; • Совершенствование системы спортивно-оздоровительной работы; • Создание комплексных систем мер, направленных на профилактику и просвещение физического, психологического и социального здоровья; • Отработка механизмов совместной работы всех заинтересованных в сохранении и укреплении здоровья воспитанников учреждений.
Ожидаемые, конечные результаты, важнейшие целевые показатели программы	• Стабилизация показателей здоровья: • Низкий уровень заболеваемости детей. • Повышение качества освоения основной образовательной программы по образовательной области «Физическое развитие» • Планирование увеличения количества детей, охваченных дополнительным образованием в условиях детского сада. • Применение здоровьесберегающих технологий.
Основные разработчики	Шадрова Елена Викторовна - заведующий МБДОУ «Детский сад № 156»;

	Александрова Наталья Олеговна – старший воспитатель.
Система организации контроля за выполнением программы	Постоянный контроль выполнения программы осуществляет заведующий ДОУ, старший воспитатель, ст.медсестра, врач

Пояснительная записка

“Я не боюсь еще и еще раз повторить:
забота о здоровье –это важнейший
труд воспитателя. От жизнерадостности,
бодрости детей зависит их духовная
жизнь, мировоззрение, умственное
развитие, прочность знаний,
вера в свои силы”.

В.А.Сухомлинский

Здоровье – это сложное понятие, включающее характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности.

В современных условиях развития нашего общества наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из первоочередных задач, стоящих перед обществом. Актуальность проблемы предупреждения различных заболеваний определяется высокой заболеваемостью детей дошкольного возраста, отрицательным влиянием повторных случаев на их состояние здоровья, формированием рецидивирующей и хронической патологии.

На сегодняшний день в дошкольном возрасте практически здоровые дети составляют 3-4%, с нарушением осанки 50-60%, с плоскостопием - 30%. За последние годы состояние здоровья детей прогрессивно ухудшается. Рождение здорового ребёнка стало редкостью. Не утешают результаты состояния здоровья детей, поступающих в детский сад. Причин роста патологии множество. Это плохая экология и несбалансированное питание, снижение двигательной активности, информационные и нейропсихические перегрузки.

Возможность постоянного поиска путей укрепления здоровья детей, формирование у них основ здорового образа жизни, разностороннего развития двигательных способностей убеждает в том, что до настоящего времени в ДООУ не полностью реализуется оздоровительное влияние физического воспитания, естественных факторов природы на организм ребенка. Поэтому актуален поиск новых средств сохранения и укрепления здоровья детей. Сегодня еще так же к актуальным проблемам детского здоровья относятся: гиподинамия, детские стрессы, тревожность, агрессия и пр. Движения необходимы ребенку, так как способствуют развитию его физиологических систем, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма. Исследования М.Д.Маханевой, В.Г.Алямовской свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают “двигательный дефицит”, т.е. количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что и в детском саду, и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении (за столом, у телевизора, играя в тихие игры на полу). Это увеличивает статичную нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы, т.е. усугубляет неблагоприятное влияние гипокинезии. Гипокинезия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует заболеванию детей ожирением. Одним из приоритетных направлений работы нашего детского сада, является здоровьесбережение в ДООУ. Педагогический коллектив дошкольного учреждения четко определил пути своего дальнейшего развития. В настоящее время в ДООУ прослеживается тенденция личностно-ориентированной модели взаимодействия, поиск конкретных целей и задач, позволяющих детскому саду обрести собственное лицо, создание оптимальных условий для воспитания, образования и развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями.

В результате этого в МБДООУ «Детский сад № 156» разработана комплексно-целевая программа здоровьесбережения воспитанников “Малыши -

крепыши». Программа «Малыши - крепыши» комплексно подходит к решению проблемы сохранения и укрепления здоровья детей. Программа разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ:

- анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала);
- научно – методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в ДОУ);
- материально – техническое обеспечение (помещения, оборудование);
- финансовое обеспечение (анализ финансовых возможностей для реализации программы);
- комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, днях, в днях на одного ребенка);
- анализ результатов физической подготовленности детей;
- характеристика физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ (НОД, кружки, внедрение системы здоровьесберегающих технологий).

