

Утверждаю:
Заведующий Детским садом №8
_____ /М.Г.Баженова/

ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»

муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад № 8»

на 2024-2027 г.г.

Пояснительная записка

В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психологическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребенка, социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образование детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете – отношение государства к проблемам здоровья.

Состояние здоровья детей вызывает в нашей стране серьезную озабоченность общества. По данным, опубликованным в Государственном докладе о состоянии здоровья населения РФ, 60% детей в возрасте от 3 до 7 лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья и только 10% детей приходят в школу абсолютно здоровыми. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте. В соответствии с рекомендациями Государственного совета Российской Федерации от 30.01.2002г. «О повышении роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни россиян» приняты меры по совершенствованию физического воспитания, направленные на формирование двигательной культуры ребёнка, чтобы сберечь подрастающее поколение, обеспечить ему здоровье, жизнерадостное детство.

Решение проблемы снижения общей заболеваемости возможно при правильной организации воспитательной и оздоровительной работы, проведении неотложных мер по профилактике отклонений в состоянии здоровья детей. Для проведения работы с детьми по их здоровьесбережению, необходима программа, которая непосредственно будет разработана с учетом индивидуализации ребенка, проблем его здоровья с участием всех участников образовательного процесса.

С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во-первых, семья, включая всех ее членов и условия проживания; во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего активного времени, т. е. Социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

Несмотря на то, что коэффициент заболеваемости одним ребенком постепенно снижается, можно отметить все большее увеличение количества соматически ослабленных, часто болеющих детей. В целях снижения количества таких детей, разработана данная программа «Здоровье». Дошкольное учреждение – важный институт воспитания детей. Именно от взрослых – воспитателей, всех работников дошкольного учреждения, зависит, как будет чувствовать ребенок в детском саду, вырастет ли он здоровым. Поэтому необходим поиск новых подходов к оздоровлению детей, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создании определенных условий.

Осуществление индивидуального подхода к часто болеющим детям, достигается путем рациональной регламентированной деятельности, объема

интенсивности и содержания деятельности, созданием для ребенка условий психологического комфорта. Оздоровительная работа с такими детьми должна строиться по принципу постепенного увеличения физических нагрузок, закаливающих процедур и прочих здоровьесберегающих технологий.

В процессе оздоровления детей необходимо формировать у них осознанное отношение к своему здоровью, учить их понимать значение и преимущество хорошего самочувствия, позволяющего им участвовать в играх, развлечениях, экскурсиях, походах.

Оценка эффективности комплексных воздействий, направленных на оздоровление ослабленных детей, осуществляется на основе общепринятых критериев. Главные из них:

- Снижение частоты случаев острой заболеваемости;
- Совершенствование функций ведущих физиологических систем организма;
- Улучшение физического развития детей;
- Устранение отставания в развитии движений (позитивная динамика в соответствующих показателях);
- Совокупность положительных изменений в состоянии здоровья и развития ребенка на протяжении года позволит считать, что использованный комплекс коррекционно – оздоровительных средств в сочетании с реализацией гигиенических мероприятий, выполнение рационального режима дня был достаточно эффективным.

Данная программа поможет осуществить индивидуальную работу с каждым дошкольником, имеющим проблемы в здоровье, привлекая при этом родителей к совместным мероприятиям. Такой подход к воспитанию здорового образа жизни детей позволит снизить заболеваемость, добиться высоких результатов в физическом развитии детей.

Срок действия программы – 2024 - 2027 (с последующей корректировкой).

Цель программы: охрана и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, формирование ответственных взглядов и убеждений в сохранении собственного здоровья.

Задачи программы:

1. Проведение работы по охране жизни и здоровья детей в системе.
2. Совершенствование функций организма, их всестороннее физическое развитие, развитие знаний детей о своём теле.
3. Формирование представления о здоровом образе жизни, потребности в сохранении и укреплении своего здоровья.
4. Обеспечение развития активной двигательной деятельности детей посредством создания высокогигиеничной развивающей предметной среды.
5. Повышение профессионализма педагогов в оздоровлении детей, работа по изучению и применению на практике новых здоровьесберегающих технологий.
6. Укрепление здоровья сотрудников ДОО на рабочем месте.
7. Продолжать работу с родителями и социальными институтами в направлении здоровьесбережения детей дошкольного возраста.

