Утверждена на заседании
педагогического совета
№1 от «31» 08. 2020г.

Зав.МБДОУ-д/с №5
_____ Е.И.Игнатенко

Программа «Здоровье»

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения – детский сад комбинированного вида №5 станицы Старовеличковской

Задачи программы:

- формирование базы данных о состоянии здоровья, индивидуальных психофизиологических особенностях и резервных возможностях организма воспитанников;

- разработка и реализация индивидуальных и коллективных программ оздоровления детей в образовательном учреждении исходя из особенностей их психофизического развития, региональных возможностей;

- разработка организационно-педагогических рекомендаций по оптимизации образовательного процесса на валеологической основе;

- организация валеологической оценки образовательного процесса, условий обучения и воспитания;

- разработка образовательных программ, направленных на сохранение здоровья воспитанников, на обучение их здоровому образу жизни.

Основные направления программы:

1. Валеологическое образование детей
   В соответствии с программой «Развитие» в разделе «Развитие представлений об окружающем мире и о себе» представлены следующие темы занятий:

Младшая группа:

- развитие представлений о своем внешнем облике, знакомство со схематическим изображением тела, освоение проживания;
- знакомство со схематическим изображением лица;
- развитие умения понимать эмоции других людей, ориентируясь на мимику и пантомимику;
- развитие способности к сопереживанию, умению проявлять сочувствие, жалость, другие формы положительного отношения к людям через переживания;
- развитие способности к пониманию символических обозначений различных эмоциональных состояний;
- развитие представлений о группе, принадлежности к ней, освоение правил поведения в детском саду, доброжелательного отношения к другим детям;
- развитие положительного отношения к себе и к своему имени;
- развитие представлений детей о принадлежности к женскому или мужскому полу, особенностях поведения мальчиков и девочек.

Средняя группа:

- развитие представлений о своем теле:

а) опорно-двигательная система, знакомство с условным изображением строения человеческого тела;

б) кожа и кровеносная система;

в) дыхательная и пищеварительная система;

г) нервная система и органы чувств;

- развитие представления о себе и о своей семье.

Старшая и подготовительная группы:

- закрепление пройденных тем в младшей и средней группах, как часть других занятий и в свободной деятельности.

Все группы:

- на занятиях по физической культуре и ритмике беседы и пояснения о пользе и влиянии на организм физических упражнений.

2. Комплексная диагностика

2.1. Исследование состояния здоровья детей специалистами, нарушени опорно-двигательного аппарата, выявление других функциональны нарушений:

- осмотр детей специалистами детской поликлиники;
- регулярный осмотр детей медперсоналом ДОУ. Определение групп здоровья;
- диагностика речевого и внеречевго дыхания логопедом ДОУ;
- выявление нарушений двигательной активности, координации движени и т.д. в беседах с родителями и педагогами.

2.2. Отслеживание успешности обучения воспитанников в период и пребывания в ДОУ по специальной программе с целью динамическог наблюдения за их развитием: диагностирование общей физподготовленност детей в начале и конце учббного года по нормативам.

2.3. Определение соответствия образовательной среды (матеоиальнс техническое обеспечение образовательного процесса, характеристик педагогического коллектива, организация образовательного процесс возрастным, индивидуальным, половым особенностям воспитанников состоянию их здоровья и своевременное выявление факторов риска для и здоровья и развития:

- создание условий (своевременное оборудование физкультурного зал приобретение атрибутов и пособий, наличие физуголков в группах);
- изучение новейшей литературы и написание перспективных планов использова́нием оздоравливающих технологий;
- подготовка сотрудников ДОУ к выполнению поставленных зада анкетирование;
- составление карт инди́видуальных нагрузок для каждого ребенка учетом всех данных по результатам диагностирования здоровья и обще физподготовленности.

3. Физкультурно-оздоровительная работа

3.1. Занятия по физкультуре всех типов:

- традиционные;
- тренировочные;
- занятия-соревнования;
- занятия-зачеты;
- самостоятельные;
- интегрированные с другими видами деятельности;
- праздники и развлечения.