Программа «Малыши - крепыши», разработанная педагогическим коллективом дошкольного учреждения, - это комплексная система воспитания ребёнка – дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого, инициативного и раскрепощенного, с развитым чувством собственного достоинства, педагогов и родителей. Разрабатывая программу, мы стремились к тому, чтобы система оздоровления и физического воспитания, включала инновационные формы и методы, органически входила в жизнь детского сада, решала вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имела связь с другими видами деятельности, и, самое главное, нравилась бы детям. Развитие детей обеспечивалось бы за счёт создания развивающей среды и реализации определённых педагогических технологий.

Программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представления ребенка о себе и о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиены, охраны здоровья. К моменту выпуска

в школу дети должны не только получить обо всем этом четкие представления, но и иметь стойкие навыки и привычки.

Программа «Малыши-крепыши» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями, узкими специалистами ДОУ содержания обучения и воспитания. Предлагаются различные методики, позволяющие использовать в работе как традиционные программы и методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей.

Условия реализации программы

Для реализации программы в детском саду имеются следующие условия:

- Медицинский кабинет, процедурный кабинет, которые оснащены медицинским оборудованием.
- Музыкальный зал, который оборудован необходимым инвентарём: гимнастическими скамьями, ребристыми досками, мячами, обручами и другим необходимым оборудованием. Количество и качество спортивного инвентаря и оборудования помогает обеспечивать высокую моторную плотность физкультурных занятий.
- Методическая литература для организации эффективной двигательной активности детей, развития основных видов движений.
- В каждой возрастной группе имеются спортивные уголки, где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов. Оборудование соответствует возрастным особенностям детей и их антропометрическим показателям. Материалы, из которых изготовлено оборудование, отвечает гигиеническим требованиям, экологически чистые и прочные.

Цели программы:

1. Создание оптимальных социально-педагогических, психологических и здоровьесберегающих условий развития и функционирования личности воспитанника в условиях детского сада.

2. Обеспечение охраны жизни и психофизического здоровья воспитанников, гарантий их законных прав на безопасные условия образовательно-воспитательного процесса.

Задачи:

- обеспечение выполнения законодательства по охране здоровья воспитанников детского сада;
- создание условий для полноценного сбалансированного питания детей;
- внедрение инновационных систем оздоровления, здоровье сберегающих технологий;
- проведение профилактических мероприятий по снижению заболеваемости в детском саду;
- совершенствование системы спортивно-оздоровительной работы;
- создание комплексных систем мер, направленных на профилактику и просвещение физического, психологического и социального здоровья;
- формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия института семьи и ДООУ на основе реализации гармоничной и грамотной системы развития ребенка;
- отработка механизмов совместной работы всех заинтересованных в сохранении и укреплении здоровья воспитанников учреждений.

I. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ **ЗДОРОВЬЕЗБЕРЕЖЕНИЯ**

Образовательная область	Цель	Задачи
Физическое развитие, социально-коммуникативное развитие	Охрана здоровья детей и формирование основ культуры здоровья	— сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; — воспитание культурно-гигиенических навыков; — формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
	Формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.	— развитие физических качеств (скорость, сила, гибкость, выносливость, координация); — накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными

		движениями); — формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.
	Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности.	— формирование представлений об опасных для человека ситуациях и способах поведения в них; — приобщение к правилам безопасного для человека поведения; — передача детям знаний о правилах безопасного дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства; — формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека ситуациям.

II. МЕДИЦИНСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

№ п/п	Мероприятие	Срок	Ответственные
Организационная работа			
1.	Проведение анализа острой инфекционной и соматической заболеваемости воспитанников на совещании при заведующем	Ежеквартально	Медицинская сестра
2.	Консультирование воспитателей и разработка рекомендаций, направленных на сохранение здоровья каждому ребенку с соматическими и психическими заболеваниями (экраны здоровья)	Постоянно	Медицинская сестра
3.	Осуществление контроля за выполнением натуральных норм расходования продуктов	Постоянно	Медицинская сестра

