

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО
ВИДА ГОРОДСКОГО ОКРУГА
ГОРОД ВОЛГОРЕЧЕНСК КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ
«ДЕТСКИЙ САД № 6 «СОЛНЕЧНЫЙ ГОРОД»

Принята:
на педагогическом совете
Протокол № 1 от 28 августа 2014 года



Утверждена
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 6 «Солнечный город»
Ю.Н.Саванова
Приказ № 73/ от 28 августа 2014 г.

ПРОГРАММА

МБДОУ «Детский сад № 6 «Солнечный город»

«Хочу быть здоровым»

(на 2014 – 2019 годы)



ПАСПОРТ

программы «Хочу быть здоровым» муниципального бюджетного образовательного учреждения общеразвивающего вида городского округа город Волгореченск Костромской области «Детский сад № 6 «Солнечный город» на 2014-2019 годы

Наименование Программы	Программа «Хочу быть здоровым» муниципального бюджетного образовательного учреждения общеразвивающего вида городского округа город Волгореченск Костромской области «Детский сад № 6 «Солнечный город» на 2013-2018 годы
Государственный заказчик Программы	Отдел образования администрации городского округа город Волгореченск Костромской области
Основания для разработки Программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; 2. «Конвенция ООН «О правах ребенка», принята 20 ноября 1989 г., ратифицирована Постановлением Верховного Совета СССР от 13 июня 1990г.; 3. «Семейный кодекс РФ»; 4. Конституция РФ, ст. 38, 41, 42, 43; 5. ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» № 124_ФЗ от 24 июля 1998 г.; 6. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155); 7. «Порядок осуществления и организации образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 года № 1014); 8. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.3049-13); 9. Приказ Министерства здравоохранения РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений» № 139 от 4 апреля 2003 г.; 10. Национальная правительственная инициатива «Наша новая школа»; 11. Инструктивно-методическое письмо Министерства образования и науки РФ «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» № 65/23-16 от 14 марта 2000г.; 12. Федеральный закон « О физической культуре и спорте в Российской Федерации 13 января 1999года, одобрен Советом Федерации 27 января 1999года 13. Постановление Правительства РФ от 29 декабря 2001 г. N 916"Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи" 14. Приказ № 186/272 от 30.06.1992 г. «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях»; 15. Приказ № 60 от 14.03.1995 г. «Об утверждении инструкции по проведению профилактических осмотров детей дошкольного и школьного возрастов на основе медико-экономических нормативов», 16. Приказ № 621 от 30.12.2003 г. «О комплексной оценке состояния здоровья детей»). 17. Закон Костромской области от 11.11.1998 г. № 29 «О гарантиях прав ребенка в Костромской области»; 18. Устав ДОУ

	19. Основная образовательная программа муниципального бюджетного образовательного учреждения общеразвивающего вида городского округа город Волгореченск Костромской области «Детский сад № 6 «Солнечный город»
Разработчики Программы	Творческая группа педагогов муниципального бюджетного образовательного учреждения городского округа город Волгореченск Костромской области «Детский сад № 6 «Солнечный город» Заведующий детским садом – Ю.Н.Саванова Старший воспитатель – М.С.Круглова Старшая медсестра – С.Л.Беседина Воспитатели: Е.А.Зайцева, М.В.Варнавина (Приказ по МБДОУ «Детский сад № 6 «Солнечный город» № 73/1 от 28 августа 2014 г.)
Основные исполнители Программы	Педагогический коллектив муниципального бюджетного образовательного учреждения городского округа город Волгореченск Костромской области «Детский сад № 6 «Солнечный город» - (далее – Организация)
Цель Программы	Сохранение и укрепление здоровья детей, создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих.
Задачи Программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сохранять и укреплять здоровья детей, совершенствовать их физическое развитие, повышать защитные свойства организма, улучшать физическую и умственную работоспособность. 2. Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью. 3. Воспитывать у детей, родителей, потребность в здоровом образе жизни. 4. Приобщать детей и взрослых к традициям большого спорта. 5. Развивать основные физические качества (силу, ловкость, быстроту, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях 6. Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, обучать новым видам движений. 7. Способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм культуры и быта, связывая воедино элементы анатомических, физиологических и гигиенических знаний. 8. Создать оптимальный режим дня, обеспечивающий гигиену нервной системы ребенка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие. 9. Обеспечить квалифицированную диагностику здоровья и развития детей с учетом современных научных подходов, мониторинга и оценки влияния оздоровительных технологий на организм ребенка.
Основные направления Программы	<ul style="list-style-type: none"> - воспитательно-оздоровительное - лечебно-профилактическое - коррекционно-педагогическое
Срок реализации Программы	2014 – 2019 годы
Объемы и источники финансирования	Бюджетные и внебюджетные средства
Ожидаемые конечные результаты реализации Программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Снижение заболеваемости воспитанников в результате физкультурно-оздоровительной работы и повышение жизненного тонуса. 2. Рост профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов и родителей в сохранении и укреплении здоровья детей. 3. Стимулирование внимания дошкольников к вопросам здорового

