

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад г. Приморска»

---

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом  
МБДОУ «Детский сад г. Приморска»  
от 11.01.2016 г. № 46/ОД.



## ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

*Составлено  
по решению / Команда В В /  
Труль. Г. П.*

2016 г.

## Содержание программы:

1	Цель программы.	стр. 3
2	Основные принципы программы.	стр. 3
3	Основные направления программы.	стр. 4
4	Обеспечение реализации основных направлений программы.	стр. 5
5	Формы и методы оздоровления детей.	стр.6
6	План лечебно-оздоровительных мероприятий	стр.7
7	Скрининг-программа обследования детей.	стр.9
8	Модель стратегии и тактики работы воспитателя с родителями.	стр.10
9	Структура внедрения здоровьесберегающих методик, технологий в МБДОУ.	стр.11
10	Ожидаемые результаты	стр.12

## 1. Цель программы.

Оздоровительная программа направлена на укрепление здоровья воспитанников, формирование у родителей (законных представителей), педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

### Законодательно-нормативное обеспечение программы.

1. Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273;
2. «САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К УСТРОЙСТВУ, СОДЕРЖАНИЮ И ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМА РАБОТЫ ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ» 2.4.1.3049-13;
3. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования от 31.08.2015 г. № 168/ОД;
4. Устав МБДОУ.

## 2. Основные принципы программы.

1. **Принцип научности** – подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
2. **Принцип активности и сознательности** – участие всего коллектива педагогов и родителей (законных представителей) в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
3. **Принцип комплексности и интегрированности** – решение оздоровительных задач в системе всего образовательного процесса и всех видов деятельности.
4. **Принцип адресованности и приемственности** – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.
5. **Принцип результативности и гарантированности** – реализация прав воспитанников на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

### **3. Основные направления программы.**

#### ***Профилактическое***

1. Обеспечение благоприятного течения адаптации;
2. Выполнение санитарно-гигиенического режима;
3. Проведение обследований по скрининг-программе и выявление патологий;
4. Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
5. Предупреждение острых заболеваний и невротических состояний методами неспецифической профилактики;
6. Проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

#### ***Организационное***

1. Организация здоровьесберегающей среды в МБДОУ;
2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики;
3. Составление индивидуальных планов оздоровления;
4. Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
5. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;
6. Пропаганда здорового образа жизни и методов оздоровления среди всех участников образовательных отношений.

#### ***Лечебное***

1. Противорецидивное лечение хронических заболеваний;
2. Коррекция отдельных отклонений в физическом развитии;
3. Дегельминтизация;
4. Вакцинация;

## 5. Оказание скорой помощи при неотложных состояниях

### 4. Обеспечение реализации основных направлений программы.

<b>4.1 Техническое и кадровое обеспечение</b>		
1	Приобретение необходимого оборудования: – медицинского; – технологического; – спортивного; – мебели.	заведующий, заведующий хозяйством.
2	Оборудование помещений: – уголка ОБЖ; – игровых помещений; – логопедического кабинета; – медицинского кабинета.	заведующий, заведующий хозяйством, заместитель заведующего по ВМР, воспитатели
3	Пополнение среды нестандартными пособиями.	заместитель заведующего по ВМР, воспитатели.
4	Обеспечение условий для предупреждения травматизма в МБДОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования в МБДОУ).	заведующий, заведующий хозяйством.
<b>4.2 Организационно-методическое и психолого-педагогическое обеспечение</b>		
1	Разработка оздоровительной программы	заведующий, заместитель заведующего по ВМР, воспитатели
2	Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления:	заместитель заведующего по ВМР, инструктор по физкультуре.
3	Определение структуры, выработка критериев, уровней и методик диагностики валеологической культуры, нервно-психического и физического развития детей по возрастам.	заместитель заведующего по ВМР, инструктор по физкультуре, воспитатели.
4	Проведение упорядочения учебной нагрузки и активного отдыха детей (гибкий график непосредственно образовательной деятельности, введение дней радости, каникул и т.д.).	заведующий, заместитель заведующего по ВМР.
5	Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей.	заместитель заведующего по ВМР.

6	Продолжение работы по совершенствованию предметно - пространственной развивающей среды в МБДОУ.	заместитель заведующего по ВМР, воспитатели.
7	Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (выпуск газеты, проведение цикла лекций, оказание консультативного пункта, «телефон доверия»).	заместитель заведующего по ВМР, воспитатели
8	Налаживание тесного контакта с ЦДиК.	заместитель заведующего по ВМР.
9	Участие в научно-практических конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей.	заведующий, заместитель заведующей по ВМР.