	питания. Сбалансированность питания.		
Профилактическая работа			
Диагностика			
6.	Определение уровня адаптации ребенка в условиях детского сада: — резистентность организма ребенка; — психическое здоровье; — физическое здоровье	По окончании периода адаптации.	Медицинская сестра
7.	<u>Диспансеризация:</u> — Проведение профилактических осмотров детей согласно приказу Минздрава России от 10 августа 2017 года №514н «О порядке проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних» — Обследование: врачом-педиатром, (с проведением антропометрии, распределением детей на медицинские группы для занятий физкультурой)	Согласно плану 2 раза в год	Бригада узких врачей-специалистов детской поликлиники ГБ № 7 Врач-педиатр Медсестра
8.	<u>Клинико-лабораторные исследования:</u> — функционально-диагностические; — обследование на гельминты	По плану	Медицинская сестра
Профилактика			
9.	Проведение дальнейшего обследования детей с выявленной патологией после углубленного медосмотра и постановка нуждающихся на «Д» учет	постоянно	Медицинская сестра
10.	<u>Общеукрепляющая терапия:</u> - иммуностимуляторы; — витамины (С витаминация	Постоянно	Медицинская сестра

	третьих блюд); - поливитамины;		
11.	<u>Закаливание:</u> -утренняя гимнастика; -обливание рук до локтя; -подвижные игры на свежем воздухе.	Постоянно	Медицинская сестра, воспитатели групп
12.	<u>Физиотерапия:</u> <i>Профилактические процедуры:</i> — ароматерапия (аромалампы).	Постоянно с учетом индивидуальных особенностей ребенка	Медицинская сестра, воспитатели групп
13.	<u>Массаж:</u> — самомассаж (обучение детей элементам массажа)	Согласно плану профилактической работы.	воспитатели
14.	Разработка рекомендаций для оздоровления с учетом индивидуальных особенностей воспитанников ДОУ	Постоянно	медицинская сестра
15.	<u>Санитарно-просветительная работа:</u> — «Служба 03» (обучение детей оказанию первой помощи); - «Это должен знать каждый» (привитие гигиенических навыков, пропаганда здорового образа жизни)	Согласно тематическому плану	воспитатели, муз. руководитель
16.	<u>Первичная профилактика:</u> — ежедневный осмотр воспитанников; — изоляция больных детей; - контроль за санитарно-гигиеническими условиями; -контроль за организацией образовательного процесса (режим дня, занятия) — соблюдение СП 2.4.3648-20.	Постоянно	Медицинская сестра

17.	<u>Организация питания воспитанников:</u> а) ежедневное меню – раскладка; б) контроль качества приготовления пищи; в) контроль пищевого рациона воспитанников; г) контроль за состоянием фактического питания и анализ качества питания; д) санитарно-гигиеническое состояние пищеблока; е) бракераж готовой продукции; ж) контроль за выполнением натуральных норм.	Постоянно	Медицинская сестра Бракеражная комиссия ДОУ
18.	Контроль санитарного состояния пищеблока и соблюдения личной гигиены его работников	Постоянно	Медицинская сестра

III. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА
3.1. СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ.

№ п\п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1.	Анализ состояния здоровья детей.	Анализ диагнозов в медицинских картах детей, распределение их по подгруппам здоровья. Оценка эффективности профилактических и оздоровительных мероприятий. Составление экранов здоровья и подбор рекомендаций по диагнозам.	август, декабрь конец августа конец августа	Медсестра, воспитатели
2.	Использование воздушных ванн	Гимнастика и подвижные игры в облегчённой одежде.	В течение года	Воспитатель
3.	Использование солнечных ванн	Пребывание детей на солнце в трусах и панамах, в процессе игр малой	Июнь — август	Воспитатель

		подвижности, а также игр с водой и песком.		
4.	Использование закаливания водой	Дидактическое упражнение для умывания «Водичка, водичка» Дидактическое упражнение для обливания ног прохладной водой «Ножки чисто мы помоем» Дидактическое упражнение для полоскания горла прохладной водой «Хочешь знать, как гусь гогочет»	В течение года Июнь – август Июнь – август	Воспитатель Воспитатель Воспитатель
5.	Использование босохождения	Комплекс упражнений «Топ, топ – наши ножки»	Июнь – август	Воспитатель
6.	Осуществление контроля за выработкой правильной осанки	Дидактические упражнения «Позвони в колокольчик», «Сорви листок», «Дотянись до шарика»	В течение года	Воспитатель Муз. руководитель
7.	Обеспечивать оптимальную двигательную активность детей в течение дня.	Утренняя гимнастика и гимнастика после сна. Подвижные, спортивные и народные игры. Динамические паузы и физминутки.	В течение года	Воспитатель Муз.руководитель

3.2. ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ.