	<p>образа жизни, двигательной активности и правильного питания в условиях семьи.</p> <p>4. Совершенствование системы физического и психического воспитания на основе реализации дифференцированного подхода к каждому ребенку.</p>
<p>Организация контроля исполнения Программы</p>	<p>Контроль осуществляет администрация муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения общеразвивающего вида городского округа город Волгореченск Костромской области «Детский сад № 6 «Солнечный город»</p>

Пояснительная записка

В настоящее время улучшение качества образования, состояния здоровья детей, профилактика заболеваний и коррекция имеющихся нарушений у детей являются одним из приоритетных направлений государственных национальных проектов «Здоровье» и правительственной инициативы «Наша новая школа», поэтому сохранение и укрепление здоровья детей - одна из главных стратегических задач государства и нашего ДООУ в частности. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155); Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.3049-13»); Приказ Министерства здравоохранения РФ «Инструкция по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений» № 139 от 4 апреля 2003 г.; Приказ Министерства здравоохранения РФ и Министерства образования РФ от 30.06.1992 №186/272 «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях»; Постановление Правительства РФ от 29 декабря 2001 г. N 916"Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи"; Приказ № 621 от 30.12.2003 г. «О комплексной оценке состояния здоровья детей») и др.

Реализация важнейших положений выше представленных нормативно-правовых актов, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, активизировала поиск новых технологий физкультурно-оздоровительной работы, оценки состояния здоровья и физического развития детей. Большую роль в этом направлении провели такие известные в сфере дошкольного образования ученые как В.Г. Алямовская, Л.А. Парамонова, Т.И. Алиева, О.М. Дьяченко, С.М. Мартынова, М.Н. Кузнецова и многие другие. Перед дошкольными учреждениями теперь открыты большие позитивные возможности в плане обеспечения условий оптимизации физкультурно-оздоровительной работы.

Резюмируя вышесказанное, мы можем сделать вывод - сохранение и укрепление здоровья воспитанников, как основная задача дошкольного образовательного учреждения, должно базироваться на осознанном отношении ребенка к своему здоровью, которое должно стать системообразующим фактором модернизированной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Исходя из вышесказанного, наш педагогический коллектив пришел к необходимости переосмысления работы с дошкольниками в сфере не только физического и психического здоровья, но и обучения в целом, организации режима, лечебно-профилактической работы, индивидуальной работы по коррекции, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми. Актуализации внимания педагогов на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль, вооружение родителей основами психолого-педагогических знаний, их валеологическое просвещение. Проанализировав ход педагогического процесса, коллектив педагогов и специалистов во главе с руководителем и медицинским работником пришли к выводу, что в процессе воспитания и обучения не реализуется потребность детей в движении. В течение дня не выполняется физиологически необходимое ребенку количество движений, непосредственная образовательная деятельность по физической культуре не решает проблемы тренировки сердечно-сосудистой системы, терморегуляционного аппарата, а, следовательно, не дают должностного эффекта в укреплении здоровья. Физкультурные занятия однообразны, т.к. подчиняются определенной жесткой методике их проведения, не развивают интерес к спорту, в ходе их трудно выявить способности и склонности детей, еще труднее их развить.

Программа «Хочу быть здоровым» основана на ретроспективных аналитических данных среды жизнедеятельности детей, организации воспитательно-образовательного процесса и комплексной оценке состояния здоровья детей МБДОУ «Детский сад № 6 «Солнечный город»» и представляет собой инструктивно-методический материал. Содержит унифицированные организационные и специальные профилактические, оздоровительные мероприятия, а также пути реализации здоровьесберегающих педагогических технологий целенаправленного характера «Развивающей педагогики оздоровления» В.Т.Кудрявцева, «Основ безопасности и

жизнедеятельности» Р.Б.Стеркиной, Н.Н.Авдеевой, методических рекомендаций К.П.Бутейко, А.Н.Стрельниковой, В.Г.Алямовской.

