

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ДЕТСКИЙ САД №21 «ГНЁЗДЫШКО»

356023 Ставропольский край, Новоалександровский район, с. Раздольное пер. Комсомольский,15

Тел.: (865-44) 5 - 66 -67, E- mail:detskii_cad21@mail.ru

«ПРОГРАММА ЗДОРОВЫЙ ДОШКОЛЬНИК»

С.Раздольное
2020

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Современная социально-экономическая ситуация в стране убедительно показала, что в последнее десятилетие отчетливо наблюдаются тенденции к ухудшению здоровья и физического развития детей. Формирование здорового поколения – одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов: Законами РФ: «Об образовании», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения РФ», Указом президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ», «Конвенцией о правах ребенка» и т.д.

Согласно исследованиям специалистов 60% болезней взрослых заложены в детстве. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз, 25-30% детей, приходящих в первый класс имеют разные отклонения в состоянии здоровья (данные Т.Я. Чертюк, М.Н. Беловой, Б.Н. Капустян и др.).

Наши возможности каким-то образом повлиять на сложившуюся ситуацию и социальное положение родителей минимальны.

Реально оказать влияние на здоровье в условиях ДОО можно лишь через создание условий для сохранения, укрепления и развития здоровья детей, а также пропагандируя и внедряя здоровый образ жизни среди родителей воспитанников.

Комплексный подход в воспитании здорового ребенка – дошкольника, включающий различные компоненты его физического, психического и социально-нравственного здоровья – в совокупности объединен в понятие «полноценное здоровье».

Проблема здоровья часто длительно болеющих детей и детей с ослабленным здоровьем выдвигает на первый план индивидуализацию образовательного процесса, понимаемую как организацию адаптации личности в процессе развития, воспитания и оздоровления. В силу сложности и многогранности проблемы ее необходимо рассматривать по принципу комплексности, как медицинскую, психологическую, социальную, педагогическую, и системности.

Единство физического, психологического здоровья и эмоционального благополучия ребенка не сводится к узко педагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Оно предусматривает создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценную жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении. Это:

- ✚ профессионализм педагогических кадров;
- ✚ соответствующее материально-техническое оснащение ДОО;
- ✚ организация деятельности ДОО, основанная на эффективных результатах научно-методических исследований в области развития и оздоровления дошкольников;
- ✚ мотивация коллектива на внедрение инновационных процессов, способствующих развитию и укреплению здоровья воспитанников;

✚ целенаправленное финансово-экономическое обеспечение развития ДОУ.

Актуальность проблемы оздоровления дошкольников вызвана объективной необходимостью научно обоснованного подхода к разрешению противоречий проявившихся в процессе организации профилактической помощи детям с ослабленным здоровьем в условиях ДОУ.

Цель программы «Здоровый дошкольник»: создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей.

В соответствии с целью коллективом были определены следующие **задачи:**

- ✚ Изучить степень разработанности проблемы оздоровления детей в условиях ДОУ.
- ✚ Определить медико-педагогические условия, повышающие качество образовательного процесса.
- ✚ Разработать концептуальную модель программы.
- ✚ Внедрить в практическую деятельность оздоровительную программу.
- ✚ Отследить результаты реализации оздоровительной программы в условиях ДОУ.

При практической реализации поставленных задач мы основываемся на следующих основных принципах здоровьесберегающих технологий:

✚ **принцип** научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

✚ **принцип** целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДОУ.

✚ **принцип** концентричного обучения заключается в повторяемости тем во всех возрастных группах и позволяет применить усвоенное и познать новое на следующем этапе развития.


✚ **принцип** систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.


✚ **принцип** связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.


✚ **принцип** повторения умений и навыков – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.

✚ **принцип** индивидуально – личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.


✚ **принцип** доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.


 **принцип** успешности заключается, в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задание, которое он способен успешно выполнить.


 **принцип** активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.

 **принцип** целостно – смыслового равенства взрослого и ребенка подразумевает, что в ДОО создаются условия для наиболее полного раскрытия личности ребенка, а педагог старается максимально развить способности детей.

 **принцип** индивидуального выбора решает задачу формирования у ребенка делать сознательный, правильный для себя выбор.

 **принцип** коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.

 **принцип** взаимодействия ДОО и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.

 **принцип** результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Реализация программы базируется на комплексном подходе в работе с детьми.

В основу создания программы «Здоровый дошкольник» положены рекомендации В.Г. Алямовской, Ю.Ф. Змановского по воспитанию здорового ребенка с учетом условий и опыта работы педагогического коллектива детского сада.

Программа «Здоровый дошкольник» - комплексная система физического воспитания и оздоровления ребенка-дошкольника.

1. АНАЛИТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ




1.1. АНАЛИЗ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ДОО

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – важное направление деятельности детского сада.

Данное направление предполагает комплекс мер, воздействующих на организм ребенка с целью укрепления и сохранения здоровья, мониторинг состояния здоровья каждого ребенка, учет и использование особенностей его организма, индивидуализацию профилактических мероприятий.

Учитывая специфику дошкольного учреждения (у каждого ребенка свой период оздоровления и пребывания в детском саду) и необходимость создания здоровьесберегающего образовательного процесса, способствующего эмоциональному благополучию ребенка, полноценному его развитию и повышению уровня здоровья каждого воспитанника, определились *следующие особенности организации деятельности ДОО:*

Установление партнерских отношений в плане «ребенок-родитель», «ребенок-педагог», «педагог-родитель» через:

-  создание союза заинтересованных в здоровье детей партнеров;
-  мотивацию родителей на совместную оздоровительно-профилактическую работу;
-  преемственность медицинских и педагогических приемов развития ребенка.

Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе (дыхательная гимнастика, статические упражнения, закаливающие процедуры, оздоровительный бег и пешие ежедневные прогулки, самомассаж и др.), способствующих формированию навыков здорового образа жизни, оказывающих положительное влияние на состояние здоровья воспитанников.

Создание оздоровительной предметной среды и жизненного пространства в групповых комнатах с целью обеспечения профилактико - оздоровительного эффекта в течение всего времени пребывания ребенка в условиях ДООУ.

