

РАССМОТРЕНО:

на заседании
педагогического совета
Протокол №1
29.08.2018 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Приказом № 59 от 03.09.2018

Заведующая МДОУ
детский сад «Колосок»



Комплексно-целевая программа

**«ЗДОРОВЫЙ
РЕБЁНОК»**

на 2018-2019 год

Раздел 1.

1.1. Общие положения.

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью.

Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают статистические показатели:

1. Физиологически зрелыми рождаются не более 14 % детей.
2. 25 – 35% детей, пришедших в 1 класс школы, имеют физические недостатки или хронические заболевания.
3. Только 8 – 10% выпускников школы можно считать действительно здоровыми.

Углубленные медицинские осмотры показывают, что большинство детей имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья, отмечен рост хронической патологии. При анализе распределения детей по группам здоровья установлено, что наиболее многочисленной является вторая группа здоровья, к которой относятся дети, имеющие те или иные морфологические отклонения, а также длительно и часто болеющие (свыше 4 раз в году). С возрастом количество детей первой группы здоровья, т.е. практически здоровых детей, существенно уменьшается. Серьезные опасения вызывает распространенность функциональных нарушений зрения и осанки у детей дошкольного возраста.

В силу этих причин на первое место выдвигаются задачи охраны жизни и укрепления здоровья детей, использование технологий, сберегающих здоровье, формирование позитивного отношения к здоровому образу жизни.

Необходим поиск новых подходов к оздоровлению детей, базирующихся на многократном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создании определенных условий.

1.2. Цель программы.

Программа «Здоровый ребенок» направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

1.3. Законодательно-нормативное обеспечение программы.

1. Закон РФ «О правах ребенка».

2. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Концепция дошкольного образования.
4. Закон РФ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» и «Санитарными правилами и нормами устройства и содержания дошкольных учреждений».
5. Организация профилактических и оздоровительных мероприятий в учреждениях, обеспечивающих получение дошкольного образования. Методические рекомендации.
6. Устав МДОУ.

1.4.Ожидаемые результаты.

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияние образа жизни на состояние здоровья.
2. Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни.
3. Снижение уровня заболеваемости.
4. Потребность в здоровом образе жизни.

1.5.Объекты программы.

1. Дети МДОУ д/с «Колосок»
2. Семьи детей, посещающих МДОУ д/с «Колосок»
3. Педагогический коллектив МДОУ д/с «Колосок».

Сроки реализации программы: 2018 – 2019г.

Раздел 2.

Основные принципы программы:

1. **Принцип ненанесения вреда** – использование обоснованных с научной точки зрения и проверенных на практике оздоровительных систем и методов.
2. **Принцип приоритета действенной заботы о здоровье воспитанников и педагогов** – Всё происходящее в образовательном процессе оценивается с позиции влияния на психофизическое состояние и здоровье воспитанника и педагога.
3. **Принцип триединого представления о здоровье физическом, духовно-нравственном.**
4. **Принцип непрерывности и преемственности.**
5. **Принцип соответствия содержания и организации воспитания и обучения возрастным особенностям воспитанников.**
6. **Комплексный, междисциплинарный подход** – грамотное медико-психолого-педагогическое сопровождение ребенка.

7. **Приоритет позитивных воздействий над негативными (запретами, порицаниями) – одно из важнейших условий здоровьесберегающей педагогики.**
8. **Приоритет активных методов воспитания и обучения – обучение дошкольника через игру и обучение с взрослыми и сверстниками.**
9. **Принцип сочетания охранительной и тренирующей стратегии – обеспечение для всех воспитанников такого уровня нагрузки, который соответствовал бы тренирующему режиму.**
10. **Принцип контроля за результатами, основанного на получении обратной связи – проведение диагностики, мониторинга здоровья.**

Раздел 3.

Основные направления программы.

- систематический анализ здоровья детей с целью последующей медико-психолого-педагогической коррекции;
- организация здорового образа жизни;
- профилактическая работа по предупреждению инфекционных заболеваний;
- решение оздоровительных задач средствами физической культуры;
- ориентация инновационной деятельности МДОУ на важнейший критерий эффективности воспитательно-образовательного процесса – улучшение физического и психического здоровья детей;
- формирование валеологического мышления у всех участников педагогического процесса;
- изучение передового педагогического, медицинского, социального опыта по оздоровлению подрастающего поколения;

Основные задачи:

1. Укрепление материально-технической базы МДОУ с целью профилактики и укрепления здоровья детей.
2. Создание оптимального режима функционирования дошкольного учреждения.
3. Создание условий для совместной деятельности медицинских и педагогических работников в оздоровлении детей.
4. Определение эффективных форм подготовки педагогических и медицинских работников по оздоровлению детей, повышение ответственности взрослых по данной проблеме.
5. Создание программно-методического обеспечения педагогического процесса в МДОУ, соответствующего современным требованиям

- дидактики и возрастным психофизиологическим особенностям детей.
6. Определение содержания педагогического процесса в ДОУ, соответствующего валеологической культуре и валеологическому образованию детей.
 7. Обеспечение условий для сохранения, укрепления физического и психического здоровья детей в соответствии с их психофизиологическими возможностями, формирование у них валеологически обоснованного режима труда и отдыха.
 8. Создание оздоровительного микроклимата, соответствующей фитосреды, предметной среды, стимулирующей двигательную активность ребенка.
 9. Организация консультативной помощи родителям по вопросам физического воспитания и оздоровления детей.
 10. Приобщение детей к традициям большого спорта.