Программа была разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ, в том числе:

- анализа управленческой системы (кадровый состав, работ в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, медицинского персонала, творческие объединения педагогов);
- конкурентное преимущество ДОУ по физкультурно-оздоровительной работе;
- материально-техническое обеспечение (помещение, оборудование);
- финансовое обеспечение (анализ финансовых возможностей для реализации программы);
- комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, днях, в днях на одного ребенка, индекс здоровья, анализ заболеваемости);
- анализ результатов физической подготовленности детей;
- характеристика физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ (занятия, кружки, клубы, внедрение системы здоровьесберегающих технологии)

Программа «Хочу быть здоровым» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями, специалистам ДОУ содержания обучения и воспитания.

Поиск новых подходов к оздоровлению детей, использование различных методик, позволяет применять в работе, как традиционные программные методы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей, педагогов и родителей.

Педагогический коллектив стремится превратить детский сад в дом для детей с определёнными обычаями, определённым уровнем культуры.

Дом, в котором и детям и взрослым уютно и комфортно, в котором ребёнка ждут и любят, дом, где основной стиль взаимоотношений — сотрудничество и сотворчество, а контакты и общение основаны на личностных отношениях, а не на управлении и подчинении. Родители в этом доме являются равноправными членами общей семьи и участвуют в его жизни.

Цель программы: сохранение и укрепление здоровья детей, создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих.

Задачи программы:

1. Сохранять и укреплять здоровья детей, совершенствовать их физическое развитие, повышать защитные свойства организма, улучшать физическую и умственную работоспособность.
2. Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.
3. Воспитывать у детей, родителей, потребность в здоровом образе жизни.
4. Приобщать детей и взрослых к традициям большого спорта.
5. Развивать основные физические качества (силу, ловкость, быстроту, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях
6. Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, обучать новым видам движений.
7. Способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм культуры и быта, связывая воедино элементы анатомических, физиологических и гигиенических знаний.
8. Создать оптимальный режим дня, обеспечивающий гигиену нервной системы ребенка, комфортное самочувствие, нервно-психическое и физическое развитие.
9. Обеспечить квалифицированную диагностику здоровья и развития детей с учетом современных научных подходов, мониторинга и оценки влияния оздоровительных технологий на организм ребенка.

Объекты программы:

- Дети ДОУ;
- Педагогический коллектив;
- Родители детей, посещающих ДОУ.

Основные принципы программы:

- Научности (использование научно-обоснованных и апробированных программ, технологий и методик);
- Доступности (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- Активности (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);
- Сознательности (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);
- Единства диагностики и коррекции (правильная интерпретация результатов медицинской, педагогической, психофизической диагностики; планирование способов, методов и приёмов коррекции, развития и оздоровления на основе полученных данных);
- Систематичности (реализация лечебно-оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю);
- Целенаправленности (подчинение комплекса медико-педагогических воздействий четко определенной цели);
- оптимальности (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки);
- адресности (медико-педагогическое воздействие по нозологическим формам заболеваний).

Основные направления программы:

- воспитательно - оздоровительное,
- лечебно - профилактическое,
- коррекционно - педагогическое.
-

Программа реализуется через следующие разделы:

- Материально-техническое обеспечение
- Работа с детьми
- Работа с педагогами
- Работа с родителями.

Материально-техническое обеспечение:

- музыкальный зал оснащенный: фортепиано, музыкальный центр, необходимые музыкальные инструменты, дидактические игры;
- физкультурный зад с необходимым спортивным оборудованием: несколько гимнастических скамеек, спортивные маты, гимнастические стенки, наклонные доски, ребристые доски, лестницы для перешагивания и развития равновесия, резиновые коврики, массажные коврики для профилактики плоскостопия, массажёры для стоп, нестандартное оборудование, мячи, обручи, мешочки с песком, канаты, кегли и другое необходимое оборудование;
- на территории детского сада оборудованы: спортивная, волейбольная, баскетбольная площадки, футбольное поле для физического развития детей: нанесена цветовая разметка для повышения двигательной активности детей на прогулке;
- спортивная площадка для занятий на воздухе оснащена необходимым инвентарём и оборудованием: «яма» для прыжков в длину, «полоса препятствий» для развития выносливости, гимнастическая стенка, бревно для развития равновесия и др.;
- имеются разные виды картотек: подвижные игры с необходимыми атрибутами для развития основных видов движений, картотека физкультминуток и пальчиковых игр и др.;
- в каждой возрастной группе имеются центры физического развития, где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов;
- кабинет учителя-логопеда (логопункт) для индивидуальной коррекционной работы.

