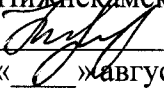




Муниципальное учреждение «Управление дошкольного образования»
исполнительного комитета Нижнекамского муниципального района
Республики Татарстан

Согласовано:

Главный специалист отдела охраны труда
и здоровья детей
муниципального учреждения
управления дошкольного образования
исполнительного комитета
Нижнекамского Муниципального района РТ
 Н.В.Кириллова
« ____ » август 2018 года
Заведующий отделением медицинской
помощи детям и подросткам в образовательных
учреждениях О.О. МП, Д и П в ОУ
 Т.М. Стаценко
« ____ » августа 2018 года

Утверждено:

Заведующий МБДОУ «Детский сад
общеразвивающего вида № 83»
 Р.М.Газизова
« ____ » августа 2018 года

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида № 83»

Составила :
Заведующий д/с № 83
Газизова Р.М.
Старшая мед.сестра
Имамова Е.И.
Старший воспитатель:
Ирназарова Л.Р.

г.Нижнекамск,
2018 г

Программа оздоровления детей в условиях ДООУ

Введение

Программа разработана в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья взрослых и детей. Отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения ДООУ. Она определяет основные направления, задачи, а также план действий и реализацию их в течении 5 лет. Программа способна изменить лицо образовательного учреждения и создать новые условия для воспитания здоровой личности.

Содержание проблемы

В уставе всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических факторов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающий биологические характеристики ребенка, социально – экономическое состояние страны, условия воспитания, образование детей, их жизнь в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете – отношение государства к проблемам здоровья.

По данным, опубликованным в Государственном докладе о состоянии здоровья населения РФ, 60 % детей в возрасте от 3 до 7 лет имеют функциональные отклонения в состоянии здоровья и только 10 % детей приходят в школу абсолютно здоровыми. Поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте. С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во-первых, семья, включая всех ее членов и условия проживания; во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего активного времени, т.е. социальная структура, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

Поэтому в ДООУ необходимо поиск новых подходов к оздоровлению детей, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояние здоровья каждого ребёнка, в учете и использовании особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создании определенных условий.

Цель программы.

Программа направлена на обеспечение укрепления здоровья детей, применения эффективных методов закаливания в условиях детского сада и семьи, разработку психогигиенических требований в условиях детского сада.

Основные задачи программы

1. Охрана и укрепления здоровья детей.
2. Формирование базы данных о состоянии здоровья, индивидуальных психофизиологических особенностях и резервных возможностях организма воспитанников.
3. Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развития физических качеств.
4. Создание условий для реализации потребностей детей двигательной активности.
5. Обеспечение физического умственного и психического благополучия.
6. Разработка образовательных программ, направленных на сохранения здоровья воспитанников, на обучение их здоровому образу жизни.

Законодательно-нормативное обеспечение программы

1. Закон РФ «Об образовании».
2. Закон РТ «Об образовании», «О здравоохранении».
3. Федеральный закон о санитарно-эпидемиологическом благополучии населения.
4. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений СанПиН 2.4.1.3049-13 .
5. Программа воспитания и обучения в детском саду М.А.Васильевой.
6. Устав детского сада.

Основные направления программы

Профилактическое

1. Обеспечение и организация благоприятного и безболезненного течения адаптации детей к условиям детского сада.
2. Организация и надлежащее выполнение санитарно-гигиенического режима.
3. Решение оздоровительных задач всеми средствами физического воспитания.
4. Предупреждение острых заболеваний и психологического дискомфорта методами неспецифической медико-психолого-педагогической профилактики.
5. Проведение доврачебных обследований по скрининг – программе и выявление патологий развития детей дошкольного возраста.
6. Проведение специальных, социальных и санитарных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

Организационное

1. Организация здоровьесберегающей среды ДОУ

- а) Исследование состояния здоровья детей специалистами детской поликлиники. Определение показателей физического развития двигательной и подготовленности, критериев здоровья детей дошкольного возраста методами комплексной диагностики.
- б) Регулярный осмотр детей медицинским персоналом ДОУ, определение группы здоровья и физкультурных групп.
- в) Отслеживание успешности обучения воспитанников в период их пребывания в ДОУ с целью динамического наблюдения за их развитием: диагностирование общей физической подготовленности детей в начале и конце учебного года.
- г) Определение соответствия образовательной среды возрастным, индивидуальным, половым особенностям воспитанников, состоянию их здоровья и своевременное выявление факторов риска для их здоровья и развития.

2. Физкультурно-оздоровительная работа

- а) Занятия по физкультуре всех типов: традиционное, тренировочное, занятия-соревнования, занятия-зачеты, праздники и развлечения, гимнастика после сна.
- б) Занятия ритмикой и хореографией.
- в) Активизация двигательного режима воспитанников: обеспечение двигательного режима детей атрибутами и пособиями, создания необходимой развивающей среды проведения подвижных игр, пеших переходов во время прогулок, строгое соблюдение режима дня, проведения утренней гимнастики, физкультурных минуток.