Раздел 4.

Обеспечение реализации основных направлений программы.

| № п/п | Мероприятия | Ответственные | Сроки |
|--|--|--------------------------------|-----------|
| Техническое и кадровое обеспечение. | | | |
| 1. | Пополнять МДОУ необходимым медицинским и спортивным оборудованием, инвентарем, ростовой детской мебелью. | Администрация | Постоянно |
| 2. | Осуществлять ремонт спортивного зала, спортивной и игровых площадок. | Администрация | Постоянно |
| 3. | Обеспечить условия для предупреждения травматизма в МДОУ (соблюдение ТБ при организации воспитательно-образовательного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования). | Администрация | Постоянно |
| 4. | Повышать профессиональное мастерство педагогов через: <ul style="list-style-type: none"> – прохождение курсов; – самообразование; – участие в районных МО; | Воспитатели и специалисты МДОУ | Постоянно |

| | | | |
|--|---|-----------------------------------|-----------|
| | – получение высшего образования. | | |
| Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение. | | | |
| 1. | Разработка программы оздоровления и осуществления контроля за выполнением оздоровительных мероприятий, физическим и нервно-психическим расстройствам детей. | Администрация | 2018г. |
| 2. | <p>Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления:</p> <ul style="list-style-type: none"> – технология процесса повышения физической подготовленности детей при одновременном развитии их умственных способностей (автор Глазырина Л.Д.); – технология развития личности дошкольника средствами физической культуры В.Н. Шебеко; – программа В.А. Шишкиной и М.Н. Дедулевич «Здоровый малыш»; – лечебная и оздоровительная физкультура Т.Ю. Логвиной; – нетрадиционные методы воспитания и оздоровления детей (упражнения хатха-йоги, китайской оздоровительной системы); – специальная гимнастика для глаз по системе Демирчоглена и Т.Д. Поляковой; – комплексы упражнений по оздоровлению позвоночника по системе П. Брегга; – развивающая педагогика оздоровления В.Т. Кудрявцева. | Старший воспитатель, воспитатели, | Постоянно |
| 3. | Углубление совместной работы воспитателей, медицинских | Воспитатели, Медсестра ФАП | Постоянно |

| | | | |
|-----|--|------------------------------------|--------------|
| | работников по укреплению здоровья детей средствами физической культуры. | | |
| 4. | Проведение физкультурно-оздоровительной работы на основе диагностики физического развития и физической подготовленности детей, их функционального состояния. | Постоянно | Медработники |
| 5. | Индивидуализация спортивных нагрузок детей на занятиях по физической культуре в соответствии с их группой здоровья. | Руководители физвоспитания, медики | Постоянно |
| 6. | Создание оптимального двигательного режима. | Педагоги | Постоянно |
| 7. | Проведение упорядочения учебной нагрузки и активного отдыха (сокращение количества коллективных занятий, введение дней радости, каникул). | Старший воспитатель | Постоянно |
| 8. | Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей. | Воспитатели | Постоянно |
| 9. | Введение специальных занятий по ЗОЖ. | Воспитатели, | Постоянно |
| 10. | Проведение валеологизации всего воспитательно-образовательного процесса (психологический фон занятий, методы и формы обучения, длительность занятий, санитарно-гигиеническое условия). | воспитатели | Постоянно |
| 11. | Продолжение работы по совершенствованию предметно-развивающей среды в МДОУ, внедрение новых эффективных моделей. | Заведующая, воспитатели | Постоянно |
| 12. | Организация мониторинга работы по охране жизни и укрепления здоровья детей. | Специалисты МДОУ | Постоянно |
| 13. | Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (выпуск газет, проведение консультаций, «телефон доверия», совместные спортивные праздники). | Заведующая, воспитатели | Постоянно |
| 14. | Налаживание тесного контакта с | Заведующая | Постоянно |

| | | | |
|-----|---|------------|-----------|
| | медико-психологическими и социальными службами МО «Вешкаймский район». | | |
| 15. | Участие в конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей. | Заведующая | Постоянно |

Раздел 5.

