

174262 Новгородская обл.,
г. Малая Вишера, ул. Лесная, д.36А
Тел. 8 (81660) 33-451
e-mail: detskiysad06@yandex.ru

ПРИНЯТО
на заседании
Педагогического совета
МАДОУ «Детский сад
«Звёздочка»

протокол № 1
«30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
заведующий МАДОУ
«Детский сад «Звёздочка»

_____/Михайлова О. В.

приказ № 95/1-ОД
от 30.08.2024г.

ЦЕЛЕВАЯ ПРОГРАММА «ЗДОРОВИЧОК»

муниципального автономного дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад «Звёздочка»
г. Малая Вишера

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Известно, что здоровье человека определяется многочисленными внутренними и внешними факторами и характеризуется как состояние организма. При котором отсутствие заболевания сочетается с физическим, психическим и социальным благополучием человека. Высокая заболеваемость, неблагоприятные экологические условия, сложная социальная ситуация и др. неблагоприятные факторы требуют выработки определённой комплексной системы в работе по оздоровлению детей. В настоящее время руководителя и педагогов дошкольного образовательного учреждения серьёзно волнует проблема ухудшения здоровья воспитанников, экологические проблемы, плохая наследственность, ухудшение условий жизни в семье – вот лишь некоторые факторы, действующие на здоровье дошкольника.

Выход из создавшейся ситуации сотрудники ДОО видят в составлении и реализации программы «Здоровичок» по формированию здоровья дошкольников, которая поможет детям принять тактику здорового поведения. Данная программа разработана с учётом оздоровительной направленности в работе детского сада и может быть использована в семье.

Здоровье является феноменом культуры нации и главным его достоянием.

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Подбор методов поддержания здоровья дошкольного возраста с использованием разнообразных методик, нетрадиционного оздоровления, которые могут быть использованы в детских дошкольных учреждениях для профилактики простудных и хронических заболеваний, пропаганды здорового образа жизни.

Значительное количество авторских разработок, традиционных и нетрадиционных идей физкультурно-оздоровительной работы в ДОО побуждает к созданию единого оптимального алгоритма работы воспитателей и мед. работников ДОО по организации здоровьесобудующего вида деятельности с мотивацией здоровья.

Для нас самым главным является здоровье наших воспитанников, т.к это один из основных показателей работы ДОО (здоровьесберегающая компетентность), а так же является главным показателем для родителей работы нашего ДОО.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

Сохранение, укрепление здоровья детей, обеспечение их гармоничного развития, безопасности жизнедеятельности, эмоционально – психологического благополучия; формирование у родителей, педагогов, воспитанников представлений о здоровом образе жизни, осмысленного отношения к здоровью как важной жизненной ценности.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

1. Создание психолого-педагогических условий развития двигательной сферы и здоровья детей на основе их творческой активности.
2. Систематизация работы по двигательной активности детей, закрепление навыков по профилактике заболеваний у воспитанников, создание условий для комплексного решения физкультурно-оздоровительной работы и формирование собственной ответственности у ребенка за здоровый образ жизни.

3. Реализацию комплекса здоровьесберегающих технологий в ходе воспитательно-образовательного процесса.
4. Повышение профессиональной компетенции педагогов по организации и проведению физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками.
5. Активизация взаимодействия с родителями (законными представителями) по сохранению и укреплению здоровья детей.

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

1. Высокая посещаемость детей ДОУ, до 98%.
2. Сформированность здоровьесберегающей компетентности.

УЧАСТНИКИ ЦЕЛЕВОЙ ПРОГРАММЫ

Родители, воспитанники, мед. работники, педагоги, специалисты.

ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ УКРЕПЛЯЕТСЯ ТАКИМИ СРЕДСТВАМИ, КАК:

1. Полноценное питание детей.
2. Закаливающие процедуры.
3. Развитие движений.
4. Гигиена режима.

ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ:

- Выполнение режима питания.
- Калорийность питания, ежедневное соблюдение норм потребления продуктов.
- Гигиена приема пищи.
- Индивидуальный подход к детям во время питания.
- Правильность расстановки мебели.
- Закаливание обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение его устойчивости к воздействию постоянно меняющихся факторов среды и является необходимым условием оптимального развития ребенка.

ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ ЗАКАЛИВАНИЯ

- Закаливающие воздействия органично вливаются в каждый элемент режима дня.
- Закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности.
- Закаливание осуществляется на фоне различной двигательной активности.
- Закаливающие процедуры проводятся на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма ребенка.