Совершенствование профессионального мастерства педагогов посредством обобщения и распространения положительного опыта своей работы, роста их общей культуры.

Единство воздействия со стороны всех сотрудников детского сада для организации единого образовательного и оздоровительного процесса.

В МДОУ детский сад №21 «Гнёздышко» создана система работы по профилактике, сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.

Оздоровительный процесс включает в себя:

- профилактические, лечебно-оздоровительные мероприятия (закаливающие процедуры, профилактические мероприятия, физкультурно-оздоровительные мероприятия, санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями);
- общеукрепляющую терапию (витамиотерапия, применение чесночных бус и др.);
- организацию рационального питания (трехразовый режим питания по технологическим картам, включающим выполнение норм натуральных продуктов, правильное сочетание блюд в рационе, витаминизация третьих блюд).
- десятидневное меню разработано с учетом калорийности пищевых веществ жиров, белков и углеводов;
- санитарно-гигиенические и противоэпидемиологические мероприятия:
 - рациональный режим дня;
 - двигательная активность во время образовательного цикла
(физминутки, пальчиковая гимнастика, динамические паузы, подвижные игры);
 - комплекс закаливающих мероприятий (утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, контрастные воздушные и водные ванны, обширное умывание);
 - работа с детьми по воспитанию культурно-гигиенических навыков и формированию здорового образа жизни;

- использование «здоровьесберегающих» технологий и методик (дыхательные гимнастики, индивидуальные физические упражнения и игры, и др.);
- режимы проветривания и кварцевания.

Данная организация деятельности осуществляется специалистами:
 медицинской сестрой;
 руководителем учреждения;
 старшим воспитателем;
 педагогами.

Основным методом оптимизации оздоровительно-профилактической деятельности в ДООУ является **«мониторинг здоровья»** ребенка, который осуществляется медицинским персоналом.

Цель мониторинга:

Повышение уровня здоровья детей.

Аспекты отслеживания:

- ✚ заболеваемость ОРЗ, ОРВИ – статистический учет по результатам годовых отчетов ДООУ по посещаемости и причинам отсутствия детей;
- ✚ оценка адаптации детей к ДООУ (психолого-педагогическое отслеживание);
- ✚ оценка личностных психофизических особенностей ребенка;
- ✚ общее физическое развитие детей;
- ✚ уровень физической подготовленности детей.

Оздоровительная работа **медицинской службы** включает в себя составление:

- листа здоровья ребенка;
- разработку рекомендаций родителям по укреплению здоровья детей, выполнению культурно-гигиенических норм и по системе закаливающих мероприятий.

1.2. Анализ ресурсного обеспечения программы

Программно-методическое обеспечение базируется на Основной образовательной программе дошкольного образования МДОУ д/с №1 «Сказка» и Адаптированной основной образовательной программе дошкольного образования для детей с тяжёлыми нарушениями речи.



Физическое развитие детей в детском саду осуществляется воспитателями.

Психическое здоровье ребенка – это не только биологическое, но и социальное понятие. В детском саду работает педагог-психолог, который использует в своей работе комплексную программу «Цветик-семицветик» под редакцией Куражевой. Занятия проводятся с детьми 3- 7 лет 1 раз в неделю группами и индивидуально. Педагоги ДООУ, совместно с родителями, призваны вселить в каждого ребенка чувство бодрости,

оптимизма, уверенности в себе, помочь формированию компетенции каждого ребенка в области здоровьесбережения.

1.3. Анализ материально-технических условий.

Медицинский блок, предназначенный для проведения лечебно - оздоровительной и профилактической работы с детьми включает в себя следующие помещения:

-  медицинский кабинет;
-  изолятор.

Организация предметно-пространственной развивающей среды в групповых помещениях осуществляется с учетом возрастных особенностей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

В групповых помещениях созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной деятельности детей. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы «уголки здоровья», оснащенные наглядно-демонстрационным материалом, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

В каждой возрастной группе имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей.

Для организации и проведения физкультурных, музыкальных занятий функционируют спортивный (музыкальный) зал, оснащенный необходимым спортивным оборудованием и оборудованием для проведения музыкальных занятий.



Прогулочные участки оснащены стационарным оборудованием для развития основных видов движения и игр детей.

В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки. На спортивной площадке прокладывается лыжня, расчищается участок для проведения физкультурных занятий на воздухе. Для обеспечения двигательной активности детей в холодный и тёплый период года на улице проводятся подвижные и спортивные игры.

Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, их физиологии, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

1.4. Кадровое обеспечение

В штатное расписание дошкольного образовательного учреждения включены следующие единицы, обеспечивающие реализацию примерной общеобразовательной программы дошкольного образования:

-  медицинская сестра;
 -  педагог-психолог
 - музыкальный руководитель - 1 чел;
- } всего 8 человек

Данный анализ позволяет сделать вывод о необходимости разработки и внедрения программы «Здоровый дошкольник», призванной обеспечить комплексное медико-психолого-педагогическое воздействие на оздоровление детей, формирование, сохранение и укрепление их здоровья и готовности дошкольного образовательного учреждения к ее реализации.

2. Концептуальные подходы к построению программы «Здоровый дошкольник»

Известно, что дошкольное детство – старт развития личности, во многом определяющий ее жизненный путь.




Дошкольный возраст является тем периодом, когда закладывается фундамент здоровья, основы дальнейшего полноценного физического развития организма.

Вырастить крепких, здоровых детей – наша важнейшая задача. И решается она совместными усилиями педагогов, медицинских работников и семьи.