Система мероприятий по охране и укреплению здоровья и физического развития воспитанников.

1. План мероприятий оздоровления детей МБДОУ «Детский сад № 6 «Солнечный город»

Содержание мероприятий				Сроки выполнения	Ответственный за выполнение
1	2	3	4	5	6
1.Работа с детьми	Общие методы	1	Утренний прием детей на свежем воздухе	В течение года	Воспитатели старших групп
		2	Ежедневные двухразовые прогулки при любой погоде (температура воздуха не ниже 15 градусов)	В течение года	Воспитатели старших групп
		3	Проведение утренней гимнастики на свежем воздухе, утренних пробежек	Весна, осень, лето	Инструктор по физической культуре
		4	Облегченная одежда детей в группах	В течение года	Воспитатели групп, младший воспитатель
		5	Проветривание помещений групп по графику	В течение года	Воспитатели групп, младший воспитатель
		6	Умывание детей с постоянным понижением температуры воды от 28 градусов до 20 градусов	В течение года	Воспитатели групп, младший воспитатель
		7	Витаминизация третьих блюд	В течение года	Старшая медсестра
		8	Кварцевание спальных и игровых помещений.	В течение года	Воспитатели групп, младший воспитатель
		9	Контроль за физическим воспитанием. Закрепление правильной осанки и профилактика плоскостопия.	В течение года	медсестра, инструктор по физической культуре.
		10	Контроль за температурным режимом, за воздушным режимом, режимом дня, за санитарным состоянием в группах, за световым режимом	В течение года	медсестра
	Специальные методы	11	Босохождение	Июль - август	Воспитатели групп, медсестра
		12	Солнечные ванны	Май - август	Воспитатели групп, медсестра
		13	Плескание в выносном бассейне	Июнь - август	Воспитатели групп, медсестра
		14	Полоскание полости рта и горла кипяченой водой после каждого приема пищи	ежедневно	Воспитатели групп, медсестра
		15	Точеный массаж	В течение года	Воспитатели групп
		16	Ароматерапия (чеснок, лук, масла)	Октябрь – декабрь,	медсестра

				январь - март	
		17	Лекарственная терапия: - оксолиновая мазь, - прививки от гриппа	Период повышенной заболеваемости (октябрь – декабрь). Период гриппа (сентябрь - октябрь)	медсестра
		18	Адаптогены	Осенне-весенние периоды	медсестра
		19	Усиление санэпидрежима	Октябрь – декабрь, январь - март	медсестра, младшие воспитатели
		20	Диспансеризация	По графику	медсестра
		21	Осмотр детей на педикулез и грибковые заболевания	Каждые 7 дней	медсестра
		22	Работа с детьми диспансерной группы	В течение года	медсестра
		23	Профилактические прививки	В течение года	медсестра
Работа с кадрами		24	Проведение бесед: - с поварами по санитарно-гигиеническим нормам и правилам на кухне: - с младшими воспитателями по санитарно-гигиеническим нормам и правилам получения и раздачи пищи, мытья посуды и уборки групп; - с воспитателями о соблюдении санитарно-гигиенических норм при играх, занятиях, прогулках и сне детей; правила оказания первой медицинской помощи детям при травмах, отравлениях, кровотечениях, обмороках и других неотложных состояниях	2 раза в месяц 2 раза в месяц 1 раз в месяц	медсестра
		25	Консультация для технического персонала: - воздушный режим и его назначение для здоровья детей, - воспитание культурно-гигиенических навыков	Октябрь Ноябрь	медсестра. Заведующий детским садом
		26	Консультации для воспитателей	Октябрь	Старший воспитатель
		27	Педсоветы (включение вопросов здоровьесберегающей	В течении года	Старший воспитатель, воспитатели