3.2. Занятия ритмикой и хореографией по перспективному плану.

3.3. Комплекс психогигиенических мероприятий:

- элементы аутотренинга и релаксации;
- элементы музыкотерапии;
- элементы сказкотерапии, смехотерапии;
- фитодизайн;

- обеспечение благоприятного психологического климата в ДОУ.

3.4. Система эффективных закаливающих процедур:

- воздушное закаливание;
- водное закаливание;
- хождение по «дорожкам здоровья» (закаливание, элементы рефлексотерапии, профилактика плоскостопия);
- хождение босиком;
- полоскание горла и рта;
- максимальное пребывание детей на свежем воздухе.

3.5. Активизация двигательного режима воспитанников:

- обеспечение двигательного режима детей атрибутами и пособиями;
- создание необходимой развивающей среды;
- проведение подвижных игр, пеших переходов во время прогулок;
- строгое соблюдение двигательного режима и режима дня;
- проведение утренней гимнастики, физкультминуток, игр с движениями в свободной деятельности;
- хождение босиком на занятиях физкультурой, ритмикой, хореографией.

3.6. Использование оздоравливающих технологий на занятиях:

- точечный массаж;
- пальчиковая и артикуляционная гимнастика, рекомендованная для использования в ДОУ;
- дыхательная и звуковая гимнастика;
- подвижные игры;
- психогимнастика;
- специальные и коррекционные упражнения, рекомендованные для использования в ДОУ;
- хождение по «дорожке здоровья», использование массажеров.

3.7. Профилактическая работа:

- постоянный контроль осанки;
- контроль дыхания на занятиях с повышенной двигательной нагрузкой;
- подбор мебели в соответствии с ростом детей;
- профилактический прием дибазола, элеутерококка, оксолиновой маз для носа;
- витаминотерапия;
- кварцевание;
- сбалансированное питание;
- вакцинация против гриппа;
- закаливание;
- употребление свежего лука и чеснока;
- употребление соков и фруктов 9второй завтрак).

4. Реабилитация и коррекционная работа

4.1. Реабилитация детей, перенесших простудные заболевания дыхательны путей.

4.2. Коррекционная работа с детьми, имеющими склонность к формирован нарушения осанки.

4.3. Коррекционная работа с детьми, имеющими плоскостопие и склонность плоскостопию, со слабо сформированной стопой.

4.4. Индивидуальная работа с детьми, отстающими в основных видах движения.

4.5. Коррекция психоэмоциональной сферы.

Конкретные мероприятия:

- ингаляции;
- УВЧ;
- фитотерапия;
- дыхательные упражнения в группе и на занятиях физкультурой, ритмикой, хореографией;
- щадящий режим нагрузок;
- ЛФК;
- массаж;
- упражнения и игры профилактического и коррекционного характера, рекомендованные для ДОУ;
- индивидуальная работа в группе и на прогулке, проводимая воспитателями групп.

5. Консультативно-информационная работа

5.1. С педагогами и персоналом:

- оказание консультативной помощи всем участникам образовательного процесса, родителям воспитанников по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников;
- открытые просмотры и показы с использованием оздоравливающих технологий.

5.2. С родителями:

- активное участие родителей в физкультурно-оздоровительной работе ДОУ по мероприятиям годового плана;
- оформление папок, ширм, письменных консультаций, информационных стендов.

5.3. С детьми: проведение занятий валеологического цикла, занятий с использованием элементов рефлексотерапии, релаксации, аутотренинга, оздоравливающих технологий и т.п.

Оздоровительные, реабилитационные, санитарно-гигиенические и профилактические мероприятия осуществляются медицинским работником, воспитателями и другим педперсоналом, имеющим соответсвующую подготовку. Научно-методическое обеспечение программы –обязанность методического кабинета и заведующей ДОУ. Контроль за выполнением программы, обеспечение взаимодействия с учреждениями и организациями здравоохранения, социального развития, физической культуры, представителями общественности по вопросам сохранения и укрепления здоровья воспитанников проводит руководитель в порядке, установленном уставом учреждения.

