

Принята
на Общем собрании
Протокол № 1 от 08.09.2017г.

«Утверждаю»
И.о. заведующего МБДОУ
«Детский сад № 162»
С.В. Калашник
Приказ № 602-О от 08.09.17г.



Программа «Здоровье»
муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения «Детский сад № 162»

г. Нижний Новгород

Программа «Здоровье»

"Здоровье детей – это богатство нации"

(Д.Б.Кабашевский)

Хорошее здоровье – основополагающее условие достижения успешных результатов в образовательном процессе и становление основ личности. Здоровье является предпосылкой полноценного физического и психического развития ребёнка. Здоровье зависит от многих факторов, таких как наследственность, экология, внутриутробное развитие, условия жизни и воспитания ребёнка.

Важными факторами являются: система воспитания и развития, физическое воспитание, медицинский контроль, охрана психического здоровья. Организация деятельности по воспитанию и формированию, сохранению и укреплению здоровья детей предусматривает активную практическую, самостоятельную и интеллектуальную деятельность детей и воспитателя. Результатом обучения и воспитания дошкольников являются новые знания, которые сразу можно использовать в практике повседневных ситуаций.

Педагогический коллектив совместно с медицинским персоналом пришли к выводу, что потребность детей в движении реализуется недостаточно. В течение дня не выполняется физиологически необходимое ребёнку количество движений, физические занятия не решают проблемы тренировки сердечно-сосудистой системы, терморегуляционного аппарата, а следовательно, не дают должного эффекта в укреплении здоровья. Физические занятия однообразны, так как подчиняются определённой жёсткой методике их проведения, не развивают интерес к спорту, в ходе их трудно выявить способности и склонности детей, ещё труднее их развить. Нормативы физической подготовленности не учитывают уровень физического развития детей, запас их сил и состояние здоровья.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ»: сохранение и укрепление здоровья детей. Формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья

Задачи укрепления здоровья и формирования предпосылок здорового образа жизни включают:

- Организацию рационального режима дня, обеспечение суточной продолжительности сна в соответствии с возрастными потребностями
- Создание условий для обеспечения оптимального двигательного режима
- Осуществление оздоровительных и закалывающих мероприятий
- Полноценное питание
 - Создание атмосферы психологического комфорта
 - Обеспечение благоприятной гигиенической обстановки
 - Обеспечение безопасности детей, охраны их жизни и здоровья

Ожидаемые результаты:

- Осознание взрослыми детьми понятия «здоровье» и влияния образа жизни на состояние здоровья
- Повышение уровня ориентации в современных условиях жизни
- Овладение навыками самооздоровления
- Снижение уровня заболеваемости

Основные направления программы «Здоровье»

Профилактическое

- Обеспечение благоприятного течения адаптации
- Выполнение санитарно-гигиенического режима
- Решение оздоровительных задач средствами физической культуры
- Проведение социальных санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний
- Витаминотерапия
- Фитотерапия

Организационное

- Организация здоровьесберегающей среды в МБДОУ
- Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики
- Составление индивидуальных рекомендаций оздоровления на основе листов здоровья
- Отбор и внедрение в практику работы эффективных технологий и методик оздоровления детей
- Систематическое повышение квалификации педагогических работников и медперсонала

Лечебное

- Профилактическое лечение заболеваний ОРВИ и гриппа
- Дегельментизация
- Оказание первой доврачебной медицинской помощи при неотложных состояниях
- Проведение массажа

Для реализации задач, намеченных программой «Здоровье», в МБДОУ созданы следующие условия:

- имеется зал для физкультурных и музыкальных занятий, который оборудован необходимым инвентарём: несколько гимнастических скамеек, спортивные маты, гимнастические стенки, наклонные доски, ребристые доски, лестницы для перешагивания и развития равновесия, резиновые коврики, массажные коврики для профилактики плоскостопия, массажеры для стоп, нестандартное оборудование для «игровых дорожек», мячи, обручи, мешочки с песком, лыжи, канаты, кегли, полусферы, мячи-«кенгуру», модули, скакалки, гантели и другое необходимое оборудование. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий;
- спортивная площадка для занятий на воздухе оснащена необходимым инвентарём и оборудованием: «ямой» для прыжков в длину, «полосой препятствий» для развития выносливости, гимнастической стенкой и бревном;
- имеется картотека подвижных игр с необходимыми шапочками и другими атрибутами;
- имеется большая картотека для развития основных видов движения, картотека физкультминуток и пальчиковых игр;

- в каждой возрастной группе имеются уголки движения (спортивные уголки), где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов;
- на территории детского сада имеется «экологическая тропа», где дети отдыхают, проводятся экологические занятия, праздники в увлекательной форме, экологические развлечения.
- кабинет педагога-психолога
- массажный кабинет
- закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности;
- закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, прогулках, других режимных моментах;
- закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей;
- постепенно расширяются зоны воздействия и увеличивается время проведения закаливающих процедур.