### **5. Формы и методы оздоровления воспитанников.**

<i>№</i>	<i>Формы и методы</i>	<i>Содержание</i>	<i>Контингент детей</i>
1	Обеспечение здорового ритма жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ щадящий режим (адаптационный период);</li> <li>▪ гибкий режим;</li> <li>▪ организация микроклимата и стиля жизни группы.</li> </ul>	Все группы.
2	Физические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ утренняя гимнастика;</li> <li>▪ физкультурно-оздоровительные занятия;</li> <li>▪ подвижные и динамичные игры;</li> <li>▪ профилактическая гимнастика (дыхательная, улучшение осанки, плоскостопия, зрения).</li> </ul>	Все группы
3	Гигиенические и водные процедуры	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ умывание;</li> <li>▪ мытьё рук;</li> <li>▪ игры с водой;</li> <li>▪ обеспечение чистоты среды.</li> </ul>	Все группы
4	Свето-воздушные ванны	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ проветривание помещений;</li> <li>▪ сон при открытых фрамугах;</li> <li>▪ прогулки на свежем воздухе;</li> <li>▪ обеспечение температурного режима и чистоты воздуха.</li> </ul>	Все группы
5	Активный отдых	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ развлечения и праздники;</li> <li>▪ игры-забавы;</li> <li>▪ дни здоровья;</li> <li>▪ каникулы.</li> </ul>	Все группы
6	Диетотерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ рациональное питание;</li> <li>▪ индивидуальное меню (аллергия, хронические заболевания).</li> </ul>	Все группы
7	Свето- и цветотерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ обеспечение светового режима;</li> <li>▪ цветное и световое сопровождение среды и учебного процесса.</li> </ul>	Все группы
8	Музтерапия	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ музсопровождение режимных</li> </ul>	Все

		<ul style="list-style-type: none"> <li>моментов;</li> <li>▪ музоформление фона занятий;</li> <li>▪ музтеатральная деятельность;</li> <li>▪ Хоровое пение.</li> </ul>	группы
9	Спецзакаливание	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ босоножье;</li> <li>▪ игровой массаж;</li> <li>▪ обширное умывание;</li> <li>▪ дыхательная гимнастика.</li> </ul>	Все группы
10	Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ периодическая печать;</li> <li>▪ курс лекций и бесед;</li> <li>▪ спецзанятия (ОБЖ, экологические).</li> </ul>	Все группы

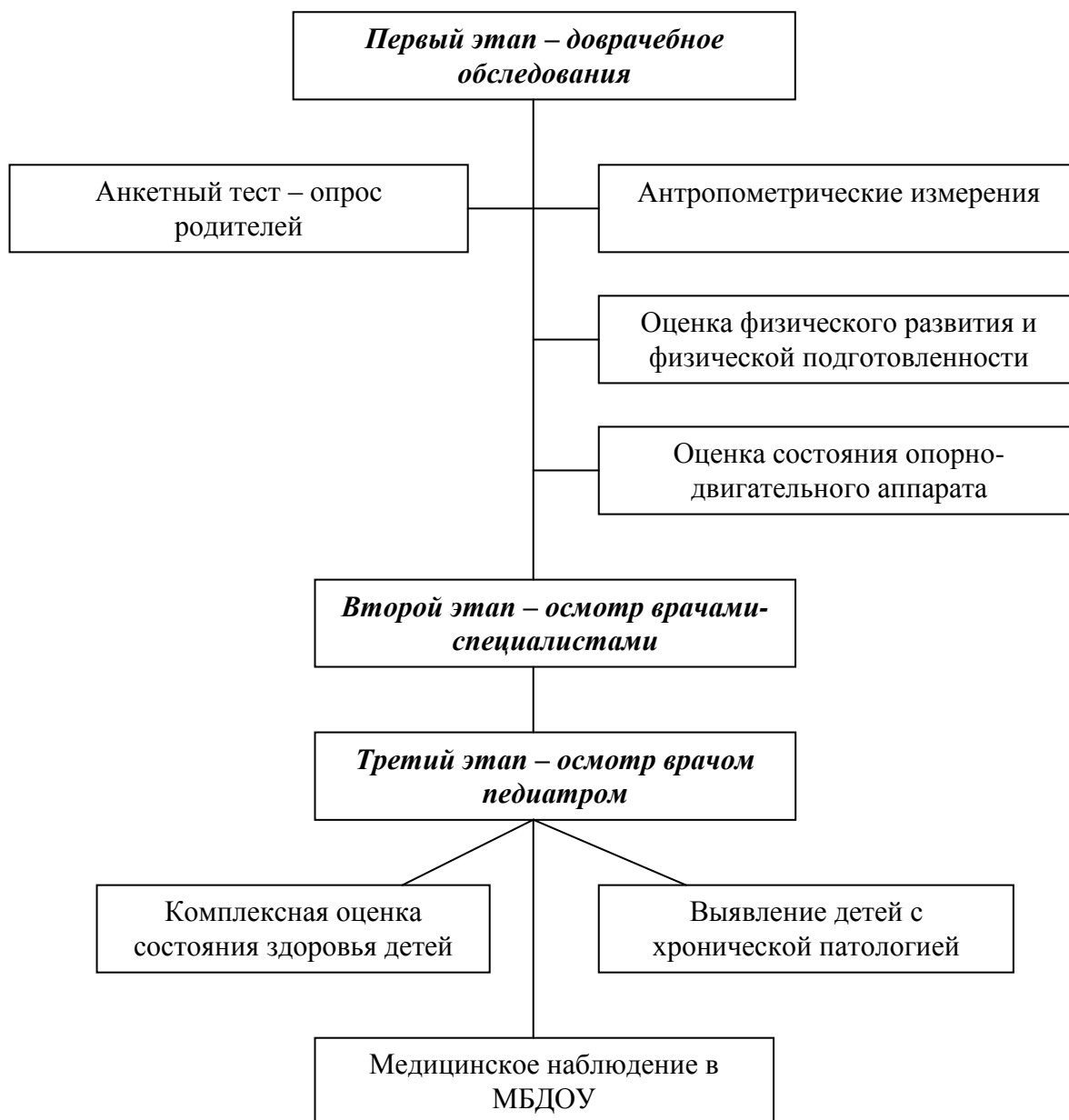
## 6. План лечебно-оздоровительных мероприятий.