В ДОУ ПРОВОДИТСЯ ОПТИМАЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС ЗАКАЛИВАЮЩИХ МЕРОПРИЯТИЙ:

- Облегчённая одежда для детей в ДОУ.
- Соблюдение температурного режима в течении дня.
- Соблюдение сезонной одежды на прогулке, учитывая их индивидуальное состояние здоровья.
- Сон в трусиках.
- Дыхательная гимнастика после сна.
- 5 минут хождения босиком после сна с использованием ребристой доски.
- Воздушные ванны после сна методом контрастных температур.
- Умывание лица. Шеи, рук до локтя прохладной водой.
- Правильная организация прогулки и её длительность два раза в день.
- Полоскание рта.
- Рекомендации родителям – проводить контрольное закаливание дома.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В НАШЕМ ДОУ:

1. Физическая нагрузка должна быть адекватной возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья.
2. Обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики, упражнений для повышения выносливости кардиореспираторной системы.
3. Медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья.

ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

- Физкультурные занятия в зале и на спортивной площадке
- Дозированная ходьба
- Физкультминутки
- Спортивные игры
- Физкультурные досуги, праздники, дни Здоровья
- Утренняя гимнастика
- Подвижные игры на прогулке
- Массаж по рекомендациям врача
- Физические упражнения на прогулке
- Индивидуальная работа с детьми
- Воспитание потребности в здоровом образе жизни (привитие культурно – гигиенических навыков у детей, обучение уходу за своим телом, навыкам оказания первой медицинской помощи)
- Работа с семьёй (проведение родительских собраний, выпуск сан. Бюллетеней, совместные спортивные праздники)

ГИГИЕНА РЕЖИМА

- Выполнение санитарных требований к помещению, участку, оборудованию.

- Рациональное построение режима дня.
- Охрана жизни и деятельности детей.
- Санитарно – просветительная работа (с сотрудниками и родителями).
- Физкультурно – оздоровительные мероприятия в режиме дня.
- Воспитания у дошкольников потребности в здоровом образе жизни осуществляется по следующим направлениям:
 - привитие стойких культурно – гигиенических навыков;
 - обучение уходу за своим телом, навыками оказания элементарной помощи;
 - формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений;
 - развитие представлений о строении собственного тела, назначение органов;
 - формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма;
 - выработка у ребенка осознанного отношения к своему здоровью, умение определить свои состояние и ощущения.

I направление: Организационно – аналитическая работа.			
№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1.	Организационное совещание по вопросам ФОР в ДОУ.	СЕНТЯБРЬ учебного года	Заведующий Ст. воспитатель
2.	Составление учебного плана в соответствии с новыми СанПин.	СЕНТЯБРЬ учебного года	Заведующий Ст. воспитатель
3.	Составление и утверждение расписания образовательной деятельности.	СЕНТЯБРЬ учебного года	Заведующий Ст. воспитатель
4.	Разработка двигательного режима в каждой возрастной группе.	СЕНТЯБРЬ учебного года	Воспитатели
5.	Инструкции по охране жизни и здоровья детей	СЕНТЯБРЬ учебного года	Ст. воспитатель
6.	Определить систему физкультурно-оздоровительной работы с детьми.	СЕНТЯБРЬ учебного года	Ст. воспитатель Воспитатели
7.	Определить систему физкультурно-оздоровительной работы с детьми в летний период.	МАЙ учебного года	Ст. воспитатель Воспитатели

II направление: Кадровая политика			
№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1.	Профессиональная переподготовка педагогов (по запросу).	В течение учебного года	Заведующий Ст. воспитатель
2.	Обеспечение методическими документами работников.	В течение учебного года	Заведующий Ст. воспитатель

III направление: Профилактическая и просветительская деятельность.			
№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1.	Контроль за организацией двигательного режима в течении дня (в соответствии с планом)	В течение учебного года	Заведующий Ст. воспитатель

2.	Проведение мероприятий: • дни Здоровья • пешеходные прогулки • физкультурные праздники • вечера досугов • закаливающие мероприятия • индивидуальная работа с детьми	ОКТАБРЬ учебного года	Заведующий Ст. воспитатель
3.	Родительский лекторий «Здоровье детей в ваших руках».	В течение учебного года	Мед. сестра Ст. воспитатель Воспитатели
4.	Консультации по двигательной активности.	В течение учебного года 1 раз в квартал	Ст. воспитатель Воспитатели
5.	Совместные спортивные праздники с родителями.	В течение учебного года 1 раз в месяц	Ст. воспитатель Воспитатели

IV направление: Повышение качества и сбалансированности питания.