Формы и методы оздоровления детей.

| № п/п | Формы и методы | Содержание | Сроки | Ответственный |
|-------|-------------------------------------|--|-----------|---|
| 1. | Обеспечение здорового ритма жизни. | – щадящий режим (адаптационный период); – создание благоприятного микроклимата в коллективе взрослых и детей). | Постоянно | Воспитатели |
| 2. | Физкультурно-оздоровительная работа | – утренняя гимнастика; – физкультурно-оздоровительная работа; – подвижные и динамические игры; – профилактическая гимнастика (дыхательная, звуковая, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, гимнастика для глаз); – физкультминутки; – физкультурная пауза; – спортивные игры; – физические упражнения на прогулке; – занятия в спортивной секции «Веселый мяч»; | Постоянно | Руководители физвоспитания, воспитатели |
| 3. | Гигиенические и водные процедуры. | – умывание; – полоскание рта и горла; – игры с водой; – обеспечение чистоты среды. | Постоянно | Воспитатели |
| 4. | Свето-воздушные ванны. | – проветривание помещений (в том числе сквозные); – прогулки на свежем воздухе; | Постоянно | Воспитатели |

| | | | | |
|-----|--------------------------------|--|-----------|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> – воздушные ванны после сна; – обеспечение t режима, чистоты воздуха. | | |
| 5. | Организованный активный отдых. | <ul style="list-style-type: none"> – пешие и лыжные прогулки; – физкультурный досуг; – физкультурный праздник; – День здоровья. | Постоянно | Воспитатели, руководители физвоспитания |
| 6. | | | | |
| 7. | Диетотерапия. | <ul style="list-style-type: none"> – рациональное питание; | Постоянно | медсестра |
| 8. | Светотерапия, цветотерапия | <ul style="list-style-type: none"> – обеспечение светового режима; – световое и цветное сопровождение среды и воспитательно - образовательного процесса. | Постоянно | Воспитатели |
| 9. | Музтерапия. | <ul style="list-style-type: none"> – музыкальное сопровождение режимных моментов; – музыкальное оформление фона занятий; – музыкально-театральная деятельность; – вокальное пение. | Постоянно | Воспитатели, музыкальный руководитель |
| 10. | Аутотренинг и психогимнастика. | <ul style="list-style-type: none"> – игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; – игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятие невротических состояний; – коррекция поведения. | Постоянно | Психолог |
| 11. | Пропаганда ЗОЖ. | <ul style="list-style-type: none"> – совместные с родителями спортивные праздники; – консультации. | Постоянно | Заместитель заведующего по ОД, руководители физвоспитания |
| 12. | Закаливающие процедуры. | <ul style="list-style-type: none"> – воздушные ванны; – умывание рук и лица прохладной водой; – полоскание рта и горла; – игры с водой и песком; – босохождение; | Постоянно | Воспитатели, руководитель физвоспитания по обучению плаванию |

| | | | | |
|-----|---|--|-----------|-------------|
| | | <ul style="list-style-type: none"> – солнечные ванны; – оздоровительные прогулки; – использование контрастных т; – сон с доступом свежего воздуха. | | |
| 13. | Самостоятельная двигательная деятельность детей | – свободная двигательная активность | Постоянно | Воспитатели |

План лечебно-оздоровительных мероприятий.

| № п/п | Содержание работы. | Сроки | Ответственный |
|--------------|---|---|-------------------------------|
| 1. | Углубленный осмотр детей с определением групп здоровья, физкультурных групп. | Сентябрь Май | врач, медсестра |
| 2. | Измерение антропологических данных с анализом физического развития детей по центильным таблицам. | 1 р. в пол года (дошк. гр.); 1 р. в квартал (ясли) | медсестра |
| 3. | Оформление и внедрение диспансерного журнала по назологическим таблицам. | Постоянно | Ст. медсестра |
| 4. | Оказание симптоматической медпомощи детям с острыми жалобами с отметкой в амбулаторном журнале. | Постоянно | медсестра |
| 5. | Строгое соблюдение санитарно-гигиенических требований. | Систематическ и | Ст. медсестра |
| 6. | Проведение 2-х раз в год противогриппозных мероприятий. | Зима Весна | Медработники воспитатели |
| 7. | Оздоровление ЧДБ детей и детей диспансерной группы (в соответствии с разработанной программой) | Постоянно | Ст. медсестра, воспитатели |
| 8. | Проведение профилактических прививок. | Постоянно | Ст.медсестра, педиатр |
| 9. | Строгое соблюдение режима дня в образовательном учреждении. | Систематическ и | Воспитатели |
| 10. | Витаминизация пищи (I-ые или II-ые блюда). | Постоянно | Диетсестра |
| 11. | Соблюдение мероприятий по улучшению адаптационного периода у вновь поступающих детей, после пропусков по болезни, отпуска | Постоянно | Воспитатели, медработники |

| | | | |
|------------|--|-------------------------------|-------------------------------|
| | родителей. | | |
| 12. | Профилактика близорукости у детей – гимнастика для глаз. | Систематическ и, ежедневно | Воспитатели, тифлопедагоги |