

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №16 г. Выборга»

СОГЛАСОВАНО

Врач- педиатр

_____/Душкина Н.Ф

01.09.2016 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом

МБДОУ «Детский сад №16

г. Выборга»

от 01.09.2016 г. № 75/ОД

**ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»**

Содержание программы:

1	Цель программы.	Стр. 3
2	Основные принципы программы.	Стр. 3
3	Основные направления программы.	Стр. 4
4	Обеспечение реализации основных направлений программы.	Стр. 4
5	Формы и методы оздоровления детей.	Стр. 6
6	План лечебно-оздоровительных мероприятий	Стр. 7
7	Скрининг-программа обследования детей.	Стр. 9
8	Модель стратегии и тактики работы воспитателя с родителями.	Стр. 10
9	Структура внедрения здоровьесберегающих методик, технологий в МБДОУ.	Стр. 11

1. Цель программы.

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

Законодательно-нормативное обеспечение программы.

1. Закон РФ «Об образовании».
2. Санитарные нормы и правила.
3. Основная программа учреждения.
4. Устав образовательного учреждения.

Ожидаемые результаты

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияния образа жизни на состояние здоровья.
2. Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни.
3. Овладение навыками самооздоровления.
4. Снижение уровня заболеваемости.

Объекты программы

Дети дошкольного образовательного учреждения.
Семьи детей, посещающих образовательное учреждение.
Педагогический коллектив образовательного учреждения.

2. 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 интегрированности** – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
4. **Принцип адресованности и приемственности** – 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.

3. Основные направления программы.

Профилактическое

1. Обеспечение благоприятного течения адаптации;
2. Выполнение санитарно-гигиенического режима;
3. Проведение обследований по скрининг-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 МБДОУ;
2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных 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. Профилактика хронических заболеваний;
2. Коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом развитии;
3. Дегельминтизация;
4. Вакцинация;
5. Оказание скорой помощи при неотложных состояниях.

4. Обеспечение реализации основных направлений программы.

4.1 Техническое и кадровое обеспечение		
1	Приобретение необходимого оборудования: – медицинского; – технологического; – спортивного; – мебели.	заведующий, заведующий хозяйством.
2	Осуществление ремонта: – ограждения территории МБДОУ	заведующий, заведующий хозяйством.
3	Оборудование помещений: – уголка ОБЖ; – игровых помещений; – логопедического кабинета; – медицинского кабинета.	заведующий, заведующий хозяйством, старший воспитатель, воспитатели
4	Пополнение среды нестандартными пособиями.	старший воспитатель, воспитатели.
5	Введение дополнительных услуг по кружковой работе	заместитель заведующего

		по ВМР, воспитатели.
6	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в МБДОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в МБДОУ).	заведующий, заведующий хозяйством.
4.2 Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение		
1	Разработка программы оздоровления и осуществление контроля за выполнением оздоровительных мероприятий, физическим и нервно-психическим развитием детей.	заведующий, старший воспитатель, воспитатели
2	Разработка модели внедрения здоровьесберегающих методик.	заместитель старший воспитатель
3	Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления:	старший воспитатель, инструктор по физкультуре.
4	Определение структуры, выработка критериев, уровней и методик диагностики валеологической культуры, нервно-психического и физического развития детей по возрастам.	Старший воспитатель инструктор по физкультуре, воспитатели.
5	Проведение упорядочения учебной нагрузки и активного отдыха детей (гибкий график непосредственно образовательной деятельности, введение дней радости, каникул и т.д.).	заведующий, старший воспитатель.
6	Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей.	старший воспитатель.
7	Введение специальной непрерывной образовательной деятельности (экономическая, ОБЖ, ритмика).	воспитатели
8	Проведение валеологизации всего учебного процесса (психологический фон, методы и формы обучения, длительность непосредственно образовательной деятельности, санитарно-гигиенические условия)	старший воспитатель, воспитатели.
9	Продолжение работы по совершенствованию предметно-развивающей среды в МБДОУ, внедрение новых эффективных моделей.	старший воспитатель, воспитатели.
10	Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (выпуск газеты, проведение цикла лекций, оказание консультативного пункта, «телефон доверия»).	старший воспитатель, воспитатели
11	Налаживание тесного контакта с медико-психологическими и социальными службами (ЦДиК, центр «Эгос»).	старший воспитатель.
12	Участие в научно-практических конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей.	старший воспитатель.

5. Формы и методы оздоровления детей.