№ п\п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1.	Воспитывать привычку ухаживать за чистотой своего тела, самостоятельно умываться, мыть руки с мылом.	Дидактическое упражнение «Надо, надо умываться» Занятия по ЗОЖ Дидактическое упражнение «Научим Незнайку правильно мыть руки» Чтение стихотворения А.	Ежедневно В соответствии с тематическим планом	Воспитатель

		Барто «Девочка чумазя» Просмотр мультфильма «Мойдодыр» Беседа «Сколько способами можно очистить кожу» Разучивание отрывка из стихотворения В.В. Маяковского «Что такое хорошо и что такое плохо» Дидактическая игра «Как умываются животные»		
2.	Воспитывать привычку самостоятельно одеваться, следить за своим внешним видом.	Дидактическое упражнение «Я умею одеваться» Занятия по ЗОЖ Дидактическая игра «Оденем куклу на прогулку» Дидактическая игра «Что перепутал художник» Сюжетно-ролевая игра «Прачечная», «Парикмахерская»	Ежедневно В соответствии с тематическим планом	Воспитатель
3.	Формирование навыков культурного приёма пищи	Дидактическое упражнение «Учимся аккуратно кушать» Дидактическое упражнение «Поможем кукле накрыть стол к приходу гостей» Дежурство по столовой Сюжетно-ролевая игра «Кафе» Дидактическая игра «Столовые приборы и их назначение»	Ежедневно В течение года Ежедневно В течение года	Воспитатель

4.	Педагогическая диагностика: промежуточная, итоговая.	Диагностика педагогического процесса по в соответствии с ФОП ДО	Май	Воспитатель
----	--	---	-----	-------------

3.3. ФОРМИРОВАНИЕ НАЧАЛЬНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ.

№ п\п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1.	Знакомство детей с частями тела человека.	НОД по ЗОЖ. Беседа «Как органы человека помогают друг другу» Дидактическая игра «Что для чего нужно» Дидактическая игра «Покажи, что назову» Дидактическая игра «Чтобы глаза, уши, зубы были здоровыми»	В соответствии с тематическим планом	Воспитатель
2.	Воспитание потребности в соблюдении режима питания, употребления в пищу полезных продуктов.	НОД по ЗОЖ. Подвижная игра «Полезные продукты» Подвижная игра «Повара» Разучивание стихотворения «Кто скорее допьёт» П. Воронько Дидактическая игра «Угадай по вкусу» Дидактическая игра «Волшебный мешочек» Чтение стихотворения	В соответствии с тематическим планом	Воспитатель Муз.руководитель

		«Маша обедает» П. Воронько		
3.	Формирование представлений о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.	НОД по ЗОЖ. Музыкально-ритмическая игра «Все ребята любят мыться». Дидактическая игра «Что вредно, что полезно» Беседа «Как готовиться ко сну» Чтение «Сказки о глупом мышонке» С.Я. Маршака. Дидактическая игра «Чтобы кожа была здоровой» Создание альбома «Кто с закалкой дружит – никогда не тужит» Физкультурные досуги.	В соответствии с тематическим планом	Воспитатель Муз. руководитель
4.	Знакомство с понятиями «здоровье», «болезнь»	НОД по ЗОЖ. Игра по ТРИЗ «Что будет, если...» Досуг «Осторожно микробы» Чтение стихотворения «Прививка» С. Михалкова. Беседа «Откуда берутся болезни» Чтение стихотворения «Воспаление хитрости» А. Милна.	В соответствии с тематическим планом	Воспитатель
5.	Формирование умения оказывать себе элементарную первую	НОД по ЗОЖ. Беседа «Если ты заболел»	В соответствии с тематическим планом	Воспитатель

	медицинскую помощь.	Дидактическая игра «Лекарства под ногами» Кроссворд «Зелёная аптека» Сюжетно – ролевые игры «Поликлиника» и «Аптека» Инсценировка отрывка стихотворения К.И. Чуковского «Айболит» Дидактическая игра «Какому врачу, что нужно» Беседа «Лекарства – друзья, лекарства враги»		
6.	Формирование представлений о значении физических упражнений для организма человека.	НОД по ЗОЖ Разучивание физминутки «Спорт-здоровье» Музыкально-ритмические движения «Зверобика» Чтение сказки «Зарядка и Простуда» Рассматривание альбома «В здоровом теле – здоровый дух» Спортивный досуг «Путешествие в Спортландию»	В соответствии с тематическим планом	Воспитатель
7.	Педагогическая диагностика: промежуточная, итоговая.	Диагностика педагогического процесса по ФОП ДО	Май	Воспитатель

3.4. РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ (СКОРОСТНЫХ, СИЛОВЫХ, ГИБКОСТИ, ВЫНОСЛИВОСТИ, КООРДИНАЦИИ).