Цель программы:

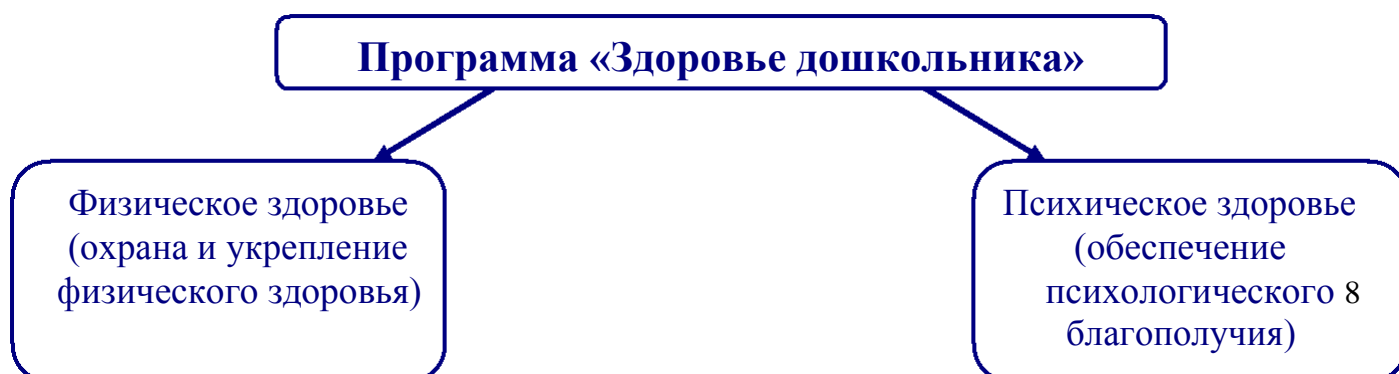
Сохранение и укрепление здоровья детей.

Задачи:

-  Разработать маршруты оздоровления часто болеющих детей на основе взаимодействия с семьей;
-  Обеспечить семьи часто болеющих детей всей имеющейся информацией о передовых и эффективных технологиях и методиках по оздоровлению детей;
-  Разработать комплексный план оздоровительных и профилактических мероприятий на основе интеграции деятельности специалистов детского сада.

Программа нацелена на воспитание ребенка-дошкольника здорового физически, инициативного и раскрепощенного, социально и нравственно развитого.

Она включает в себя 2 направления:







Каждое направление реализуется одной или несколькими подпрограммами.

Целевые подпрограммы учитывают комплексный подход, включающий различные компоненты, совокупность которых объединена в понятии «*Полноценное здоровье ребенка*». Подпрограммы имеют физиологическое обоснование в каждом разделе наряду с учетом закономерностей возрастной психофизиологии и педагогической психологии.

Физическое здоровье

Цель: *Повышение уровня физического здоровья детей дошкольного возраста в ДООУ и в семье.*

Задачи:

-  изучение уровня физического развития и выносливости детей дошкольного возраста;
-  анализ возможности образовательного процесса в дошкольном учреждении, семье для комплексного подхода к физическому воспитанию дошкольников;
-  укрепление здоровья детей;
-  воспитание потребности в здоровом образе жизни;

Принципы построения раздела «Физическое здоровье»

Единство физического и психического здоровья и эмоционального благополучия ребенка.

Пути достижения физического и психического здоровья ребенка не сводятся к узко педагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Они пронизывают всю организацию жизни детей в дошкольном учреждении, организацию предметной и социальной среды, режима и разных видов детской деятельности, учета возрастных и индивидуальных особенностей.

Принцип рационального сочетания интеллектуальных нагрузок, организованной двигательной деятельности и целесообразного двигательного режима.

На улучшение здоровья детей, их благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни, то есть полная реализация следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

Принцип индивидуального подхода, способствующий успешному поиску адекватных медико-педагогических методов и приемов.

На основе анализа проводимой работы по укреплению здоровья детей по всем основным показателям необходимо определять направления работы в целом и по каждой возрастной группе.

Необходимо своевременно корректировать содержание медико-педагогических приемов с учетом индивидуальных особенностей ребенка,

применение психолого-педагогических приемов, направленных на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений.



Принцип естественной двигательной активности с учетом региональных и климатических условий.

Ежедневные занятия физической культурой, игры и развлечения на воздухе, проводимые с учетом экологической обстановки, региональных и климатических условий в районе детского учреждения.

Психическое здоровье

Цель: *Создание комплекса психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.*





Задачи:

-  создание в ДООУ атмосферы психологической защищенности, что способствует ограждению ребенка от стрессовых ситуаций, повышает его уверенность в собственных силах и способствует углублению его взаимодействия с окружающими;
-  купирование нарушений эмоционального состояния детей и создание условий для нормального функционирования их нервной системы.

Принципы построения раздела «Психическое здоровье»

Принцип сохранения и улучшения нервно-психического здоровья с помощью психолого-педагогических средств.

Психолого-педагогические средства направлены на развитие ребенка и коррекцию его негативных индивидуальных особенностей в условиях ДООУ. Коррекционно-развивающие мероприятия и вспомогательные средства общения направлены на:

-  формирование навыков общения;
-  гармонизацию отношений ребенка в семье и со сверстниками;
-  коррекцию некоторых личностных свойств, которые препятствуют общению, либо изменение проявления этих свойств так, чтобы они не влияли негативно на процесс общения;
-  коррекцию самооценки ребенка с целью приближения ее к адекватной.

Принцип учета общих закономерностей разностороннего развития детей дошкольного возраста и сензитивных периодов в развитии психических процессов.

Каждый ребенок обладает только ему присущими особенностями познавательной деятельности, эмоциональной жизни, воли, характера, каждый ребенок требует индивидуального подхода, опираясь на сензитивность данного этапа развития ребенка.

Реализация *деятельностного подхода к воспитанию*, то есть проведение всех видов воспитательной работы – образовательной и коррекционной в русле основных видов детской деятельности.

Стимуляция психической и двигательной активности детей осуществляется в различных видах детской деятельности.

Применение указанных принципов и разработанного на их основе комплекса оздоровительно-коррекционной работы обеспечит выполнение главных задач по укреплению физического и психического здоровья детей.

Работа по реализации программы «Здоровый дошкольник» рассчитана на пять лет 2020-2025 гг.





3. Система методической работы по повышению компетентности педагогов

В детском саду продумана система всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства воспитателей. Она направлена на профессиональное адаптирование, становление, развитие и самообразование воспитателей. Система методической работы детского сада включает разные виды деятельности, ориентированные на осознание, апробацию и творческую интерпретацию инновационных программ и технологий.

В учреждении создана здоровьесберегающая инфраструктура: имеется физкультурный зал оснащенный спортивным оборудованием, необходимым для реализации программы, в каждой группе оборудован физкультурный уголок, позволяющий детям реализовывать потребность в движении.