№	Формы и методы	Содержание	Контингент детей
1	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> ▪ щадящий режим (адаптационный период); ▪ гибкий режим; ▪ организация микроклимата и стиля жизни группы; ▪ учёт биоритмов. 	Все группы.
2	Физические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> ▪ утренняя гимнастика; ▪ физкультурно-оздоровительные занятия; ▪ подвижные и динамичные игры; ▪ профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения). 	Все группы
3	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> ▪ умывание; ▪ мытьё рук; ▪ игры с водой; ▪ обеспечение чистоты среды; 	Все группы
4	Свето-воздушные ванны	<ul style="list-style-type: none"> ▪ проветривание помещений; ▪ сон при открытых фрамугах; ▪ прогулки на свежем воздухе; ▪ обеспечение температурного режима и чистоты воздуха. 	Все группы
5	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> ▪ развлечения и праздники; ▪ игры-забавы; ▪ дни здоровья; ▪ каникулы. 	Все группы
6	Диетотерапия	<ul style="list-style-type: none"> ▪ рациональное питание; ▪ индивидуальное меню (ожирение, аллергия, хронические заболевания). 	Все группы
7	Свето- и цветотерапия	<ul style="list-style-type: none"> ▪ обеспечение светового режима; ▪ цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса. 	Все группы
8	Музтерапия	<ul style="list-style-type: none"> ▪ музсопровождение режимных моментов; ▪ музоформление фона занятий; ▪ музтеатральная деятельность; ▪ Хоровое пение. 	Все группы
9	Аутотренинг и психогимнастика	<ul style="list-style-type: none"> ▪ игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы; ▪ игры-тренинги на подавление отрицательных эмоций и снятие невротического состояния; ▪ коррекция поведения; ▪ учебная гимнастика. 	Все группы
10	Спецзакаливание	<ul style="list-style-type: none"> ▪ босоножье; ▪ игровой массаж; ▪ обширное умывание; ▪ дыхательная гимнастика. 	Все группы
11	Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> ▪ периодическая печать; ▪ курс лекций и бесед; ▪ спецзанятия (ОБЖ, экологические). 	Все группы

6. План лечебно-оздоровительных мероприятий.