№ п\п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1.	Формирование правильной осанки	Упражнения на гимнастической скамейке. Подвижная игра «Пройди – не урони». Упражнения на турнике и шведской стенке. Игровые задания. Кружок «Эстетическая гимнастика»	В соответствии с перспективными планами работы	Воспитатель,
2.	Формирование умения перестраиваться на месте и во время движения.	НОД по физической культуре НОД по музыке. Утренняя гимнастика Музыкально-ритмические движения. Игры-эстафеты.	В соответствии с перспективными планами работы	Воспитатель Муз. руководитель
3.	Развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости.	НОД по физической культуре Подвижные, спортивные и народные игры. Игровые упражнения. Оздоровительный бег. Пешие прогулки	В соответствии с перспективными планами работы	Воспитатель Муз. руководитель

		(простейший туризм)		
4.	Развитие координации движений и ориентировки в пространстве.	НОД по физической культуре НОД по музыке. Занятия кружка «Эстетическая гимнастика» Музыкально-ритмические движения. Физминутки. Динамические паузы. Подвижные игры.	В соответствии с перспективными планами работы	Воспитатель Муз.руководитель
5.	Развития умения прыгать в длину, в высоту, с разбега.	НОД по физической культуре Игровые упражнения. Игровые задания.	В соответствии с перспективным планом работы	Воспитатель
6.	Формирование умения кататься на велосипеде, самокате.	Игровые упражнения. Игровые задания. Самостоятельная двигательная активность на прогулке. Спортивный досуг на воздухе.	Май — сентябрь	Воспитатель
7.	Формирование умения ползать, пролезать, подлизать, перелазить через предметы.	НОД по физической культуре. Игры-эстафеты. Игровые упражнения. Спортивные праздники и досуги. Игровые задания.	В соответствии с перспективным планом работы	, Воспитатель

8.	Формирование умений в ловле и передаче мяча.	НОД по физической культуре Спортивные игры. Игровые упражнения. Подвижные и народные игры. Спортивные досуги.	В соответствии с перспективным планом работы	Воспитатель
9.	Развитие активности детей в играх со скакалками, обручами и другим спортивным инвентарём.	НОД по физической культуре Утренняя гимнастика. Самостоятельная двигательная активность детей в группе и на прогулке. Музыкально-ритмические движения. Подвижные игры. Спортивные досуги и праздники.	В течение года	Воспитатель

3.5. ФОРМИРОВАНИЕ ПОТРЕБНОСТИ В ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ И ФИЗИЧЕСКОМ СОВЕРШЕНСТВОВАНИИ.

№ п\п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1.	Воспитание желания выполнять физические упражнения на прогулке	Ходьба по оздоровительным дорожкам. Упражнения на спортивно – игровом оборудовании. Спортивные игры на мини – стадионе. Спортивные	В соответствии с перспективными планами работы	Воспитатель

		досуги на воздухе.		
2.	Развитие умения играть в игры, способствующие совершенствованию основных движений (ходьба, бег, бросание, катание)	Спортивные, подвижные, народные игры. Игры – эстафеты. Спортивные соревнования.	В соответствии с перспективными планами работы	Воспитатель
3.	Формирование выразительности движений, умение передавать действия некоторых персонажей, животных.	Хороводные и народные игры. Инсценировки стихотворений. Презентация для детей «Зверобика» Игры – импровизации.	В соответствии с перспективными планами работы	Воспитатель Муз. руководитель
4.	Развитие желания самостоятельно использовать спортивный инвентарь для организации игр.	Экскурсия по физкультурному уголку группы. Изготовление, украшение физкультурного оборудования совместно с детьми. Игровые задания. Сюжетные интегрированные НОД, с использованием физкультурного оборудования. Музыкально – ритмические движения с лентами, султанчиками, платочками.	В течение года	Воспитатель
5.	Воспитание красоты, грациозности,	НОД по музыке, НОД по физической культуре (основы	В соответствии с перспективным планом работы	Муз. руководитель