Вся работа по физическому развитию и оздоровлению детей в ДОУ выстраивается с широким применением игровой деятельности, а вся двигательно-игровая деятельность ребенка считается основой его физического развития, обучения, оздоровления и воспитания. Однако, главное действующее лицо в педагогическом процессе – воспитатель, именно ему предъявляются требования, ориентируя его на получение качественных показателей.

В связи с этим, работа с кадрами предусматривает:

-  реализацию комплексных мер по использованию здоровьесберегающих технологий;
-  снижение и профилактику детской заболеваемости;
-  повышение компетентности родителей в вопросах охраны здоровья и формирования здорового образа жизни;
-  оказание помощи педагогам в проведении мониторинга.

В рамках обновления содержания работы по физическому развитию в ДОУ необходимо постоянно повышать профессиональную компетентность педагогов в области здоровьесбережения, проводить мониторинг состояния здоровья и физической подготовленности дошкольников.

Для сохранения и укрепления здоровья детей, воспитания привычки к здоровому образу жизни в ДОУ обновляется вариативная здоровьесберегающая среда. Регулярно проводятся совместные с родителями оздоровительные мероприятия: «Неделя здоровья», «Семейные старты».

КОМПЛЕКСНЫЙ ПЛАН ПО ГИГИЕНИЧЕСКОМУ ОБУЧЕНИЮ И ВОСПИТАНИЮ

3.1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА

№	Наименование мероприятия	Срок исполнения	ответственные
---	--------------------------	-----------------	---------------

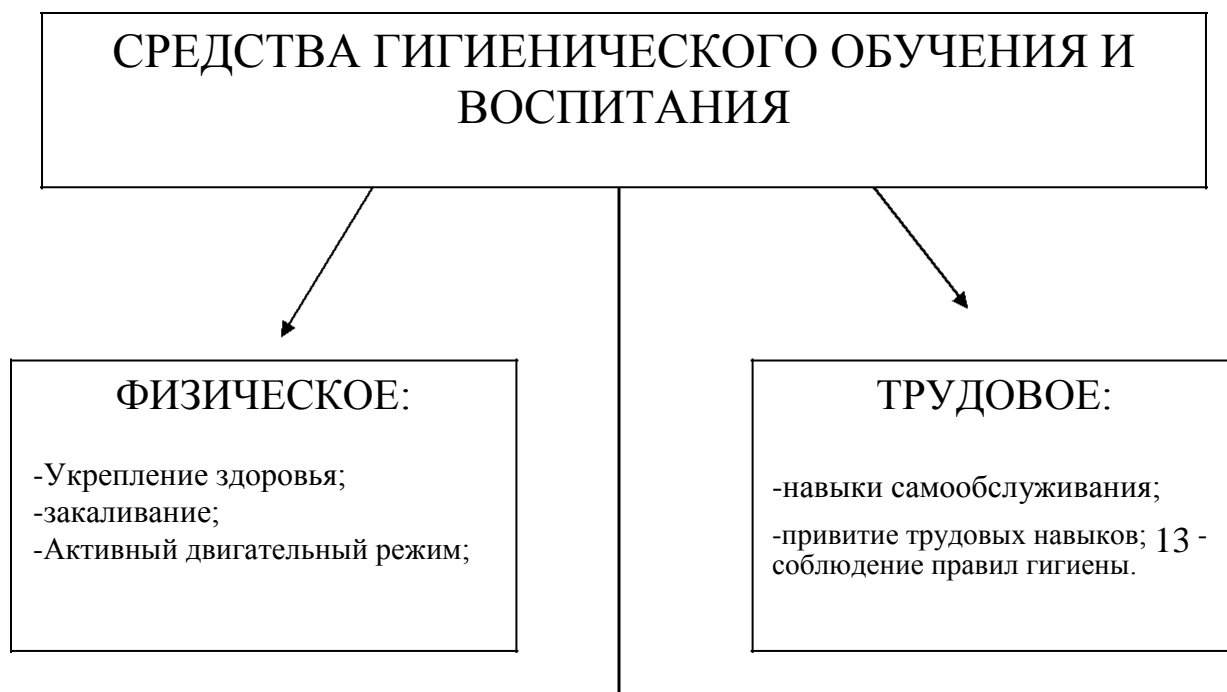
П\П			
1.	Оказывать консультативно-методическую помощь воспитателям ДОУ в ходе подготовки и проведения занятий, режимных моментов.	Постоянно	Медсестра, воспитатели
2.	Проводить с воспитателями инструктаж по изучению нормативных документов для обеспечения благоприятного для здоровья детей режима работы ДОУ	регулярно	Заведующий
3.	Проводить медико-педагогические советы по вопросам воспитания у детей основ гигиены и здорового образа жизни.	Согласно годового плана	Заведующий, воспитатели, медсестра
4.	Организовать смотры-конкурсы: -уголков здоровья для родителей в группах; -наглядных учебных материалов по культурно-гигиеническому воспитанию и обучению детей	В течение года	Заведующий воспитатели, медсестра
5.	Пополнять фонд методических и учебных пособий по гигиеническому воспитанию детей	В течение года	Заведующий, воспитатели

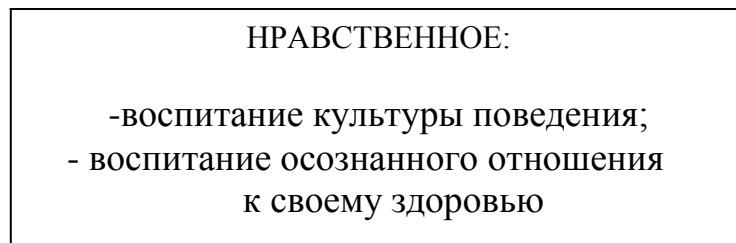
3.2. ЗАДАЧИ ГИГИЕНИЧЕСКОГО ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ

№ п\п	Наименование мероприятия	Срок исполнения	ответственные
1.	Обеспечить гигиеническое воспитание и обучение детей в соответствии с образовательной программой ДОУ	постоянно	Заведующий медсестра, воспитатели
2.	В соответствии с возрастом детей соблюдать правильный режим дня, не допускать переутомления	постоянно	воспитатели медсестра
3.	Во всех возрастных группах проводить с детьми беседы,	Согласно календарных	воспитатели

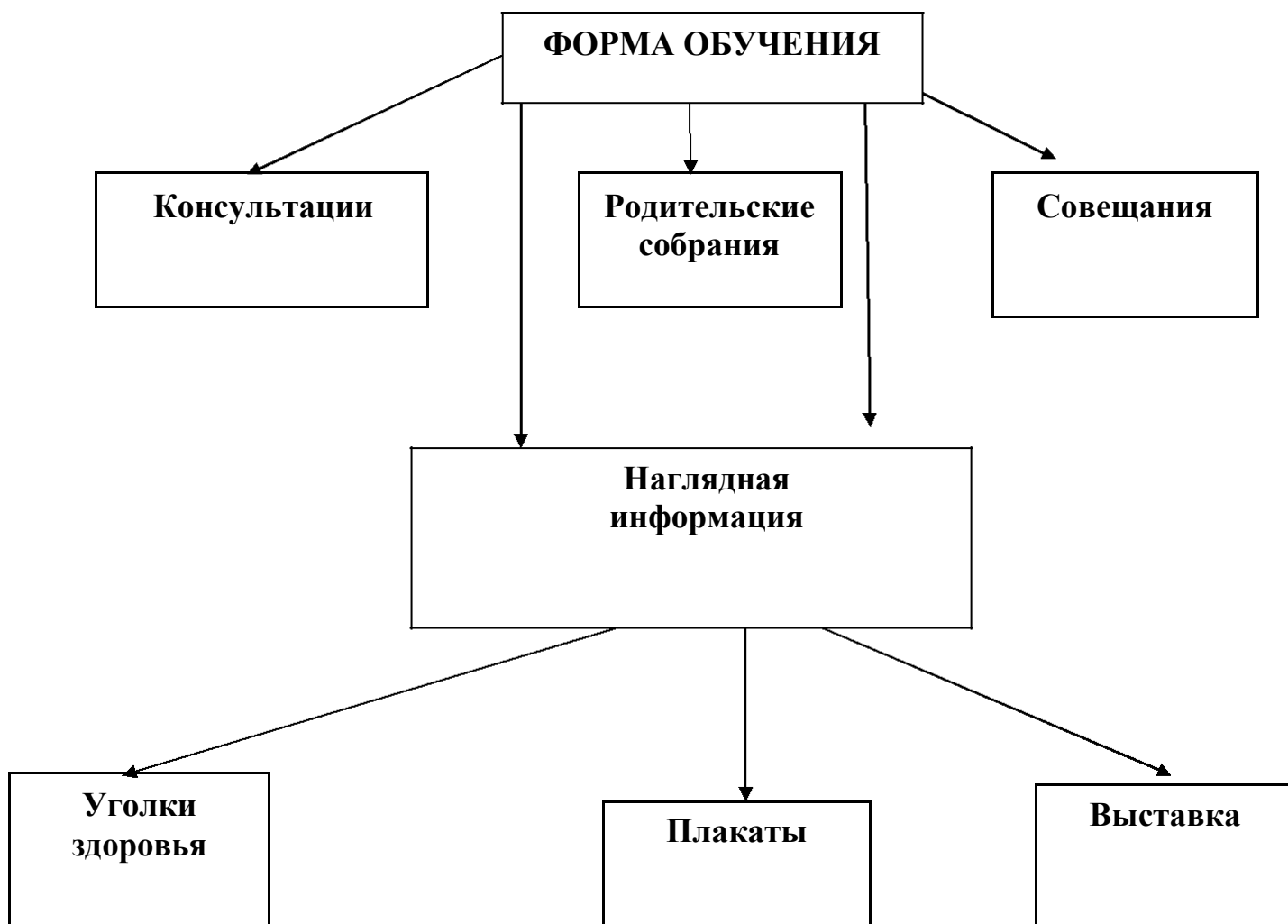
	игры, занятия, развлечения, направленные на привитие детям культурно-гигиенических навыков, используя при этом дидактические материалы	планов	
4.	Проводить повседневное гигиеническое воспитание детей. Вести контроль за закреплением у детей культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания	постоянно	Воспитатели
5.	Поддерживать необходимые санитарно-гигиенические условия, способствующие нормально жизни детей и закреплению культурно-гигиенических навыков и привычек.	постоянно	Заведующий, воспитатели
6.	Углубленный осмотр детей врачами-специалистами проводить по плану детской поликлиники	По плану детской поликлиники	медсестра
7.	Проводить плановое обучение детей навыкам безопасного поведения на улице	В течение года	воспитатели

Цель гигиенического обучения и воспитания в ДОУ - формирование осознанных культурно-гигиенических навыков на фоне возрастающей активности и самостоятельности детей.





3.3. САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ СОТРУДНИКОВ ДЕТСКОГО САДА



Младший обслуживающий персонал так же задействован в реализации программы

3.4. ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ПЕРСОНАЛА

№ п\п	Наименование мероприятий	Срок исполнения	Ответственные
1.	Проводить вводный инструктаж для вновь поступающих на работу в ДОУ	В течение года	медсестра