СЕНТЯБРЬ

Блок	Мероприятия	Группы
Диагностический	с детьми 1.1 Осмотр детей специалистами (стоматологом, лором, хирургом, невропатологом, педиатром и т.д.). 1.2. Антропометрические измерения. 1.3. Диагностика физического развития детей и распределений их по группам здоровья (1,2,3). 1.4. Лабораторные исследования (общий анализ крови, мочи, кал на я/глист). с родителями 2.1. Анкетный тест вновь поступивших детей.	Все Все Все Все Ясли сад
Профилактический	с детьми 1.1. Профпрививки. 1.2. Оздоровительный бег, хождение босиком. 1.3. Контроль за соблюдением мероприятий по снижению степени тяжести адаптационного периода вновь поступающих детей после пропусков по болезни, отпусков. родители, администрация 2.1. Привлечение родителей к сбору трав, ягод, фитоцинтов, закупка витамина С.	Все Все Все Все
Медикореабилитационный	с детьми 1.1. Массаж грудной клетки (после сна). 1.2. Кварц	Кроме ясли Все
ОКТЯБРЬ		
Диагностический	с детьми 1.1. Вести наблюдение за диспансерными детьми. 1.2. Осмотр детей декретированных возрастов	
Профилактический	с воспитателями 1.1. Контроль за соблюдением мероприятий по снижению степени адаптационного периода вновь поступивших детей, после длительной болезни, отпусков. 1.2. Контроль за соблюдением режима ДОУ. 1.3. Профпрививки. Вакцинация против гриппа.	Все Все Все
Консультативный	с родителями 1.1. Консультация: предупреждение простудных заболеваний у детей. 1.2. Как облегчит адаптационный период? с воспитателями 2.1. Методика закаливания детей в каждой возрастной группе в осенне-зимний период. уголок здоровья: «Кариеса можно избежать»	
Медикореабилитационный	с детьми 1.1. Массаж грудной клетки. 1.2. ЛФК (с нарушением осанки, плоскостопия, дыхательная гимнастика).	По назначению
НОЯБРЬ		
Диагностический	с детьми 1.1. Осмотр детей декретированных возрастов.	

Профилактический	с детьми 1.1. Поливитамины 1-2 драже в день в течении 2-х недель. 1.2. Употребление фитоцинтов (лук, чеснок). 1.3. Массаж грудной клетки, точечный, гимнастика, витаминный чай. 1.4. Профпрививки (по плану). 1.5. Соблюдение санитарно-гигиенического режима в ДОУ (контроль). 1.6. Полоскание горла травами.	Все Все Кроме яслей Все
Консультативный	с родителями 1.1. Обучение ребенка по уходу за своим телом, навыкам оказания помощи. 1.2. Использование нетрадиционных методов в домашних условиях для укрепления здоровья детей. с воспитателями 2.1. участие в педсовете. 2.2. Щадящий режим дня ЧБД и присмотр за ними.	
Медикореабилитационный	с детьми 1.1. ЛФК с нарушением осанки, плоскостопия, дыхательная гимнастика.	
ДЕКАБРЬ		
Диагностический	с детьми 1.1. Осмотр детей декретированных возрастов. 1.2. Профпрививки.	Все Все
Профилактический	с детьми 1.1. Употребление фитоцинтов. 1.2. Оксолиновая мазь (закладывание в нос). 1.3. Полоскание горла лечебными травами. 1.4. Соблюдение санитарно-гигиенического режима в ДОУ (контроль).	Сад Все Сад Все
Консультативный	с родителями 1.1. Применение лекарственных трав в домашних условиях для профилактики простудных заболеваний. с воспитателями 2.1. Внимание «Грипп». Мероприятия по предупреждению (вакцинация). 2.2. Уголок «Здоровья»: «Как уберечь детей от простуды»	
Медикореабилитационный	с детьми 1.1. Массаж грудной клетки, стопы. 1.2. Ингаляция. 1.3. ЛФК с нарушением осанки, плоскостопие, дыхательная гимнастика.	По назначению
ЯНВАРЬ		
Диагностический	с детьми 1.1. Осмотр детей декретированных возрастов	
Профилактический	с детьми 1.1. Оксолиновая мазь (закладывание в нос). 1.2. Отвары трав для полоскания и витаминный чай. 1.3. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенического режима в ДОУ. 1.4. Профпрививки. 1.5. Антропометрия.	Все Все Все Все По плану