3. Система эффективных закаливающих процедур

- а) Воздушно-контрастное закаливание, водное закаливание, хождение по «дорожкам здоровья» -(йодно-солевая дорожка), хождение босиком, полоскание горла и рта водой комнатной температуры, максимальное пребывание детей на свежем воздухе.

4. Профилактическая работа

- а) Постоянный контроль осанки, контроль дыхания на занятиях с повышенной двигательной нагрузкой, подбор мебели в соответствии с ростом детей, профилактический прием элеутерококка, оксалиновой мази для носа, витаминотерапия, профилактика йододефицитных состояний.

5. Использование оздоравливающих технологий на занятиях

а) Точечный массаж по Уманской, пальчиковая и артикуляционная гимнастика, дыхательная и звуковая гимнастика по стрельниковой, психогимнастика по методике чистяковой, хождение по «дорожкам здоровья» использование массажеров.

6. Комплекс психогигиенических мероприятий

а) Психодиагностика, элементы аутотренинга и релаксации, психогимнастика, элементы музыкотерапии, элементы сказкотерапии, индивидуальное и подгрупповое занятия в кабинете психолога, обеспечение благоприятного психологического климата в ДОУ.

7. Реабилитация и коррекционная работа

а) С детьми перенесших простудные заболевания дыхательных путей, коррекционная работа с детьми, имеющих плоскостопие и слабо сформированной стопой, с детьми имеющих склонность к формированию нарушения осанки, индивидуальная работа с детьми, отстающих в основных видах движения, коррекция психоэмоциональной сферы.

8. Консультативно-информационная работа с педагогами и персоналом

а) Оказание консультативной помощи всем участникам образовательного процесса родителям воспитанников по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников.

б) С родителями: активное участие родителей в физкультурно-оздоровительной работе ДОУ по мероприятиям годового плана, оформление папок, ширм, письменных консультаций, информационных стендов.

в) С детьми: проведение занятий валеологического цикла, занятий с использованием элементов рефлексотерапии, релаксации, оздоравливающих технологий.

9. Изучение передового педагогического, медицинского и психолого-педагогического опыта по оздоровлению детей

Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров. Пропаганда нетрадиционных методов оздоровления в коллективе детей, родителей и сотрудников ДОУ.

Лечебное

Противорецидивная профилактика хронических заболеваний:

1. Посещение в галокамеру.
2. Употребление кислородного коктейля.
3. Массаж: общий, лечебный.
4. ЛФК, дыхательная гимнастика.
5. Физиотерапия: отвары и настои трав,
6. Витаминотерапия: аскорбиновая кислота, ревит.
7. Иммуномодуляторы: элеутерококк, иммунал.
8. Дегильментизация: декарис, пирантел.
9. Йодопрофилактика: йодомарин

Оздоровительные, реабилитационные, санитарно-гигиенические и профилактические мероприятия осуществляются медицинскими работниками, воспитателями, инструктором по физическому воспитанию.

Формы и методы оздоровления детей

№ п/п	Формы и методы	Содержание	Дозировка	Ответственные
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	-шадящий режим -глубкий режим -организации микроклимата и стиля жизни группы на основании кодекса -коррекция биоритмической активности	ежедневно	воспитатели
2.	Физические упражнения	-утренняя гимнастика -физкультурно-оздоровительные занятия -подвижные и динамичные игры -профилактическая гимнастика (дыхательная, артикуляционная, коррекция опорно-двигательного аппарата, профилактика снижения зрения) -спортивные игры	ежедневно ежедневно ежедневно 2р.внед.	воспитатели
3.	Гигиенические водные процедуры	-умывание -мытье рук -местный и общий душ -игры сводой -обеспечение и поддержание чистоты группы и дошкольного учреждения	ежедневно	воспитатели, мед.сестра
4.	Свето-воздушные ванны	-проветривание помещений (в том числе сквозное)	ежедневно	воспитатели

	ы	-прогулки на свежем воздухе -обеспечение температурного режима и чистоты воздуха		
5.	Активный отдых	-развлечения, праздники -игры, забавы -дни здоровья	по плану	воспитатели
6.	Питание	-сбалансированное рациональное питание	ежедневно	мед. сестра
7.	Свето и цветотерапия	-обеспечение светового режима -цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса	ежедневно	воспитатели мед. сестра
8.	Аутоотренинг и психогимнастика	-игры и упражнения на развитие эмоциональной среды	2 р в нед.	педагог-психолог
9.	Закаливание	-хождение босиком по массажным дорожкам -воздушно-контрастные ванны	ежедневно	воспитатели
10.	Стимулирующая терапия	-адаптогены и иммуностимуляторы (по плану оздоровительных мероприятий)	2 р в год	мед. сестра