ПЛАН ГИГИЕНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОСПИТАТЕЛЕЙ

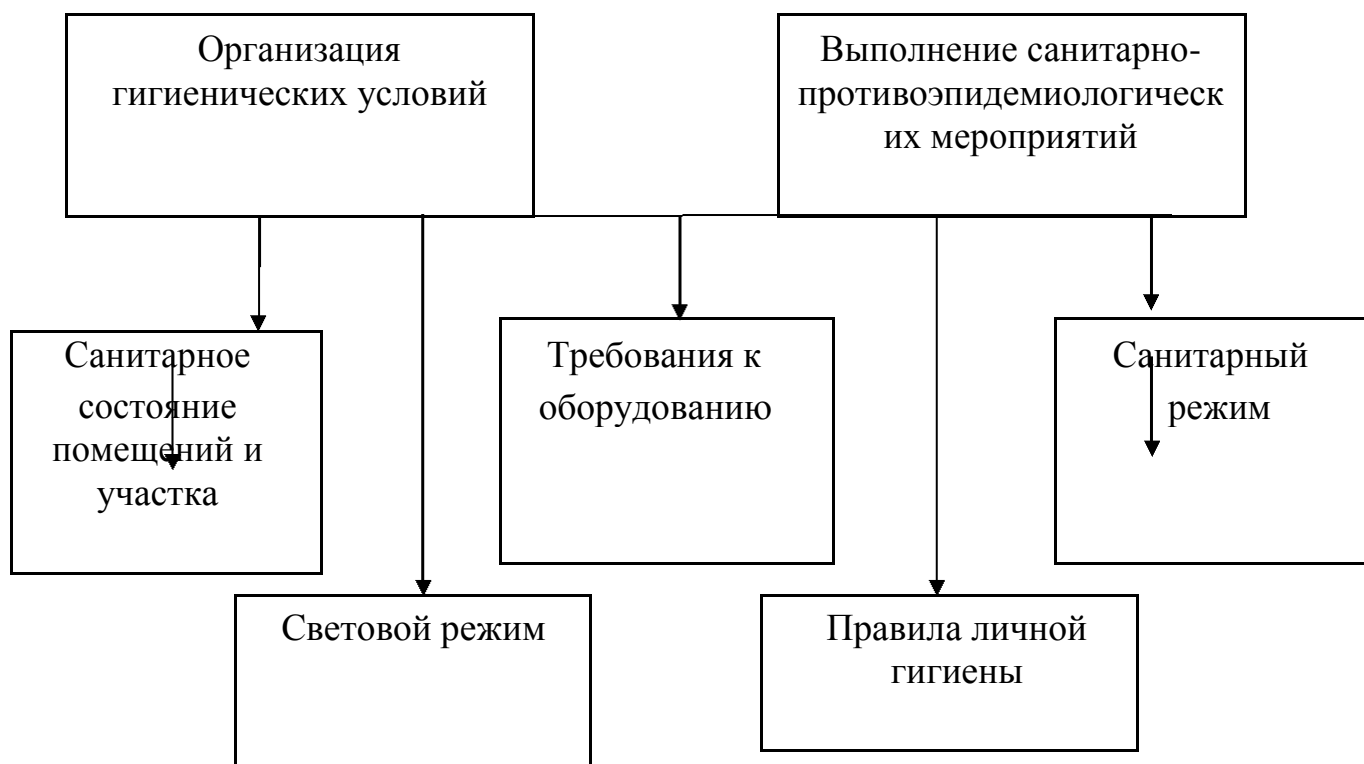
№ п/п	Содержание	Сроки	Ответственные
1.	Мероприятия по адаптации вновь прибывших детей. Разработка плана профилактических мероприятий по ОРЗ и гриппу.	Сентябрь	медсестра
2.	Рейд по проверке санитарного состояния групп.	Ежемесячно	медсестра Заведующий Завхоз
3.	О профилактике гриппа Контроль физкультурных занятий во всех возрастных группах.	Октябрь Ноябрь	медсестра
4.	Анализ заболеваемости за первый квартал.	Ноябрь	медсестра
5.	Право детей на охрану здоровья – Конвенция о правах.	Январь	медсестра
6.	Анализ заболеваемости за 2 квартал. Консультация «Кишечные инфекции»	Февраль	медсестра
7.	Анализ детей по группам здоровья на конец учебного года. Медико-педагогический консилиум.	Май	медсестра

ПЛАН ГИГИЕНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ТЕХНИЧЕСКОГО ПЕРСОНАЛА ДОУ

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1.	Проверка правил СанПиН	1 раз в год	медсестра
2.	Требования к санитарному содержанию помещений и дезинфекционные мероприятия.	1 раз в квартал	медсестра
3.	Профилактика гельминтозов	1 раз в квартал	медсестра

4.	Правила обработки посуды, текущих и генеральных уборок	сентябрь	медсестра
5.	Взаимодействие работников группы (воспитатель – мл. воспитатель) во время проведения образовательной работы с детьми.	октябрь	медсестра воспитатели
6.	Дезинфекционные растворы: приготовление, хранение, использование.	Ноябрь	медсестра
7.	Профилактика желудочно – кишечных инфекций.	Декабрь	медсестра
8.	Осторожно! Детский травматизм.	Март	медсестра
9.	Выполнение санэпидемирежима.	Апрель	медсестра
10.	Выполнение санэпидемирежима в летний период.	май	медсестра

САНИТАРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ НОРМЫ И ПРАВИЛА СОДЕРЖАНИЯ МДОУ детский сад №21 «Гнёздышко»








3.5. САНИТАРНО-ПРОСВЕТИТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СРЕДИ РОДИТЕЛЕЙ




Здоровье ребенка зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни в семье. Этот раздел программы рассматривает

взаимосвязь двух основных социальных структур: семьи и детского сада, ребенок не эстафета, которую детский сад и семья передают друг другу, в работе нужно поддерживаться не принципа параллельности, а взаимопроникновение двух социальных институтов. Ни одна, даже самая лучшая программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей.

Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

-  Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка понятны хорошо не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами оздоровления часто болеющих детей в детском саду и дома, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
-  Систематичность и последовательность работы в течение всего года.
-  Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
-  Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в детском саду.
-  Обязательная полная информированность родителей о здоровье ребенка, о питании детей в детском саду, о проведении закаливающих и оздоровительных мероприятиях, антропометрических данных, о вакцинации, о психофизической подготовленности ребенка.





В ходе реализации программы решаются следующие задачи:






-  Повышение эффективности работы по пропаганде здорового образа жизни.
-  Обучение родителей современным технологиям закаливания и оздоровления детей.
-  Увеличение активности родителей в профилактических мероприятиях, направленных на оздоровление часто болеющих детей.