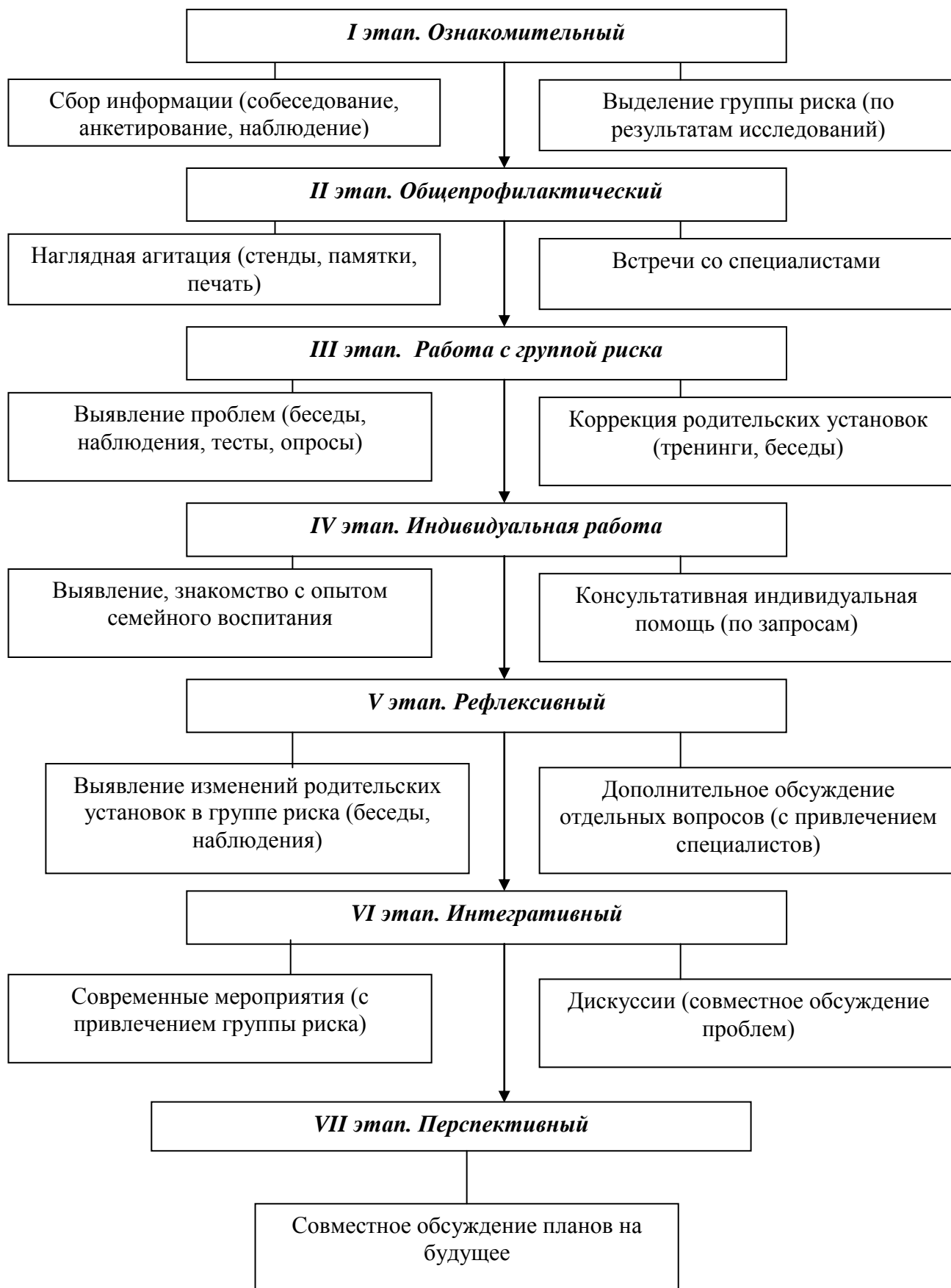
<i>№</i>	<i>Мероприятия</i>	<i>Проведение</i>	<i>Ответствен</i>
1	Определение групп здоровья детей.	1 раз в год	Ст. м/с Участковый педиатр Инструктор по физкультуре
2	Питание. 1. Обогащение фруктами, овощами, зеленью. 2. Витаминизация третьих блюд. 3. Обеспечение экологической безопасности пищевых продуктов используемых для приготовления детского питания.	Постоянно	Ст. м/с Кладовщик Повара
3	Закаливание. 1. Воздушное 2. Босохождение во время проведения физкультурных занятий. 3. Контрастное обливание стоп ног. 5. Солнечные ванны. 6. Фитотерапия - профилактика ОРЗ - гриппа	Ежедневно	Ст. м/с Участковый педиатр Инструктор по физкультуре Воспитатели
4	Физкультурные занятия. 1. Традиционные занятия с использованием релаксации. 2. Нетрадиционные занятия. 3. Использование нестандартного оборудования. 4. Занятия построенные на дыхательных упражнениях, играх. 5. Ритмика 6. Спортивные развлечения и праздники	3 раза в неделю 1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре Воспитатели
5	Гимнастика. 1. Утренняя гимнастика в зале (холодный период). 2. Утренняя гимнастика на улице (тёплый период). 3. Разминка в постели.	Ежедневно	Ст. м/с Воспитатели
6	Самостоятельная двигательная деятельность. (во всех группах соответственно возрасту детей)	Ежедневно	Ст. м/с Воспитатели
7	Стоматологическая профилактика. Осмотр стоматологом детей подготовительной к школе группы.	1 раз в год.	Ст. м/с Воспитатели
8	Повышение неспецифической резистентности		

	<p>организма</p> <p>1.Поливитамины 2.Профилактика ЛОР заболеваний (чесночная фитотерапия) 3.Физио- и рефлексотерапия. -массажные дорожки оздоровительный массаж 4.Нормализация функций центральной нервной системы. -соблюдение режима дня -щадящий режим дня -музыкотерапия -занятия с логопедом 5.Соблюдение санитарно- гигиенических требований -температура -освещённость -проветривание -кварцевание помещений групп</p>	<p>Октябрь-июнь</p> <p>Весна, осень</p> <p>Ежедневно</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p>	<p>Ст. м/с Воспитатели Учитель - логопед Музыкальн. руководитель</p>
9	<p>Вакцинопрофилактика</p> <p>Детская консультация.</p>	<p>По графику</p>	<p>Участковый педиатр</p>
10	<p>Нормализация психологического климата.</p> <p>1.Духовно- нравственное воспитание -сказка терапия -коррекционная работа психолога -поддерживание общего психологического климата в коллективе МБДОУ</p>	<p>По плану</p>	<p>Заведующий Воспитатели</p>
11	<p>Консультирование ребёнка, родителей, персонал</p> <p>1.Консультирование родителей по внедрению полученных ребёнком навыков здорового образа жизни -родительские собрания -совместные спортивные праздники -папки-передвижки, стенды с информацией 2.Занятия с детьми по валеологии 3.Занятия с детьми по экологии 4.Обучение, оздоровление персонала -повышение психологической компетентности -повышение валеологических знаний -повышение экологических знаний</p>	<p>По плану</p>	<p>Заведующий Инструктор по физкультуре Воспитатели</p>

7. Скрининг-программа обследования детей.



8. Модель стратегии и тактики работы воспитателя с родителями.



9. Структура внедрения здоровьесберегающих методик, технологий в МБДОУ.