Ожидаемые результаты

Проводимые мероприятия	Конечная цель реализации программы
1. Профилактика острых респираторных заболеваний, включающих витаминотерапию, массаж, дыхательную гимнастику и др.	1. Повышение резистентности организма у детей
2. Профилактика иммунодефицитного состояния (стимуляция и модуляция)	2. Повышение защитных сил организма (против вирусов гриппа, респираторных инфекций)
3. Профилактика нарушений развития опорно-двигательного аппарата (препараты кальция, фторированное молоко)	3. Укрепление костной системы, правильная минерализация костей и зубов
4. Профилактика глистных инвазий	4. В результате санации кишечника нормализуется обмен веществ и осуществляется профилактика соматических заболеваний.
5. Профилактика йододефицитного состояния (препараты йода, пищевые продукты обогащенные йодом: хлеб «прибрежный», йодированная соль)	5. Снижение у детей заболеваемости щитовидной железой, повышение иммунитета и усвояемости кальция организмом.
6. Наблюдение и оздоровление	6. Снижение частоты обострений

диспансерных детей	заболеваний. Переход с III группы (хронические заболевания) во II и I группы здоровья
Контроль за реализацией программы	1. Заведующий детским садом № 83 Газизова Р.М. Старший воспитатель Ирназарова Л.Р. Старшая мед. сестра Имамова Е.И. 2. Главный специалист отдела охраны труда и здоровья детей Кириллова Н.В.

План лечебно-оздоровительных и профилактических мероприятий

№ п/п	Мероприятия	Сроки выполнения	Возрастные группы	Ответственные
1.	Строгое соблюдение режима дня: -отработка сезонных режимов дня -полноценный дневной сон -прогулки на свежем воздухе в любую погоду	в течение года	1-13 гр	ст.восп. воспитатели, мед.сестры
2.	Профилактика йододефицита: -получение йодомарина 100 мг в дом.усл.	сентябрь-май, ежедневно	1-13 гр	мед.сестры
3.	Профилактика анемии: -витаминизация третьего блюда	в течение года ежедневно	1-13 гр	ст.мед. сестра
4.	Профилактика кариеса: -хлеб прибрежный	в течение года ежедневно	с 2-х лет	
5.	Щадящий адаптационный период для вновь поступающих детей и дача адаптогенов (настойка элеутерококка и аскорбиновая кислота)	один месяц со дня поступления	вновь поступившим	воспитатели мед. сестры
6.	Посещение галокамеры	4 раза в год: октябрь, декабрь, февраль, апрель	1-13 гр	ст.мед. сестра
7.	Дача детям кислородного коктейля	5 раз год сентябрь,	1-13 гр	мед. сестра

		ноябрь, январь, март, май		
8.	Закливающие мероприятия: -воздушные ванны -соответствующая одежда для улицы -ежедневные прогулки -проветривание помещений -босохождение во время выполнения гимнастических упражнений -йодно-солевые дорожки с элементами массажа стопы -воздушное контрастное закаливание -мытьё рук	в течение года ежедневно	1-13 гр 1-3 лет 3-7 лет	ст.восп. воспитатели мед. сестры
9.	Обучение детей плаванию в бассейне	сентябрь-май	сред, стар, подг	инст.по плаван.
10.	Оптимальный двигательный режим: -утренняя гимнастика -двигательный режим групповых помещениях и на прогулке с использованием соответствующего инвентаря и оборудования (лыжи, мячей	в течение года ежедневно	1-13 гр	воспитатели
11.	«9 волшебных точек»-точечный массаж по А.А.Уманской для повышения иммунитета в период подъема сезонных вирусных заболеваний	в период подъема вирусных заболеваний	дошкольные группы	воспитатели мед. сестры
12.	Физкультминутки во время занятий	в течение года	1-13 гр	воспитатели
13.	Фитотерапия: -фиточай витаминный (шиповник) по 50 мл №10 ежемесячно -ароматизация помещений (чесночные тарелочки) -чесочно-луковые закуски	ноябрь-май по 10 дней в месяц в период подъема вирусных заболеваний	1-13 гр	мед. сестры
14.	Оздоровление зева: -полоскание зева настоями трав (шалфей,календула,эвкалипт,ромашки) -часто болеющим детям и детям с ЛОР патологией –смазывание зева с раствором люголя, спрей люголя,ингалиптом	сентябрь-май ежедневно сентябрь-май курсами по 10 дней	3-12 гр	мед. сестры
15.	Сезонная профилактика гриппа и острых респираторных заболеваний:	в период подъема		мед. сестры

	-смазывание слизистых оболочек носа оксалиновой мазью 2 раза в день -арбидол -интерферон в нос по 5 капель 2 раза в день	вирусных заболеваний в период подъема вирусных заболеваний профилактический курс	1-13 гр ЧБД, 1,2,13 гр	
16.	Медикаментозная терапия: -настойка элеутерококка 1 капля на год жизни -поливитамины	осень-весна курсами	ЧБД, 1,13,2 гр всем	мед. сестры

Врач-педиатр ДОУ № №83: Утюганова Р.А.
 Ст.воспитатель: *Ирнар* Ирнарзорова Л.Р.
 Ст.мед.сестра *Имамова* :Имамова Е.И.