			направленности)		Куликова Л.М., Акимова Н.А.
		28	Совещание при заведующем: Анализ заболеваемости. «Выполнение программы в области физическое развитие», реализация программы «Хочу быть здоровым».	Январь-февраль, май	Заведующий
		29	Контроль за выполнением программы	В течение года	Заведующий. Старший воспитатель
		30	Контроль за медосмотром сотрудников	Каждый квартал	медсестра
		31	Оформление информационных листовок ширм на тему: - инфекционные заболевания; - лечение без лекарств; - физическое воспитание малышей	В течение года	В течение года медсестра
Работа с семьей		32	Общие родительские собрания включающие тематику физического развития и здоровьесберегающее направление	В течение года	Старший воспитатель
		33	Беседы с родителями на темы: - как уберечь ребенка от вирусного заболевания; - повышение защитных функций организма; - как предупредит травматизм у ребенка; - профилактика энтеробиоза; - другие по необходимости	В течение года	Медсестра, старший воспитатель
		34	Пропаганда здорового образа жизни, через привлечение к участию в совместных детско-родительских спортивных развлечений, выпуск буклетов по ЗОЖ.	В течение года	Воспитатели, старший воспитатель

2. Циклограмма оздоровительных мероприятий в течение дня.

№ п /п	Название мероприятий	Содержание и методика	Сроки	Результаты
1.	Создание гигиенических условий.	Проветривание, обеззараживание, влажная уборка по графику, соблюдение санитарно - эпидемиологического режима.	Ежедневно	Сохранение здоровья
2.	Утренний прием	Опрос родителей о состоянии здоровья ребенка дома, осмотр кожных покровов, термометрия.	Ежедневно	Профилактика заболеваний. Профилактика

		Закладывание в нос оксолиновой мази. Чесночные бусы.		простудных заболеваний. Натуропатия (повышение сопротивляемости организма)
3.	Подготовка к приему пищи.	Умывание, мытье рук.	Перед каждым приемом	Закаливание.
4.	Питание.	Четырехразовое, калорийное, рациональное, сбалансированное полноценное разнообразное.	Ежедневно	Рост и развитие организма, повышение адаптивных сил.
5.	Воспитание полезных привычек.	Умывание после приема пищи, высаживание на горшки, мытье рук.	Ежедневно	Закаливание.
6.	Утренняя гимнастика под музыкальное сопровождение.	Эмоциональный комфорт, двигательная активность, дыхательная гимнастика.	Ежедневно	Физическое развитие
7.	Занятия (музыкальное, развитие движений, ознакомление с окружающим и развитие речи, действия с дидактическим и материалом и игрушками, строительным материалом, предметами, орудиями) - по подгруппам детей	Эмоциональный комфорт, познавательная деятельность, двигательная активность, дыхательная гимнастика.	Согласно плану	Физическое, психическое развитие.
8.	Прогулка.	Одевание в зависимости от погодных условий, наблюдение, игры; физические упражнения, дыхательная гимнастика.	Ежедневно	Повышение адаптивных сил Всестороннее развитие и воспитание (физическое, психическое социальное, экологическое, нравственное,

				эстетическое.)
9.	Сон.	Кварцевание. Проветривание по графику, подготовка постели, укладывание детей, колыбельная песенка, соблюдение тишины, подъем по мере просыпания.	Ежедневно	Повышение адаптивных сил ребенка. Естественный отдых организма, поддерживающий нормальную жизнедеятельность.
10.	Закаливающие процедуры.	Хождение по ребристой доске, по волшебной дорожке,	После дневного сна ежедневно	Повышение адаптивных сил
11.	Гимнастика после сна.	Пробуждение, подготовка организма к активной деятельности	Ежедневно	Укрепление организма.
12.	Самостоятельная деятельность детей.	Игра, предметная деятельность, ориентированная на зону ближайшего развития (игровую деятельность), двигательная активность (подвижные игры, физические упражнения), ознакомление с окружающим.	Постоянно	Физическое, психическое, развитие (формирование различных видов восприятия). Сенсорное развитие.
13.	Подмывание, переодевание.	По необходимости в течение дня.		Воспитание основ здорового образа жизни (полезные привычки). Закаливание.
14.	Уход детей домой.	Взаимодействие с родителями по проблемам здоровья детей. Повышение правовой, психолого-педагогической культуры родителей.	Постоянно	Формирование здоровья детей.