В перспективе предлагается продолжать лечебно-оздоровительную работу, деля её на этапы:

I этап – интенсивная профилактика – подготовка ребёнка к самому неблагоприятному в сезоне времени.

II этап – восстановительный, на котором используется система защитных мер по предупреждению ОРВИ, ангины – полоскание горла и рта.

III этап – реабилитационный. Детям предлагается витаминотерапия, щадящий режим занятий, индивидуальный подход по группе здоровья.

Организационно-правовое обеспечение программы «Здоровье»

1. Совещания, медико-педагогические совещания

- Организация предметно-развивающей среды с точки зрения её безопасности для жизни и здоровья детей, соблюдение инструкции по безопасности жизни и здоровья детей
- Организация рационального питания
- Координация деятельности администрации, педагогов, инструктора по физическому воспитанию, медицинского персонала по реализации программы «Здоровье»
- Адаптационный период в раннем возрасте
- Внедрение в практику работы с детьми развивающих здоровьесберегающих технологий
- Организация летней оздоровительной работы с детьми

2. Ежегодный педагогический совет по организации оздоровительной работы с детьми в дошкольном учреждении

3. Обмен опытом, мастер классы, повышение квалификации педагогов по вопросам оздоровления детей

4. Взаимодействие с семьями воспитанников

- Анкетирование родителей по вопросам: «Выявление потребностей в оздоровительных мероприятиях МБДОУ, здорового образа жизни, положительного семейного опыта оздоровления детей» и т.д.
- Консультирование педагогов и родителей по вопросам физического воспитания
- Организация футбольной команды и тренировки с привлечением пап
- «Дни здоровья»

Консультативно-информационная работа в рамках обеспечения реализации программы «Здоровье»

С педагогами и персоналом	С родителями	С детьми
<ul style="list-style-type: none"> • Оказание консультативной помощи всем участникам образовательного процесса по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников • Повышение педагогического мастерства через дни открытых дверей, открытые просмотры с использованием здоровьесберегающих технологий и т.д. 	<ul style="list-style-type: none"> • Оформление наглядной информации: папки, ширмы, информационные стенды • Индивидуальные консультации для родителей медицинского и педагогического персонала 	<ul style="list-style-type: none"> • Система работы по физическому развитию детей (организованные формы работы, кружковая работа, самостоятельная двигательная активность, творчество) • ООД по программе «От рождения до школы»

Обеспечение реализации основных направлений программы

№	Мероприятия	Ответственный
Техническое и кадровое обеспечение		
1.	Приобретение необходимого оборудования <ul style="list-style-type: none"> • Медицинского • Спортивного • Мебель 	Заведующий Заведующий хозяйством
2.	Осуществление ремонта:	Заведующий

	<ul style="list-style-type: none"> • пищеблока • коридоров • прогулочных площадок • медицинского блока 	Заведующий хозяйством
3.	<p>Оборудование помещений:</p> <ul style="list-style-type: none"> • медицинского кабинета • пищеблока • музыкального зала • физкультурного зала • групповых помещений 	Заведующий Заведующий хозяйством
4.	<p>Пополнение среды нестандартным оборудованием:</p> <ul style="list-style-type: none"> • модули • массажные коврики • сенсорными дорожками • полусферами • подставки для степа 	Педагогический персонал
Организационно-методическое и педагогическое обеспечение		
1.	Разработка плана оздоровления детей и осуществление контроля за выполнением оздоровительных мероприятий, физическим развитием детей	Заведующий Медицинский персонал
2.	Использование здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс	Заведующий Старший воспитатель
3.	Оздоровительная направленность образовательного процесса (психологический фон занятия, длительность занятия, гибкий и подвижный режим дня)	Воспитатели Старший воспитатель
4.	Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья (консультации, лекции, выпуск газет, круглый стол)	Старший воспитатель Воспитатели

Формы и методы оздоровления детей

№	Формы и методы	Содержание	Контингент детей
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> • щадящий режим в адаптационный период • гибкий режим • учёт биоритмов 	Все группы
2.	Физические	<ul style="list-style-type: none"> • утренняя гимнастика 	Все группы

	упражнения	<ul style="list-style-type: none"> • физкультурно-оздоровительные занятия • подвижные игры • профилактическая гимнастика (дыхательная) • спортивные игры 	
3.	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> • умывание • мытьё рук • игры с водой 	Все группы
4.	Свето-воздушные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> • проветривание помещений • сон при открытых фрамугах • прогулки • обеспечение температурного режима 	Все группы
5.	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> • развлечения • игры-забавы • дни здоровья 	Все группы
6.	Фитотерапия	<ul style="list-style-type: none"> • аромамедальоны • фитопитание (чай, отвары) 	Все группы
7.	Музотерапия	<ul style="list-style-type: none"> • музыкальное сопровождение режимных моментов • музыкально-театральная деятельность • музыкальное оформление занятий 	Все группы
8.	Психогимнастика	<ul style="list-style-type: none"> • игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы 	Все группы
9.	Закаливание	<ul style="list-style-type: none"> • игровой массаж • дыхательная гимнастика • обширное умывание 	Все группы
10.	Физиотерапия	<ul style="list-style-type: none"> • тубус-кварц 	Все группы
11.	Массаж	<ul style="list-style-type: none"> • лечебно - профилактический 	Все группы