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1.	Составление и утверждение 10-и дневного меню в соответствии с новыми СанПин.	ОКТАБРЬ учебного года	Заведующий Мед. сестра
2.	Осуществление контроля за безопасностью поставляемой продукции, наличие документов, подтверждающих качество продуктов питания.	В течение учебного года	Заведующий Мед. сестра завхоз
3.	Проведение С – витаминизации пищи.	ежедневно	Мед. сестра

V направление: Материально – техническое обеспечение.

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1.	Приобретение спортивного инвентаря.	В течение учебного года	Заведующий Завхоз
2.	Изготовление нестандартного оборудования.	В течение учебного года	Воспитатели Родители
3.	Организация ППРС (центров движения).	В течение учебного года	Воспитатели Родители

VI направление: Информационное обеспечение.

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1.	Оформление наглядной агитации по теме «Растим детей здоровыми».	В течение учебного года	Ст. воспитатель Воспитатели
2.	Рекомендации для родителей по закаливанию и профилактике заболеваний.	В течение учебного года	Ст. воспитатель Воспитатели

VII направление: Диагностика.

№	Мероприятия	Срок	Ответственный
1.	Изучение состояния здоровья детей.	В течение учебного года	Мед. работники

2.	Проведение выборочных осмотров детей, подверженных заболеваниям.	В течение учебного года	Мед. работники
3.	Социологический опрос родителей (анкетирование) с анализом: • «Растём здоровыми» • «Качество питания в детском саду»	В течение учебного года	Ст. воспитатель Воспитатели

ПРОДУКТ ПРОГРАММЫ

1. Снижение заболеваемости.
2. Обеспечение МТБ для развития двигательной активности детей.
3. Сформированность здоровьесберегающей компетентности.

«Растем здоровыми?»

Уважаемые родители!

Для совершенствования физкультурно – оздоровительной работы в детском саду нам необходимы некоторые сведения о видах оздоровления ребенка дома. Отнеситесь к заполнению анкеты внимательно и серьезно, ведь ее цель – укрепление здоровья вашего малыша.

1. ФИО ребенка

2. Как часто болеет Ваш ребенок?

3. Что, на Ваш взгляд, является предрасполагающими факторами для возникновения заболевания у Вашего ребенка?

4. Закаливаете ли Вы ребенка дома?

5. Какие виды закаливания Вы считаете приемлемыми для Вашего малыша?

6. Какие виды семейного отдыха Вы предпочитаете?

7. Знаете ли Вы, как можно укрепить здоровье Вашего ребенка?

8. Может ли детский сад оказать помощь в укреплении здоровья Вашего ребенка?

9. Консультации каких специалистов Вы бы хотели получить?

10. Готовы ли Вы сотрудничать с детским садом в вопросах укрепления здоровья Вашего ребенка?

Спасибо за сотрудничество!

«Качество питания в детском саду»

Уважаемые родители!

В нашем детском саду проводится анкетирование с целью улучшения работы по организации детского питания. Анкета анонимная. Просим Вас откровенно ответить на следующие вопросы:

1. Удовлетворяет ли Вас в целом питание Вашего ребенка в детском саду?

2. Интересуетесь ли Вы информацией о питании(ежедневное меню, консультации и т.д.)?

3. Как отзывается ребенок о питании в детском саду?

4. Какие блюда в меню детского сада с удовольствием ест Ваш ребенок, что категорически не любит?

5. Какие блюда Вы бы исключили из меню детского сада?

6. Что, на Ваш взгляд, необходимо добавить в меню?

7. Соблюдается ли в питании детей учет сезонности (свежие овощи, фрукты, соки и т.д.)?

8. Знакомо ли Вам понятие «натуральные нормы детского питания»?

9. Какие навыки культуры питания Вы прививает ребенку в семье?

10. Оцените пожалуйста питание в детском саду по пятибалльной шкале

Благодарим за откровенные ответы!

СРЕДСТВО РЕАЛИЗАЦИИ ЗАДАЧ

Коррекционная работа

Кабинеты: логопед
дефектолог

Творческое развитие личности:

- Кружок «Топотушки»
- Кружок «Друзья природы»
- Кружок «Умелые ручки»
- Кружок пения
- Кружок «Играем с цветом»
- Мини-музей часов
- Мини-музей стекла
- Занятия по системе

**Успешное прохождение
мониторинга достижений
детей**

Физкультурно-оздоровительная работа

Закаливание **Физ. процедуры** **Оздоровительная физкультура**

Контрастное обливание	Профилактика гриппа и ОРЗ.	Оздоровительная гимнастика.
-----------------------	----------------------------	-----------------------------