<i>№</i>	<i>Мероприятия</i>	<i>Проведение</i>	<i>Ответствен</i>
1	Определение групп здоровья детей.	1 раз в год	Мед. сестра Участковый педиатр Инструктор по физкультуре
2	<b>Питание.</b> 1. Обогащение фруктами, овощами, зеленью. 2. Витаминизация первых и третьих блюд. 3. Обеспечение экологической безопасности пищевых продуктов используемых для приготовления детского питания.	Постоянно	Мед. сестра Кладовщик Повара
3	<b>Закаливание.</b> 1. Воздушное 2. Босохождение во время проведения физкультурных занятий. 3. Контрастное обливание стоп ног. 4. Солнечные ванны. 5. Фитотерапия - профилактика ОРЗ - гриппа	Ежедневно	Мед. сестра Участковый педиатр Инструктор по физкультуре Воспитатели
4	<b>Физкультурные занятия.</b> 1. Традиционные занятия с использованием релаксации. 2. Нетрадиционные занятия. 3. Использование нестандартного оборудования. 4. Занятия построенные на дыхательных упражнениях, играх. 5. Ритмика 6. Спортивные развлечения и праздники	3 раза в неделю      1 раз в месяц	Инструктор по физкультуре Воспитатели
5	<b>Гимнастика.</b> 1. Утренняя гимнастика в зале (холодный период). 2. Утренняя гимнастика на улице (тёплый период). 3. Разминка в постели.	Ежедневно	Воспитатели
6	<b>Самостоятельная двигательная деятельность.</b> (во всех группах соответственно возрасту детей)	Ежедневно	Мед. сестра Воспитатели
7	<b>Стоматологическая профилактика.</b> Осмотр стоматологом Приморского ТМО детей	1 раз в год.	Ст. м/с

