

РАССМОТРЕНО:

на заседании  
педагогического совета  
Протокол №1  
29.08.2016 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Приказом №68 от 01.09.2016

Заведующая МДОУ  
детский сад «Колосок»

*Мозина Г.В.* Г.В. Мозина



**Комплексно-целевая программа**

**«ЗДОРОВЫЙ  
РЕБЁНОК»**

## **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: 2016 – 2017г.

## **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 ДООУ, 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
<b>Техническое и кадровое обеспечение.</b>			
<b>1.</b>	Пополнять МДОУ необходимым медицинским и спортивным оборудованием, инвентарем, ростовой детской мебелью.	Администрация	Постоянно
<b>2.</b>	Осуществлять ремонт спортивного зала, спортивной и игровых площадок.	Администрация	Постоянно
<b>3.</b>	Обеспечить условия для предупреждения травматизма в МДОУ (соблюдение ТБ при организации воспитательно-образовательного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования).	Администрация	Постоянно
<b>4.</b>	Повышать профессиональное мастерство педагогов через: <ul style="list-style-type: none"> <li>– прохождение курсов;</li> <li>– самообразование;</li> <li>– участие в районных МО;</li> </ul>	Воспитатели и специалисты МДОУ	Постоянно

	– получение высшего образования.		
<b>Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение.</b>			
1.	Разработка программы оздоровления и осуществления контроля за выполнением оздоровительных мероприятий, физическим и нервно-психическим расстройствам детей.	Администрация	2015г.
2.	Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления: <ul style="list-style-type: none"> <li>– технология процесса повышения физической подготовленности детей при одновременном развитии их умственных способностей (автор Глазырина Л.Д.);</li> <li>– технология развития личности дошкольника средствами физической культуры В.Н. Шебеко;</li> <li>– программа В.А. Шишкиной и М.Н. Дедулевич «Здоровый малыш»;</li> <li>– лечебная и оздоровительная физкультура Т.Ю. Логвиной;</li> <li>– нетрадиционные методы воспитания и оздоровления детей (упражнения хатха-йоги, китайской оздоровительной системы);</li> <li>– специальная гимнастика для глаз по системе Демирчоглена и Т.Д. Поляковой;</li> <li>– комплексы упражнений по оздоровлению позвоночника по системе П. Брегга;</li> <li>– развивающая педагогика оздоровления В.Т. Кудрявцева.</li> </ul>	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.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– щадящий режим (адаптационный период);</li> <li>– создание благоприятного микроклимата в коллективе взрослых и детей).</li> </ul>	Постоянно	Воспитатели
2.	Физкультурно-оздоровительная работа	<ul style="list-style-type: none"> <li>– утренняя гимнастика;</li> <li>– физкультурно-оздоровительная работа;</li> <li>– подвижные и динамические игры;</li> <li>– профилактическая гимнастика (дыхательная, звуковая, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, гимнастика для глаз);</li> <li>– физкультминутки;</li> <li>– физкультурная пауза;</li> <li>– спортивные игры;</li> <li>– физические упражнения на прогулке;</li> <li>– занятия в спортивной секции «Веселый мяч»;</li> </ul>	Постоянно	Руководители физвоспитания, воспитатели
3.	Гигиенические и водные процедуры.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– умывание;</li> <li>– полоскание рта и горла;</li> <li>– игры с водой;</li> <li>– обеспечение чистоты среды.</li> </ul>	Постоянно	Воспитатели
4.	Свето-воздушные ванны.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– проветривание помещений (в том числе сквозные);</li> <li>– прогулки на свежем воздухе;</li> </ul>	Постоянно	Воспитатели



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

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

### План лечебно-оздоровительных мероприятий.

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

	родителей.		
<b>12.</b>	Профилактика близорукости у детей – гимнастика для глаз.	Систематическ и, ежедневно	Воспитатели, тифлопедагоги