	выразительности движений	хореографии) Упражнения с лентами, платочками, султанчиками. Музыкально – ритмические движения. Релаксация. Презентации «Лёгкая атлетика», «Танцы народов мира»		Воспитатель
6.	Поддержание интереса к физической культуре и спорту	Презентация «Виды спорта» Конкурс рисунков «Мой любимый вид спорта» Спортивные игры на спортивной площадке и в зале. Разучивание стихотворения «Маленький спортсмен» Е. Багрян. Спортивные соревнования между командами детских садов.	Май — сентябрь	Воспитатель
7.	Педагогическая диагностика: промежуточная, итоговая	Диагностика педагогического процесса по ФОП ДО	Май	Воспитатель

3.6. ПРИОБЩЕНИЕ К ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОГО ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА И ОКРУЖАЮЩЕГО МИРА ПОВЕДЕНИЯ.

№ п\п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственный
1.	Осуществление контроля за	НОД по безопасности.	Ежедневно	Все сотрудники ДОУ, в

	соблюдением правил безопасного пребывания в детском саду	Изготовление совместно с детьми знаков «Опасные предметы в нашей группе» Презентация «Опасные предметы» Анализ ситуаций.		соответствии с должностной инструкцией
2.	Передача знаний о правилах дорожного движения.	НОД по безопасности. Презентации «ПДД», «Когда мы пешеходы», «Безопасная дорога» Интервью с детьми «ПДД – наши верные друзья» Сюжетно – ролевые игры «Автобус», «Путешествие», «Шофер» Дидактические игры Конкурс рисунков и поделок. Экскурсия к дороге. Досуги. Чтение художественной литературы.	В соответствии с перспективными планами	Воспитатель Муз. руководитель
3.	Передача знаний о правилах пожарной безопасности.	НОД по безопасности. Беседы. Дидактические игры. Сюжетно – ролевая игра «Пожарная часть» Анализ ситуаций. Досуги. Конкурс рисунков. Презентации «Лесные пожары» и «Опасные электроприборы» Инсценировка стихотворения «Кошкин дом» Чтение	В соответствии с тематическим планом	Воспитатель , Муз. руководитель

		художественной литературы		
4.	Формирование представлений о ядовитых ягодах, грибах и растениях.	НОД по безопасности. Дидактические и подвижные игры. Досуги. Презентация «Грибы» Конкурс рисунков и поделок. Беседы. Чтение художественной литературы.	В соответствии с тематическим планом	Воспитатель Муз. руководитель
5.	Педагогическая диагностика: промежуточная, итоговая	Диагностика педагогического процесса по ФОП ДО	Май	Воспитатель

IV. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

№ п/п	Направления работы	Формы работы	Сроки	Ответственные
1	Психологическая диагностика: — стартовая; — итоговая.	Ориентационный тест школьной зрелости Керна-Йирасека, тестовая беседа С.А. Банкова обследования степени психосоциальной зрелости позволит выявить детей, вероятно имеющих какие-либо особенности развития мотивационной и познавательной сфер	Подготовительная группа сентябрь, май	Старший воспитатель, воспитатель группы
2	Анализ адаптации детей к условиям ДОУ	Наблюдение, анкетирование, родителей,	Начало учебного года и по мере поступления детей	Старший воспитатель,

		составление таблицы адаптации по адаптационным листам Роньжиной А.С.		воспитатель группы
3	Выявление детей группы риска	Анализ диагнозов в медицинских картах и заключениях ПМПК , наблюдения за детьми в группах.	После проведения профилактических осмотров	Члены ППк ДОУ , воспитатели
4	Составление программ психолого- педагогического сопровождения	Заседание ППк	Начало учебного года	Члены ППк
5	Изучение психологического состояния педагогов	Анкеты, тесты	Начало учебного года	Заведующий
6	Формирование навыков общения педагогов с детьми, родителями	Семинары- практикумы, тренинги, консультации	В течение учебного года	Заведующий
7	Разработка рекомендаций по сохранению психологического здоровья детей и взрослых	Памятки, буклеты, стенды	В течение учебного года	Заведующий

V.ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА С ПЕДАГОГАМИ

№ п/п	Программные мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Проведение индивидуальных консультаций с педагогами	В течение года	Заведующий
2.	Эстетическая гимнастика	1 раза в месяц/постоянно	Заведующий
3.	Проведение тренинговых занятий с отдельными категориями педагогов	1 раз в квартал	Заведующий