Основные принципы программы:

- 1. Принцип научности** – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
- 2. Принцип активности и сознательности** – участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
- 3. Принцип комплексности и интегративности** – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
- 4. Принцип адресованности и преемственности** – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.
- 5. Принцип результативности и гарантированности** – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Основные направления программы:

Профилактическое

1. Обеспечение благоприятного течения адаптации;
2. Выполнение санитарно-гигиенического режима;
3. Проведение обследований по экологической программе и выявление патологий;
4. Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
5. Предупреждение острых заболеваний и невротических состояний методами неспецифической профилактики;
6. Проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

Организационное

1. Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ;
2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных критериев здоровья методами диагностики;
3. Составление индивидуальных планов оздоровления;
4. Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
5. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
6. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

Лечебное

1. Противорецидивное лечение хронических заболеваний;
2. Коррекция отдельных отклонений в физическом, психологическом развитии;
3. Дегельмитизация проводится 1 раз в год;
4. Профилактика эндемического зоба – йодбаланс;
5. Химиопрофилактическое лечение тубинфицированных детей;
6. Оказание скорой помощи при неотложных состояниях

№п /п	Мероприятия	ответственные	Сроки
1.	<p>Создание условий</p> <p>1.1. Подбор мебели согласно ростовым показателям</p> <p>1.2. Пополнение оборудования физкультурного зала (приобретение тренажеров, мячей, корзин и другого оборудования)</p> <p>1.3. Проведение физкультурных занятий, спортивных развлечений, оздоровительной группы «Здоровейка»</p> <p>1.4. Проведение занятий различной формы (образно – игровое, сложно – игровое, предметно – образное, по сказкам, по литературным произведениям, круговая тренировка, эстафеты и соревнования, по интересам, на свободное творчество, контрольное)</p> <p>1.5. Оптимизация двигательного режима детей</p> <p>1.6. Проведение оздоровительного бега</p>	<p>Бачина Е.А.. Воспитатели Баженова М.Г.</p> <p>Савонюк Г.А.</p> <p>Савонюк Г.А.</p> <p>Воспитатели Воспитатели</p>	<p>Сентябрь Сентябрь, ноябрь</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно Постоянно</p>
2.	<p>Работа с кадрами</p> <p>2.1. Провести консультации:</p> <p>2.1.1. «Валеологический подход к проблемам сохранения здоровья детей»</p> <p>2.1.2. «Подвижные игры на прогулке»</p> <p>2.2.Провести практикум по вопросам обучения и сохранения здоровья детей и педагогов.</p> <p>2.3. Мед. пед.совет</p> <p>2.4.1.«Эффективные пути оптимизации здоровья дошкольников»</p> <p>2.4.2. «Формирование двигательных навыков на занятиях по развитию движения и в повседневной жизни»</p> <p>2.4. Знакомство воспитателей с здоровьесберегающими технологиями»</p>	<p>Бачина Е.А.</p> <p>Савонюк ГА Савонюк Г.А.</p> <p>Бачина Е.А.</p> <p>Бачина Е.А.</p> <p>Костылева А.В.</p>	<p>По плану</p> <p>Март</p> <p>Декабрь</p> <p>Февраль</p> <p>В теч.года</p>
3.	<p>Содержание программы</p> <p>3.1. Создание двигательного режима</p> <p>3.2. Создание оздоровительного режима</p> <p>3.3. Диагностика состояния здоровья детей</p> <p>3.4. Реализация комплексной системы физкультурно-оздоровительной работы</p>	<p>Воспитатели Костылева А.В. Савонюк Г.А.</p> <p>Педагоги</p>	<p>Постоянно Постоянно По плану</p> <p>Постоянно</p>
4.	<p>Направления в работе</p> <p>4.1. Закаливающие мероприятия – традиционные формы: проветривание, прогулки на свежем воздухе, прем детей на улице, физкультурные</p>	<p>Воспитатели Костылева А.В.</p>	<p>Постоянно</p>