3. Перечень здоровьесберегающих технологий, используемых в МБДОУ «Детский сад № 6 «Солнечный город».

<i>Виды здоровьесберегающих педагогических технологий</i>	<i>Время проведения в режиме дня</i>	<i>Особенности методики проведения</i>	<i>Ответственный</i>
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
Динамические паузы	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в	Воспитатели

		себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр	Воспитатели, руководитель физического воспитания
Релаксация	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	Воспитатели, руководитель физического воспитания, психолог
Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Воспитатели, логопед
Гимнастика офтальмологическая	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога	Все педагоги
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги
Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ	Воспитатели
Босохождение по дорожкам для профилактики плоскостопия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется в качестве профилактики болезней опорного свода стопы	Воспитатели, руководитель физического воспитания
2. Технологии обучения здоровому образу жизни			
Физкультурное занятие	2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Ранний возраст - в групповой комнате, 10	Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	Воспитатели, руководитель физического воспитания

	мин. Младший возраст-15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший возраст - 25-30 мин.		
Проблемно-игровые ситуации (игротренинги и игротерапия)	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом	Ситуация может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности	Воспитатели, психолог
Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста	Игры строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.	Воспитатели, психолог
Беседы из серии «Здоровье»	1 раз в неделю со ст. возраста	Познавательное развитие в совместной деятельности	Воспитатели, руководитель физического воспитания, педагог-валеолог
Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму	Воспитатели, ст. медсестра, руководитель физического воспитания
Точечный самомассаж	Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего возраста	Проводится строго по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов. Используется наглядный материал	Воспитатели, ст. медсестра, руководитель физического воспитания

4. Система закаливающих мероприятий

№	Формы работы	Примечания
1	Проветривание	По графику
2	Утренняя гимнастика	В облегчённой одежде
3	Физкультурное занятие на улице	1 раз в неделю в течение учебного года, в зависимости от погодных условий
4	Прогулка	Ежедневно, в зависимости от погодных условий, соответствие одежды температуре воздуха
5	Двигательная активность детей на свежем воздухе	Ежедневно во время прогулки
6	Воздушные ванны	Во время переодеваний детей, после дневного сна
7	Мытьё рук по локоть	Ежедневно после утренней прогулки
8	Полоскание рта и горла водой комнатной температуры	Ежедневно после приёма пищи со 2-ой младшей группы
9	Хожение босиком	Ежедневно после дневного сна, в летний период на улице 15-20 минут при температуре воздуха не ниже +20°C

10	Приём на улице	Ежедневно, в зависимости от погодных условий, соответствие одежды температуре воздуха со 2-ой младшей группы
11	Проведение всех видов детской деятельности на прогулке	В летнее время
12	Дневной сон при открытой форточке	При температуре воздуха в спальне не ниже +18°C
13	Игры с водой	В летний период во время прогулки
15	Закаливание солнцем	В летний период ежедневно в течение 10-15 минут
16	Обливание ног	В летний период после утренней прогулки
17	Контрастный душ	В летнее время после утренней прогулки, температура воды: +37°C – +30°C

5. Организация оздоровительной работы в МБДОУ «Детский сад № 6 «Солнечный город» по возрастным группам:

1. Младший возраст

- Физкультурные занятия – 3 раза в неделю
- Физкульминутки
- Подвижные игры и физические упражнения
- Прогулка с включением подвижных игровых упражнений
- Офтальмологическая гимнастика
- Пальчиковая гимнастика
- Гимнастика после дневного сна (бодрящая гимнастика)
- Воздушные ванны (облегченная одежда)
- Хождение босиком по «дорожке здоровья»
- Ароматизация помещений (чесночные блюда)
- Аскорбиновая кислота, Ревит
- Витаминизация третьего блюда

2. Средний возраст

- Физкультурные занятия – 3 раза в неделю
- Физкульминутки
- Подвижные игры и физические упражнения
- Прогулка с включением подвижных игровых упражнений
- Офтальмологическая гимнастика
- Пальчиковая гимнастика
- Гимнастика после дневного сна (бодрящая гимнастика)
- Беседы с детьми о здоровье
- Точечный массаж «Волшебные точки»
- Воздушные ванны (облегченная одежда)
- Хождение босиком по «дорожке здоровья»
- Полоскание зева и рта после каждого приема пищи и после дневного сна
- Ароматизация помещений (чесночные блюда)
- Аскорбиновая кислота, Ревит
- Витаминизация третьего блюда