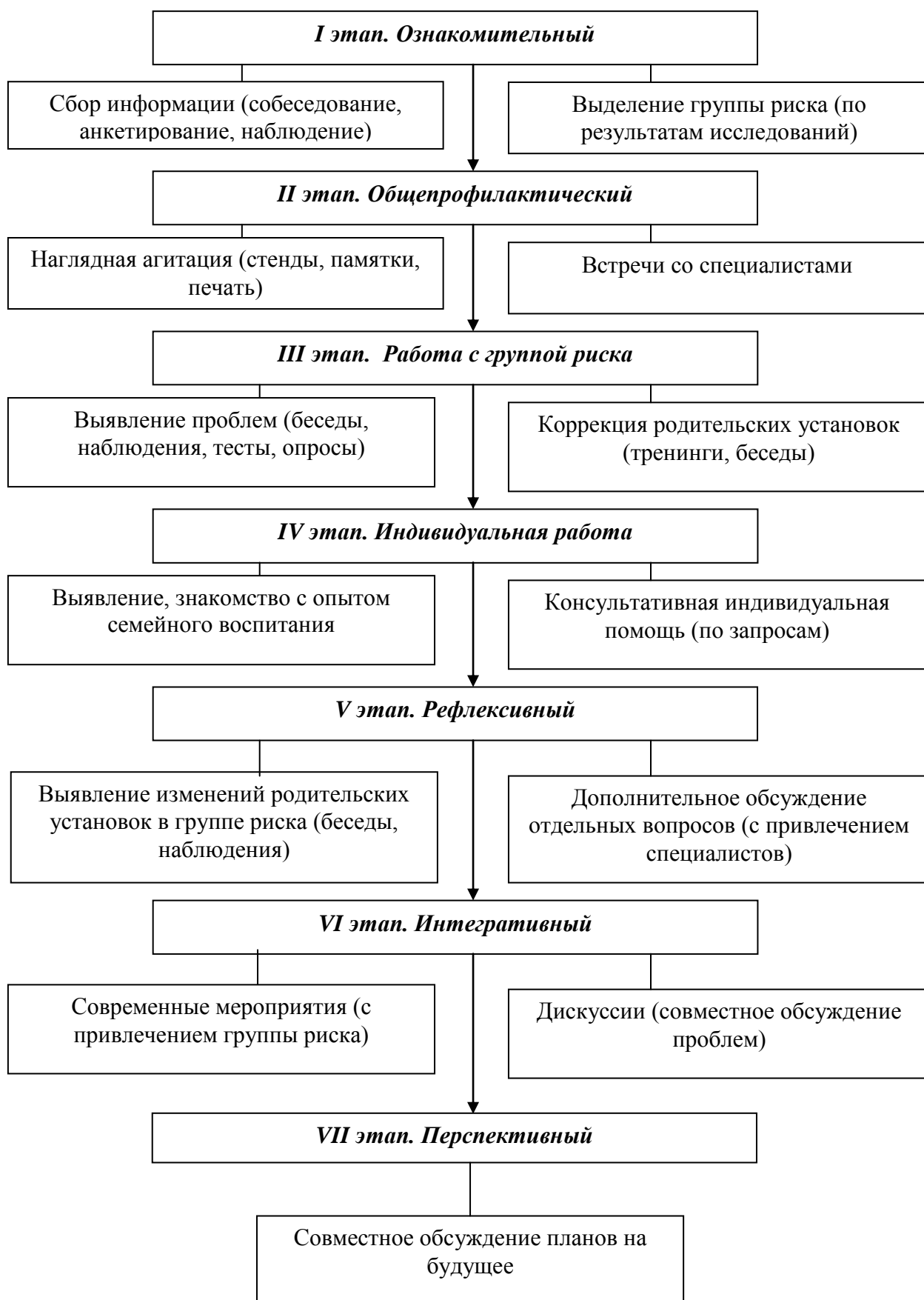
	подготовительной к школе группы.		Воспитатели
8	<p><b>Повышение неспецифической резистентности организма</b></p> <p>1.С – витаминизация 3=третьих блюд.</p> <p>2.Профилактика ЛОР заболеваний (чесночная фитотерапия)</p> <p>3.Физио- и рефлексотерапия.</p> <p>-массажные дорожки</p> <p>оздоровительный массаж</p> <p>4.Нормализация функций центральной нервной системы.</p> <p>-соблюдение режима дня</p> <p>-щадящий режим дня</p> <p>-музыкотерапия</p> <p>-занятия с логопедом</p> <p>5.Соблюдение санитарно - гигиенических требований</p> <p>-температура</p> <p>-освещённость</p> <p>-проветривание</p> <p>-кварцевание помещений групп</p>	<p>Постоянно</p> <p>Ноябрь - апрель</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p> <p>Постоянно</p>	<p>Мед. сестра</p> <p>Воспитатели</p> <p>Учитель - логопед</p> <p>Музыкальн. руководитель</p>
9	<p><b>Вакцинопрофилактика</b></p> <p>Детская консультация.</p>	По графику	Участковый педиатр
10	<p><b>Нормализация психологического климата.</b></p> <p>-поддерживание общего психологического климата в коллективе МБДОУ</p>	Постоянно	Заведующий Воспитатели
11	<p><b>Консультирование участников образовательных отношений</b></p>	Постоянно	Заведующий Инструктор по физкультуре Воспитатели



## 7. Скрининг-программа обследования детей.



## 8. Модель стратегии и тактики работы воспитателя с родителями.



## 9. Структура внедрения здоровьесберегающих методик, технологий в МБДОУ.



## Ожидаемые результаты

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияния образа жизни на состояние здоровья.
2. Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни.
3. Овладение навыками самооздоровления.
4. Снижение уровня заболеваемости.

Принято  
на Педагогическом часе  
МБДОУ «Детский сад г. Приморска»  
протокол от 28.09.2015 г. № 04

Согласовано  
на совете родителей (законных  
представителей) несовершеннолетних  
обучающихся МБДОУ «Детский сад г.  
Приморска»  
протокол от 11.01.2016 г. № 01

Октябрь 2016 г.

Проинформировано, пронумеровано  
и скреплено печатью

*И*

*Иванов* листов

*Иванов*  
И.М. Туголукова

заведующий МБДОУ  
2016 г.