План мероприятий оздоровления детей

		Содержание мероприятий	Сроки выполнения	Ответственный
1. Работа с детьми	Общие методы	1. Утренний прием детей на свежем воздухе	Май - сентябрь	Воспитатели
		2. Ежедневные 2 –х разовые прогулки при любой погоде (температура воздуха не ни же 15 градусов)	В течении года	Воспитатели
		3. Систематическое проведение дыхательной гимнастики, утренней гимнастики в облегченной одежде, гимнастики после сна	В течении года	Воспитатели
		4. Облегченная одежда детей в группах.	В течении года	Воспитатели
		5. Проветривание помещений групп по графику.	В течении года	Старшая м/сестра
		6. Умывание детей, мытье рук по локоть водой до 20 градусов.	В течении года	Воспитатели
		7. Витаминизация третьих блюд.	Осень, весна	Старшая м/сестра
		8. Кварцевание спальных и игровых помещений.	В течении года	Воспитатели, мл. воспит.
		9. Контроль за физическим воспитанием. Закрепление правильной осанки и профилактика плоскостопия.	В течении года	Воспитатели, инструктор по физо.
		10. Атропометрия детей	Сентябрь, май	Старшая м/сестра
		11. Подбор мебели по росту детей (маркировка)	Сентябрь, май	Воспитатели, медики
		12. Контроль за температурным режимом, за воздушным режимом, режимом дня, за санитарным состоянием	В течении года	Старшая м/сестра
		13. Босохождение	Июнь - август	Воспитатели, Старшая м/сестра
		14. Солнечные ванны	Май- август	Воспитатели, Старшая м/сестра
		15. Игры с водой	Июнь - август	Воспитатели,
		16. Полоскание полости рта (ясли) и горла (д/сад) кипяченой водой растворами трав, обладающими бактерицидными свойствами, раствором морской соли.	Сентябрь – октябрь, декабрь – январь, март – апрель.	Воспитатели, Старшая м/сестра
		17. Точечный массаж.	В течении года	Воспитатели.
		18. Витаминотерапия: «Ривит», «Мультивитас» - ЧБД.	Октябрь, декабрь, март	Старшая м/сестра
		19. Использование фитонцидов: чеснок, лук.	Октябрь - декабрь	Воспитатели.
		20. Иммунизация: <ul style="list-style-type: none"> • прививки от гриппа 	Период повышенной заболеваемости (октябрь – декабрь) Период подготовки к гриппу	Старшая м/сестра
		21. Усиление санэпидрежима	Октябрь – декабрь; Январь- март.	Старшая м/сестра мл. воспитатели.
		22. Осмотр детей на педикулез	В течении года	Старшая м/сестра
		21. Обследование на энтеробиоз	Март	Старшая м/сестра
		23. Профилактические прививки	В течении года	Старшая м/сестра
24. Проведение беседы: <ul style="list-style-type: none"> • с поварами по санитарно-гигиеническим нормам и правилам на кухне; • с мл. воспитателями по 	2 раза в месяц 2 раза в месяц	Старшая м/сестра		

	<p>санитарно-гигиеническим нормам и правилам получения и раздачи пищи, мытья посуды и уборки групп;</p> <ul style="list-style-type: none"> • с .воспитателями о соблюдении санитарно-гигиенических норм и правил при играх, занятиях, прогулках и сне детей; правила оказания первой медицинской помощи при травмах, отравлениях, обмороке и др. неотложных состояниях 	1 раза в месяц	
	<p>25.Консультация :</p> <ul style="list-style-type: none"> • воздушный режим и его назначение для здоровья детей; • воспитание к – г навыков 	Октябрь - ноябрь	М/сестра, Ст.воспит.
	<p>26.Совещание при заведующей: «Анализ заболеваемости», «Формирование двигательных способностей детей, овладение основными движениями»</p>	Январь, май.	Заведующий
	<p>27.Контроль: «Создание условий для охраны жизни и здоровья детей в летний период»</p>	Июль	Заведующий, ст.воспит.
	<p>28.Контроль за медосмотром сотрудников.</p>	В течении года	Старшая м/сестра
	<p>29.Оформление информационных листов:</p> <ul style="list-style-type: none"> • профилактика ОРВИ • профилактика педикулеза • профилактика клещевого энцефалита 	В течении года	Старшая м/сестра
	<p>30.Беседы с родителями на тему:</p> <ul style="list-style-type: none"> • как уберечь ребенка от вирусного заболевания • как предупредить травматизм у ребенка. • по необходимости. 	В течении года	Старшая м/сестра Воспитатели.