	<p>занятия, праздники, соревнования; соблюдение теплового режима (одежда), умывание холодной водой, полоскание рта, горла, контрастные воздушные ванны, нетрадиционные формы: контрастное обливание ног, хождение по солевым дорожкам, хождение босиком)</p> <p>4.2. Рациональная организация двигательной активности детей.</p> <p>4.3. Специальные оздоровительные мероприятия: контрастные температуры воздуха в спальне и группе, точечный массаж, ультрафиолетовое облучение помещений</p> <p>4.4. Использование на занятиях по физ.развитию из традиционных видов гимнастики (пилатес, калланетик, хат-ка-йога, статистические упражнения) влияние на развитие гибкости и укрепление мышечного корсета.</p> <p>4.5. Проведение коррегирующих аэробик на фитболах в старшей и подготовительной группах</p> <p>4.6. Проведение степ - аэробики циклического характера на степ - платформах</p> <p>4.7. Проведение индивидуальной работы на тренажерах.</p> <p><i>Работа со здоровыми детьми</i></p> <p>5.1. Диагностика состояния здоровья детей</p> <p>5.2. Закаливающие мероприятия (проветривания, прогулки, прием детей на воздухе, физкультурные занятия)</p> <p>5.3. Рациональная организация двигательной активности детей и соблюдение теплового режима</p> <p>5.4. Витаминизация третьих блюд аскорбиновой кислотой</p> <p>5.5. Профилактические мероприятия по предупреждению гриппа: поливитамины, прием по схеме: экстракта элеутерокока, дибазола, глюконата «Са»</p> <p><i>Работа с детьми группы риска</i></p> <p>6.1. Дифференцированный подход при проведении закаливающих процедур</p> <p>6.2. Проведение коррегирующей и дыхательной гимнастики для предупреждения ОРВ в группе «Здоровей-ка»</p> <p>6.3. Включение в физкультурные занятия упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия и дыхательной гимнастики.</p>	<p>Бачина Е.А. Воспитатели Костылева А.В.</p> <p>Савонюк Г.А.</p> <p>Савонюк Г.А.</p> <p>Савонюк Г.А. Воспитатели</p> <p>Костылева А.В. Воспитатели</p> <p>Воспитатели</p> <p>Лобкова О.А. Костылева А.В.</p> <p>Воспитатели Савонюк Г.А. Савонюк Г.А.</p>	<p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p> <p>1 раз в нед.</p> <p>Планово</p> <p>Планово</p> <p>По плану</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p> <p>Планово</p> <p>Постоянно</p> <p>В теч.года</p> <p>Постоянно</p>
--	---	--	--

7.	<p><i>Работа с родителями</i></p> <p>7.1. Консультации по проблемам оптимизации двигательного режима дома и профилактика инфекционных заболеваний</p> <p>7.2. Создание библиотеки - передвижки по пропаганде здорового образа жизни</p> <p>7.3. Конференция «О здоровье всерьез»</p> <p>7.4. Семинар-практикум «Пути и способы сохранения и укрепления здоровья детей»</p> <p>7.5. Выпуск информационных бюллетеней на медицинскую тему.</p> <p>7.6. Информация «Советы врача» (родительский уголки в группах)</p> <p>7.7. Работа клуба по интересам для родителей детей раннего возраста «Первые шаги», старшего возраста «Здоровая семья»</p> <p>7.8. Участие в совместных пеших походах, городском туристическом слете, спортивных праздниках.</p>	<p>Воспитатели Костылева А.В.</p> <p>Бачина Е.А.</p> <p>Бачина Е.А. Воспитатели</p> <p>Костылева А.В.</p> <p>Костылева А.В.</p> <p>Бунтовских М.В. Савонюк Г.А Шунайлова Л.А. Воспитатели под.гр.</p>	<p>Ежемесячно</p> <p>Постоянно</p> <p>Март Декабрь</p> <p>Ежемесячно</p> <p>Ежемесячно</p> <p>По плану</p> <p>Сентябрь</p>
8.	<p><i>Участие ДОУ в городских мероприятиях</i></p> <p>8.1. Участие в спортивных соревнованиях (ЕОК)</p> <p>8.2. Участие в городских смотрах-конкурсах.</p>	<p>Савонюк Г.А</p> <p>Бачина Е.А.</p>	<p>Планово</p> <p>Планово</p>