Взаимодействие с родителями по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей осуществляется по следующим направлениям:

1. Просветительское
2. Культурно - досуговое
3. Психофизическое


Просветительское направление

-  Наглядная агитация (стенды, памятки, папки – передвижки, устные журналы)
-  Собеседование (сбор информации)
-  Анкетирование, тесты, опросы
-  Беседы




-  Бюллетени (закаливание и оздоровление ребенка в домашних условиях)
-  Индивидуальные консультации по возникшим вопросам
-  Семинары-практикумы
-  Дискуссии (совместное обсуждение проблем, планов на будущее)
-  Знакомство родителей с новинками литературы по проблеме здоровья.

Культурно - досуговое направление

Дни открытых дверей.

-  Совместные праздники и развлечения.

Психофизическое направление.

-  Физкультурные досуги, развлечения с участием родителей
-  Спортивные соревнования.
-  Тренинги.

Примерный перспективный план работы с родителями

№ п\п	Темы	Срок исполнения	Ответственные
1.	Охватить санитарно-гигиеническим инструктажем всех родителей детей, поступающих в детский сад	По мере поступления	Заведующий, медсестра
2.	Проводить консультацию для родителей на гигиенические темы	Согласно плана	воспитатели
3.	Проводить на групповых собраниях: -беседы, диалоги на медицинские темы -информировать родителей о состоянии развития и здоровья детей; -о профилактике инфекционных заболеваний по эпидобострениям	Согласно планов	Воспитатели, медсестра
4.	Обновлять материалы в уголках здоровья для родителей в группах	ежемесячно	медсестра, воспитатели
5.	Во всех группах оформить 2-3 тематические папки для родителей по основным вопросам здорового образа жизни	В течение года	медсестра, воспитатели

6.	Распространять среди родителей памятки по охране здоровья и воспитания гигиены детей.	В течение года	Воспитатели, медсестра
----	---	----------------	------------------------

Организация двигательной деятельности.

Физическое воспитание дошкольников представляет собой комплекс оздоровительно-образовательных мероприятий, основу которых составляет двигательная деятельность. Формы этой работы могут быть различными.

- НОД по физкультуре;
- Самостоятельная двигательная деятельность;
- Индивидуальная и дифференцированная работа с детьми;
- Физкультурно-оздоровительная работа с детьми в течение дня (утренняя гимнастика, динамические паузы, физкультминутки, подвижные игры и физические упражнения на прогулке, закаливающие мероприятия);
- Активный отдых (физкультурные досуги и праздники «День здоровья»);
- Секционно-кружковая деятельность.

Каждая форма физического развития имеет своё специфическое назначение:

- образовательное (НОД по физкультуре);
- организационное (утренняя гимнастика);
- стимулирование умственной работоспособности (физкультминутки);
- активный отдых (досуг, дни здоровья);
- коррекция физического и двигательного развития (индивидуальная и дифференцированная работа);
- создание условий для развития двигательных способностей детей в процессе деятельности по интересам (секционно-кружковая работа).

Ежедневно под руководством взрослого проводится утренняя гимнастика и гимнастика после сна. Каждую неделю во всех возрастных группах проводится занятия по физкультуре. В группах раннего возраста, в младшей группе, в средней группе занятия на воздухе заменяется динамическим часом.

Для нормальной жизнедеятельности детского организма необходимо обеспечить ему от 6 до 13 тысяч движений в день. В три еженедельных занятиях по физкультуре можно «заложить» не менее половины нужного количества движений. Остальное количество движений дети добирают в процессе НОД по музыкальному развитию, на спортивном досуге, прогулке и самостоятельной деятельности.

Обязательное требование к каждому физкультурному мероприятию – все они должны радовать детей и приводить к положительному результату.

Режим двигательной активности в ДОУ

№	Формы работы	Виды занятий	2-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
1	НОД по физкультуре	-в помещении	2 раза в неделю 15мин	2 раза в неделю 20мин	2 раза в неделю 25 мин	2 раза в неделю 30 мин
		-на воздухе	1 раз в неделю динам. час	1 раз в неделю динам. час	1 раз в неделю	1 раз в неделю
2	Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	-утренняя гимнастика	Ежедн 5-6 мин	Ежедн 6-8 мин	Ежедн 8-10 мин	Ежедн 10-12 мин
		-подвижн. и спорт. игры и упр. на прогулке	Ежедн. 2 раза (утро и вечер) 15-20 мин	Ежедн. 2 раза (утро и вечер) 20-25 мин	Ежедн. 2 раза (утро и вечер) 25-30 мин	Ежедн. 2 раза (утро и вечер) 30-35 мин
		-ф/м в середине статич. занятия	3-5 ежедн. в завис. от вида и содерж. занятия	3-5 ежедн. в завис. от вида и содерж. занятия	3-5 ежедн. в завис. от вида и содерж. занятия	3-5 ежедн. в завис. от вида и содерж. занятия
3	Активный отдых	-физкульт. досуг	1 раз в месяц 20мин	1 раз в месяц 20мин	1 раз в месяц 30-45мин	1 раз в месяц 40мин
		-физкульт. праздник	-	2 раза в год до 45 мин	2 раза в год до 60 мин	2 раза в год до 60 мин
		-день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал

4	Самостоятельная двигательная деятельность	-самост. Использование физкультурного и спортивно- игрового оборудования	Ежедн.	Ежедн.	Ежедн.	Ежедн.
		-самост. спортивные и подвижные игры	Ежедн.	Ежедн.	Ежедн.	Ежедн.

**Организация питания детей.
МЕРОПРИЯТИЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В МДОУ ДЕТСКИЙ
САД №21 «ГНЁЗДЫШКО»**

№	НАИМЕНОВАНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ	СРОКИ	ОТВЕТСТВЕННЫЕ
1.	<p>Обеспечить детей полноценным питанием, с этой целью;</p> <ul style="list-style-type: none"> -выполнять натуральные нормы питания; -соблюдать калорийность и химический состав блюд; -строго соблюдать режим питания, отвечающий физиологическим особенностям детей разных возрастных групп; -учитывать время года, включение продуктов, блюд в соответствии с этим; -соблюдать технологические требования при приготовлении блюд, обеспечение правильной кулинарной обработки пищевых продуктов; -учитывать эффективность питания детей; -проводить повседневный контроль за работой пищеблока, доведение пищи до ребёнка, правильной организации питания детей в группах 	Постоянно	Медсестра

Принципы построения рационального питания в ДООУ

- Доброкачественность пищевых продуктов;
- Строгое соблюдение времени и интервалов между кормлениями;
- Количественное и качественное распределение пищи на отдельные приёмы;
- Правильное соотношение пищевых веществ: белки, жиры, углеводы;
- Соблюдение условий приёма пищи и правил поведения ребёнка во время еды.