3. Старший возраст

- Физкультурные занятия – 3 раза в неделю
- Физкульминутки
- Подвижные игры и физические упражнения
- Прогулка с включением подвижных игровых упражнений
- Офтальмологическая гимнастика
- Пальчиковая гимнастика

- Гимнастика после дневного сна (бодрящая гимнастика)
- Беседы с детьми о здоровье
- Точечный массаж «Волшебные точки»
- Воздушные ванны (облегченная одежда)
- Хождение босиком по «дорожке здоровья»
- Полоскание зева и рта после каждого приема пищи и после дневного сна
- Ароматизация помещений (чесночные блюда)
- Напиток из шиповника
- Аскорбиновая кислота, Ревит
- Витаминизация третьего блюда

6. Оказание первой помощи.

Неотложное состояние	Признаки	Первая помощь
1	2	3
Носовое кровотечение	Истечение крови из носового прохода. Причины: повреждение мелких сосудов носа, высокое давление, солнечный удар, переутомление, анемия, обморок, заболевания крови	Посадить ребенка на стул с опущенной головой вниз или уложить на живот, голову набок. Приложить холод. Вставить турунду с перекисью водорода. При длительном кровотечении вызвать врача. После любого носового кровотечения необходимо обследование ребенка
Приступ бронхиальной астмы	Удушье, кашель с трудно отделяемой мокротой, экспираторная отдышка, вынужденное положение, беспокойство ребенка. Слышны дистанционные хрипы, АД снижено	Помочь ребенку принять удобное положение. Расстегнуть стесняющую одежду. Обеспечить доступ свежего воздуха. Вызвать врача. Использование карманного ингалятора ребенком при его наличии или ингаляция с бронхосаном, беродуаломультразвуковым ингалятором. Приготовить: шприцы, эуфиллин, преднизолон, адреналин, димедрол. После приступа ребенок выводится на дополнительное обследование и лечение. Необходимо выяснить причину, провоцирующую приступ
Обморок	Головокружение, тошнота, потемнение в глазах, резкая бледность, холодный пот, похолодание конечностей, слабый частый пульс, кратковременная потеря сознания. Это состояние, обусловленное остро возникшим недостатком кровенаполнения сосудов головного мозга. Причины: сильное нервное перенапряжение, испуг, резкий болевой раздражитель, вид крови, переутомление, волнение, душное помещение	Уложить ребенка в горизонтальное положение с приподнятыми ногами. Обеспечить доступ свежего воздуха. Расстегнуть одежду. Слегка обрызгнуть лицо и грудь водой. Ингаляция нашатырным спиртом. Согреть грелками или теплым одеялом, если причина обморока не перегревание. Вызвать врача. Через несколько минут сознание возвращается и ребенок становится активным, однако необходимо точно установить причину обморока

Мониторинг сформированности культуры здоровья и безопасного образа жизни воспитанников.

Проводиться по раннему и дошкольному возрастам, в сравнении с прошлыми годами по следующему алгоритму:

1. Списочный состав
2. Средняя годовая численность детей.
3. Индекс здоровья
4. Заболеваемость. Количество пропущенных дней по болезни в год.
5. Детодни, пропущенные по болезни на одного ребёнка.
6. Число случаев заболевания воспитанников
7. Анализ показателей состояния здоровья по группам здоровья.
8. Результаты освоения обучающимися основной образовательной программы по образовательной области физическое развитие

Ожидаемые результаты реализации программы:

1. Снижение заболеваемости воспитанников в результате физкультурно-оздоровительной работы и повышение жизненного тонуса.
2. Рост профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов и родителей в сохранении и укреплении здоровья детей.
3. Стимулирование внимания дошкольников к вопросам здорового образа жизни, двигательной активности и правильного питания в условиях семьи.
4. Совершенствование системы физического и психического воспитания на основе реализации дифференцированного подхода к каждому ребенку.