Факультативный	с родителями 1.1. Закаливание ребенка дома. 1.2. Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для здоровья. 1.3. Профилактика нарушения осанки, плоскостопия. с воспитателями 2.1. Значение прогулок для детей. 2.2. Воздушный режим. 2.3. Уголок «Здоровья»: «Профилактика гриппа».	
Медикореабилитационный	с детьми 1.1. Ингаляция. 1.2. ЛФК с нарушением осанки, плоскостопие, дыхательная гимнастика.	
ФЕВРАЛЬ		
Диагностический		
Профилактический	с детьми 1.1. Отвар трав для полоскания, витаминный чай. 1.2. Профпрививки. 1.3. Контроль за соблюдением режима.	Все группы Сад Дошкольн.
Консультативный	с родителями 1.1. Питание ребенка в детском саду. с воспитателями 2.1. Достижение максимальной нагрузки на занятиях физкультуры (составление комплексов)	
Медикореабилитационный	с детьми 1.1. Массаж грудной клетки ЧБД. 1.2. ЛФК с нарушением осанки, плоскостопие, дыхательная гимнастика. 1.3. Ароматерапия.	По назначению
МАРТ		
Диагностический	с детьми 1.1. Составление кривых заболеваемости (результаты). 1.2. Подведение итогов профилактических мероприятий по снижению заболеваемости в зимний период. 1.3. Антропометрия.	
Профилактический	с детьми 1.1. Полоскание носоглотки (травами). 1.2. Поливитамины 1-2 драже в день в течении 2-х недель. 1.3. Профпрививки. 1.4. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенического режима в ДОУ.	Сад Все Все Все
Консультативный	с родителями 1.1. Ознакомление родителей с результатами оздоровления детей. 1.2. Вредные привычки родителей: курение, употребление алкоголя и их влияние на детей. с воспитателями 2.1. Отравление ядовитыми растениями (оказание первой помощи). 2.2. Уголок «Здоровья»:«Оздоровительные закаливающие прогулки». 2.3. Проведение санминимуиа.	

Медикореабилитационный	с детьми 1.1. Массаж грудной клетки, точечный массаж. 1.2. Ингаляция.	По назначению
АПРЕЛЬ		
Диагностический		
Профилактический	1.1. Профпрививки 1.2. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенического режима в ДОУ. 1.3. Контроль за соблюдением режима.	Покаленд. Все Все
Консультативный	с родителями 1.1. Организация зрительного режима в вечернее время и в выходные дни у детей. с воспитателями 2.1. Профилактика гельминтов. 2.2. С техперсоналом: «Проведение санминимума». 2.3. Уголок «Здоровья»: «Роль витаминов в детском питании»	
Медикореабилитационный	с детьми 1.1. Ингаляция.	
МАЙ		
Диагностический	1.1. Подготовка детей дошкольников к медосмотрам. Встречи с родителями дошкольников. 1.2. Участие в педсовете: «Подготовка к летне-оздоровительной работе ДОУ».	
Профилактический	1.1. Гимнастика на воздухе. 1.2. Введение в рацион весенних салатов. 1.3. Профпрививки. 1.4. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенического режима в ДОУ. 1.5. Контроль за санитарным режимом.	Сад Все Покаленд. Все Все
Консультативный	с родителями 1.1. Подготовка родителей к летнему периоду. 1.2. Оздоравливайте детей летом. 1.3. Оказание первой помощи при солнечных ожогах, тепловом ударе и др. несчастных случаях. Как уберечь ребенка от травм. с воспитателями 2.1. «Назначение санэпидрежима детей».	
Медикореабилитационный	с детьми 1.1. Проведение дыхательной гимнастики.	По назначению