Нормы физиологических потребностей детей В пищевых веществах и энергии (в день)

Возраст детей	Энергетическая ценность (в к/кал)	Белки (в граммах)	Жиры (в граммах)	Углеводы (в граммах)
До 3 лет	1347	32,4	46,4	185,5
С 3 до 7 лет	1575	38,5	59,5	238

**Система закаливающих и оздоровительных мероприятий в МДОУ
детский сад №1 «Сказка»**

№	Оздоровительные мероприятия	Возрастные группы			
		3-4 года	4-5лет	5-6лет	6-7лет
1	Проведение углублённого осмотра детей врачами-специалистами	+	+	+	+
2	Проведение антропометрических измерений	+	+	+	+
3	Сквозное проветривание в отсутствие детей, прекращается за 15-20 минут до прихода детей	Во время первой и второй прогулки			
4	Воздушно-температурный режим				
5	Утренняя гимнастика				
		В группе	В спортивном зале		
6	НОД по физкультуре	проводится в спортивном зале, 1 НОД на воздухе.			
7	Ежедневные прогулки (подв. игры, спортивные упражнения и игры)	Ежедневно 2 раза в день			
8	Сон	Ежедневно			
9	Общеукрепляющие процедуры	+	+	+	+
10	Гигиенические процедуры	Ежедневно согласно режиму дня			
11	Гимнастика после сна	3-5мин	5мин	5-7мин	5-7мин

12	Закаливающие мероприятия				
	обширное умывание	+	+	+	+
	Воздушные ванны	+	+	+	+
	босохождение	+	+	+	+
	Солнечные ванны (летом)	+	+	+	+

4	ЗАКАЛИВАНИЕ ВОЗДУХОМ	
	-утренний приём и гимнастика на воздухе с трёх лет	в тёплый период года
	-воздушные ванны в сочетании с физическими упражнениями	в тёплый период года
5	ЗАКАЛИВАНИЕ ВОДОЙ	
	-умывание и обливание рук до локтя прохладной водой (с 1,5 лет)	В течении года
5	ОБУЧЕНИЕ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИМ НАВЫКАМ	
	-рекомендации по организации и проведению обучения культурно-гигиеническим навыкам, формированию навыков здорового образа жизни	сентябрь
	-контроль за обучением культурно-гигиеническим навыкам	постоянно
6	АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ (ОТЧЁТЫ), ВЕДЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИИ	
9	КОНСУЛЬТАЦИИ	
	-согласно годового плана	В течении года

Профилактика детского травматизма

№	МЕРОПРИЯТИЯ	СРОКИ	ОТВЕТСТВЕННЫЕ
1	Создание благоприятных условий для обучения и воспитания детей в детском саду	постоянно	Воспитатели Администрация
2	Проведение инструктажа по охране жизни и здоровья детей	Два раза в год	Администрация
3	Комплектование аптечек первой помощи	1 раз в квартал	медсестра
4	Вести работу по изучению правил дорожного движения в каждой возрастной группе	Согласно плана	Воспитатели
5	Своевременно извещать администрацию детского сада о несчастных случаях и травматизме, уметь оказывать первую медицинскую доврачебную помощь в случае необходимости.	Постоянно	Воспитатели
6	Проведение инструктажа по соблюдению техники безопасности и охране труда с работниками ДОУ	Два раза в год	Администрация
7	Экскурсии и выходы за территорию детского сада проводить по изученным маршрутам и в сопровождении двух взрослых на каждую группу	Постоянно	Воспитатели

Формирование потребности в здоровом образе жизни

№	МЕРОПРИЯТИЯ	СРОКИ	ОТВЕТСТВЕННЫЙ
1	Обучение детей правилам личной гигиены	Ежедневно	Воспитатели Помощники воспитателя
2	Обучение детей в доступной форме рациональным принципам питания	Ежедневно	Воспитатели
3	Просветительская работа по профилактике вредных привычек (курение, жвачка, пьянство), а также формирование полезных привычек в повседневной жизни (выполнение режима дня, полоскание рта после еды, мытьё рук по мере загрязнения, опрятность и прочее)	Ежедневно	Воспитатели Помощники воспитателя
4	Разъяснительная работа среди детей о значении закаливания и физических упражнений для организма	По мере необходимости	Воспитатели
5	Проведение этических бесед	Согласно плана воспитателей	Воспитатели
6	Соблюдение режима дня в группах	Постоянно	
7	Прохождение профилактических прививок	По плану	

План лечебно-оздоровительной работы

№	МЕРОПРИЯТИЯ	СРОКИ	ОТВЕТСТВЕННЫЙ
1	Проводить углублённый осмотр детей врачами-специалистами	График	Медсестра
2	Проводить регулярное взвешивание детей и измерение роста	1 раз в квартал	Медсестра
3	Контролировать проведение утреннего осмотра в карантинных группах с опросом родителей	Постоянно	Медсестра
4	Своевременное удаление заболевших детей из группы	Постоянно	Медсестра
5	Контроль за соблюдением закаливающих процедур	Постоянно	Медсестра
6	Контроль за соблюдением размеров детской мебели	Постоянно	Медсестра
7	Осмотр детей на педикулёз	Каждую неделю	Медсестра
8	Контроль за проведением утренней гимнастики	Постоянно	Медсестра Старший воспитатель
9	Контроль за выходом детей на прогулку и сама прогулка	Постоянно	Медсестра
10	Использование рациональной одежды как в помещении, так и на улице	Постоянно	Воспитатели Медсестра
11	Соблюдение температурного режима в помещении и регулярное проветривание групповых комнат, спален	Постоянно	Мл. воспитатели Медсестра
12	НОД по физкультуре в помещении и на воздухе проводить с максимальной плотностью 80-85%	Постоянно	Воспитатели