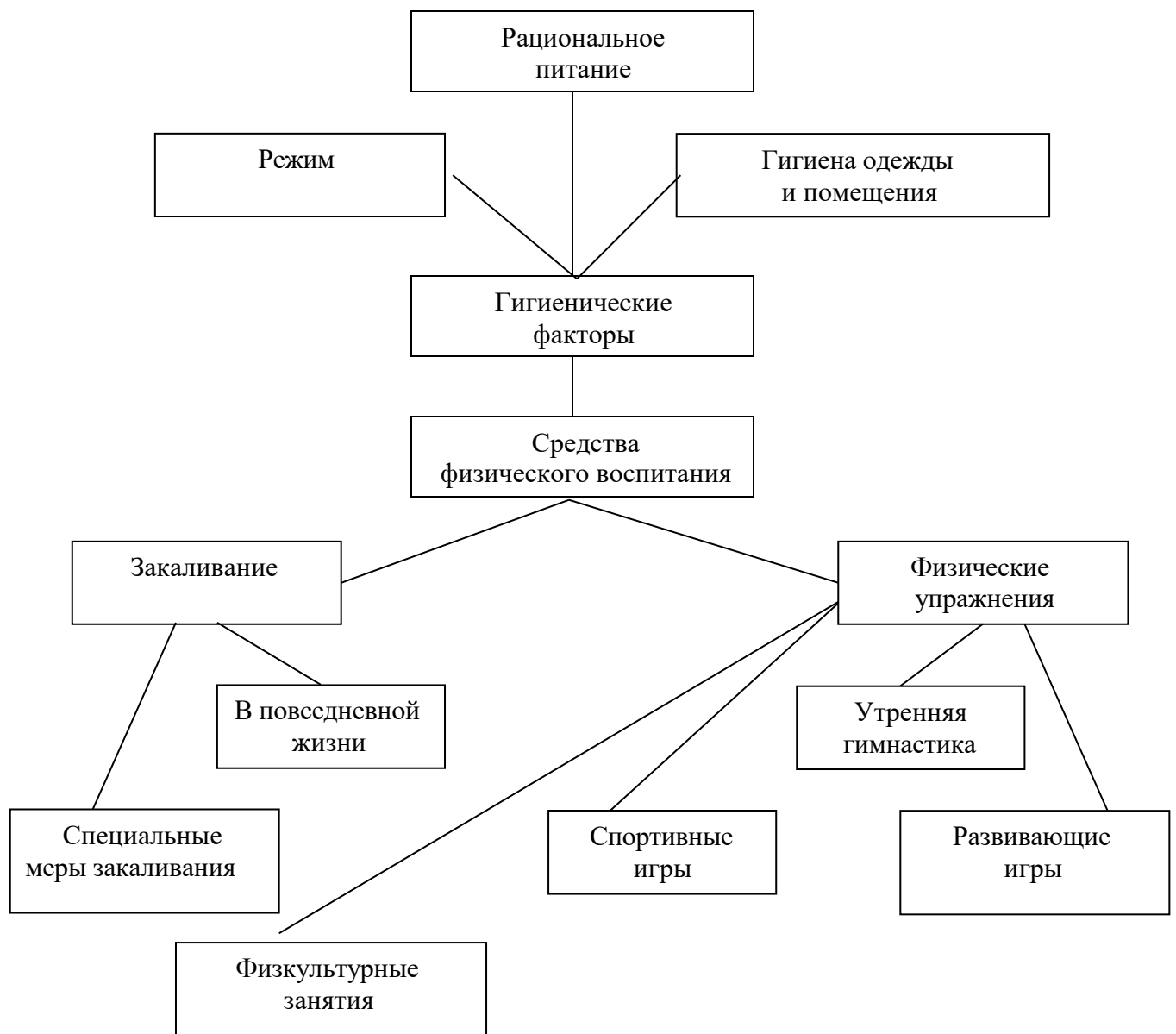
Босохождение. Витаминизация блюد.	Дыхательная гимнастика.
--------------------------------------	----------------------------

Контрастные
воздушные
процедуры.

Полоскание рта и чистка зубов.	упражнения по профилактике осанки и плоскостопия.
--------------------------------------	--

Снижение заболеваемости

МЕРОПРИЯТИЯ К ПРОГРАММЕ «ЗДОРОВИЧОК»



ЛЕЧЕБНО – ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ БЛОК
КОМПЛЕКСНАЯ СТРАТЕГИЯ УЛУЧШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

Оптимизация режима			Организация питания
Организация оптимального двигательного режима			Создание безопасной среды жизнедеятельности ребёнка в ДОУ
Профилактика заболеваний			Оздоровление детей
Взаимодействие с семьей			Взаимодействие с лечебным учреждением
Охрана психического здоровья			Служба здоровья персонала