Кадровое обеспечение программы «Хочу быть здоровым»

Наименование должности	Содержание деятельности
Заведующий ДОУ	<ul style="list-style-type: none">· обеспечивает выполнение санитарно-гигиенических правил, противопожарных и других условий по охране жизни и здоровья детей;· создает необходимые условия для укрепления здоровья детей, для обеспечения их сбалансированным питанием;· осуществляет контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей;· обеспечивает медико-педагогический контроль за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий;· отвечает за проведение ремонта;· общее руководство по внедрению программы «Хочу быть здоровым»;· ежемесячный анализ реализации программы
Старший воспитатель	<ul style="list-style-type: none">· нормативно-правовое, программно-методическое обеспечение реализации программы «Хочу быть здоровым»;· проведение мониторинга (совместно с педагогическим персоналом и медицинской сестрой);· контроль за реализацией программы «Хочу быть здоровым»;· осуществляет подбор пособий и игрушек в соответствии с гигиеническими требованиями к ним с учетом возрастных особенностей детей;· Проводит консультативную работу среди родителей и педагогов по вопросам физического развития и оздоровления детей.
Старшая медицинская	<ul style="list-style-type: none">· осматриваем детей во время утреннего приёма;

сестра	<ul style="list-style-type: none"> · организует и контролирует проведение всех физкультурно-оздоровительных мероприятий; · осуществляет контроль за соблюдением режима дня; · оказывает доврачебную помощь; · отвечает за организацию питания; · следит за состоянием пищеблока, групповых комнат и других помещений учреждения; · проводит санитарно-просветительскую работу среди сотрудников детского сада и родителей; · проводит обследование детей по скрининг программе и выявлению патологии, утверждает списки часто болеющих детей; · определяет оценку эффективности реабилитации, показателей физического развития, критериев здоровья; · составляет индивидуальный план реабилитации
Начальник хозяйственного отдела	<ul style="list-style-type: none"> · проводит обучение и инструктажи по технике безопасности; · обеспечивает условия для предупреждения травматизма в дошкольном учреждении; · создает материально-технические условия; · обеспечивает правильную работу вентиляционных установок; · регулирует тепловой и воздушный режим детского сада; · контролирует соблюдение правил противопожарной безопасности; · осуществляет контроль над выполнением младшим обслуживающим персоналом
Воспитатели	<ul style="list-style-type: none"> · проводят утреннюю гимнастику, пальчиковую гимнастику, гимнастику для глаз, гимнастику для сна, физкультминутки, подвижные игры, спортивные упражнения, индивидуальную работу по развитию движений, закаливающие мероприятия, занятия по физическому развитию и физкультурные досуги; · внедряют в практику работы здоровьесберегающих технологии; · следят за здоровьем детей и их эмоциональным состоянием, информируют об этом старшую медсестру, заведующего; · определяют показатели двигательной подготовленности детей, коррекции отклонений в физическом развитии; · наблюдают за динамикой физического развития детей, проводят мониторинг сформированности двигательных навыков; · следят за температурным режимом, искусственным освещением, одеждой детей; · на педагогических советах отчитываются о состоянии физического развития детей и проведении закаливающих мероприятий; · проводят просветительскую работу с родителями по вопросам здорового образа жизни и использования элементов физической культуры в домашних условиях
Логопед	<ul style="list-style-type: none"> · устранение речевого дефекта детей; · предупреждение возможных трудностей в процессе школьного обучения (подготовка к обучению грамоте, профилактике дисграфии, совершенствование познавательных процессов и обеспечение личностной готовности к обучению в школе)
Музыкальный руководитель	<ul style="list-style-type: none"> · способствует развитию эмоциональной сферы ребенка; · проводит музыкальные и хороводные игры с детьми; · занимается развитием движений детей на музыкальных занятиях и в свободное от занятий время; · участвует в проведении утренней гимнастики, физкультурных досугов и праздников
Младшие воспитатели	<ul style="list-style-type: none"> · соблюдают санитарно-охранный режим;

	<ul style="list-style-type: none"> · помогают педагогам в организации физкультурно-оздоровительных мероприятий
Повара	<ul style="list-style-type: none"> · своевременно готовят пищу в соответствии с режимом дошкольного учреждения; · проводят доброкачественную кулинарную обработку продуктов; · обеспечивают строгое соблюдение срока реализации и условий хранения продуктов; · обеспечивают соблюдение технологии приготовления блюд рационального питания
Дворник	<ul style="list-style-type: none"> · содержит в чистоте территорию дошкольного учреждения и подходы к нему; · своевременно убирает снег и сосульки с крыши; · следит за состоянием ограждения территории детского сада
Сторож	<ul style="list-style-type: none"> · следит за дежурным освещением; · отвечает за противопожарную безопасность охраняемого объекта.