5.	Пропаганда здорового образа жизни	Постоянно	Медицинская сестра Заведующий
6.	Проведение анкетирования педагогов	В течение года	Заведующий

VI. УКРЕПЛЕНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ ДЕТСКОГО САДА

№ п/п	Программные мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Приобретение спортивного оборудования и инвентаря для НОД на открытом воздухе, гимнастического комплекса для спортивной площадки	2026-2028	Администрация детского сада
2.	Приобретение спортивного оборудования и инвентаря для НОД в музыкальном зале.	2026-2028	Администрация детского сада

VII. ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ПРОПАГАНДЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

№ п/п	Направления работы	Формы организации	Сроки	Ответственные
1	Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка.	Презентации передового опыта семейного воспитания, информация на сайте ДОУ.	1 раз в год	Воспитатели
2	Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша.	Индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, информация на сайте ДОУ.	По плану	Воспитатели

	Помогать родителям сохранять и укреплять физич. и психическое здоровье ребенка.			
3	Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.	Создание библиотеки (медiateки), памяток, информация на сайте ДОУ.	По плану	Воспитатели
4	Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять важность посещения детьми кружков ориентированных на оздоровление дошкольников.	Информация на сайте ДОУ.	Постоянно	Воспитатель
5	Разъяснять родителям (рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.	Оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, информация на сайте ДОУ.	По плану	Воспитатели
6	Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику; стимулирование	Оформление буклетов, памяток, информация на сайте ДОУ.	По плану	Воспитатели

	двигательной активности ребенка совместными спортивными занятиями (лыжи, коньки, фитнес), совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или лес; создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультимедийных фильмов			
7	Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.	Оформление соответствующего раздела в «уголке для родителей», на родительских собраниях, информация на сайте ДОУ.	Постоянно	Воспитатели
8	Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физич. качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.	Приглашение родителей на детские концерты и праздники, дни открытых дверей, лекции, семинары, семинары-практикумы, проведение мастер-классов, тренингов, информация на сайте ДОУ.	По плану	Воспитатели

9	Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом. Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).	Спортивные праздники, соревнования, конкурсы, информация на сайте ДОУ.	По плану	Воспитатели
10	Знакомить родителей с опасными для здоровья ребенка ситуациями, возникающими дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоема, и способами поведения в них. Направлять внимание родителей на развитие у детей способности видеть, осознавать и избегать опасности.	Родительские собрания, консультации, буклеты, памятки, информация на сайте ДОУ.	По плану	Воспитатели
11	Информировать родителей о необходимости создания благоприятных и безопасных условий пребывания детей на улице (соблюдать технику безопасности во время игр и развлечений на каруселях, на качелях, на горке, в песочнице, во время катания на велосипеде, во время отдыха у водоема и т.д.). Рассказывать о необходимости создания безопасных условий пребывания детей дома (не держать в доступных для них местах лекарства,	Информационные стенды, памятки, презентации, информация на сайте ДОУ.	По плану	Воспитатели

	предметы бытовой химии, электрические приборы; содержать в порядке электрические розетки; не оставлять детей без присмотра в комнате, где открыты окна и балконы и т.д.). Информировать родителей о том, что должны делать дети в случае непредвиденной ситуации (звать на помощь взрослых; называть свои фамилию и имя; при необходимости — фамилию, имя и отчество родителей, адрес и телефон; при необходимости звонить по телефонам экстренной помощи — «01», «02», «03», «112» и т. д.).			
12	Привлекать родителей к активному отдыху с детьми, расширяющему границы жизни дошкольников и формирующему навыки безопасного поведения во время отдыха. Помогать родителям планировать выходные дни с детьми, обдумывая проблемные ситуации, стимулирующие формирование моделей позитивного поведения в разных жизненных ситуациях.	Консультации, праздники, соревнования, конкурсы, информация на сайте ДОУ.	По плану	Воспитатели
13	Побуждать родителей на личном примере демонстрировать детям соблюдение правил	Памятки, презентации, информация на сайте ДОУ.	По плану	Воспитатели

	безопасного поведения на дорогах.			
14	Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.	Памятки, буклеты, информация на сайте ДОУ.	По плану	Воспитатели
15	Знакомить родителей с формами работы дошкольного учреждения по проблеме безопасности детей дошкольного возраста.	Информация на сайте ДОУ.		Заведующий

Критерии оценки эффективности ожидаемых результатов:

- Наличие в образовательном учреждении разработок, направленных на повышение уровня знаний детей, родителей, педагогов по здоровьесбережению.
- Уровень освоения детьми основной образовательной программы по образовательной области «Физическое развитие».
- Уровень удовлетворённости родителей оказанием образовательных услуг.
- Заболеваемость воспитанников.
- Физическая подготовленность воспитанников.
- Комплексная оценка состояния здоровья (распределение детей на группы здоровья).
- Уровень сформированности здорового образа жизни в семьях воспитанников ДОУ.

Формы представления результатов программы:

- Ежегодные аналитические отчеты (мониторинг) о ходе реализации программы на заседаниях Управляющего совета ДООУ.
- Разработка педагогами методических разработок по проблеме здоровьесбережения и защита их на педагогическом совете ДООУ.
- Размещение материалов на сайте ДООУ.

Заключение

Мы считаем, что созданная в МБДООУ «Детский сад № 156» система работы по программе «Малыши - крепыши» позволит нам качественно достичь поставленную цель в сохранении и укреплении физического и психического здоровья детей, в формировании у родителей, педагогов, детей ответственности в деле сохранения своего здоровья, в улучшении медико-социальных условий пребывания ребенка в детском саду. Ориентация на успех, высокая эмоциональная насыщенность непрерывной образовательной деятельности, постоянная опора на интерес, воспитание чувства ответственности за порученное дело - все это даст положительный эффект в нашей работе: у большинства детей уже наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использованию доступных средств для его укрепления, стремления к расширению двигательного опыта.

В результате внедрения и реализации программы здоровьесбережения «Малыши - крепыши» дети ДООУ должны показать высокий уровень развития физических качеств, отдельных качественных сторон двигательных возможностей человека: быстроты, силы, гибкости, равновесия, выносливости и ловкости и достаточный уровень развития основных движений.

Ожидаемые результаты реализации программы.

- улучшение основных показателей состояния психофизического здоровья детей;
- успешное освоение образовательной программы воспитанниками ДООУ ежегодно не менее 80%, 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 90%.
- Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.
- Коренное совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
- Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
- Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.
- Повышение квалификации работников дошкольных учреждений.
- Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

Социальный эффект от реализации программы

Подготовка определённого спектра авторских программ и инструктивно-методических материалов по организации инновационной здоровьесберегающей деятельности, способных удовлетворить широкие образовательные запросы детей, родителей и общества, обоснованных с точки зрения своей целесообразности, позволит воспринимать ДООУ как образовательное учреждение, обеспечивающее устойчивый качественный уровень образовательных услуг, демонстрирующее социальную значимость и ценность работы на внутренние и внешние целевые аудитории.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Е.А. Алябьева. Психогимнастика в детском саду.- М.: ТЦ Сфера, 2003
2. В. Алексеевко, Я. Лощинина. Играем в сказку. Воспитание и развитие личности ребёнка 2-7 лет.- М.: Учимся играючи, 2008.
3. К.Ю. Белая. Формирование основ безопасности у дошкольников. – М.: Мозаика-Синтез, 2012.
4. Е.Н. Борисова. Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками. – Волгоград: Панорама, 2007.
5. В.К. Величенко. Физкультура для ослабленных детей.- М.: Терра-Спорт, 2000.
6. Н.В. Елжова. Здоровый образ жизни в дошкольном образовательном учреждении.- Ростов н/Д, Феникс, 2011
7. Л.И. Пензулаева. Физкультурные занятия в детском саду.- М.: Мозаика-Синтез, 2010.
8. Э.Я. Степаненкова. Физическое воспитание в детском саду.- М.: Мозаика-Синтез, 2008.
9. Л.В. Игнатова, О.И. Волик, Г.А. Холукова. Программа укрепления здоровья детей в коррекционных группах.-М.: ТЦ Сфера, 2008.
10. О.В. Козырева. Лечебная физкультура для дошкольников.- М.: Просвещение, 2005.
11. М.В. Краснов, Е.В. Березенцева. Закаливание детей дошкольного возраста.- Чебоксары, 1998.
12. Т.С. Овчинникова, А.А. Потапчук. Двигательный игротренинг для дошкольников.- СПб.:Речь, 2002.
13. П.А. Павлова, И.В. Горбунова. Расти здоровый, малыш! Программа оздоровления детей раннего возраста.- М.: ТЦ Сфера, 2006.