

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
АДМИНИСТРАЦИЯ МЕДВЕНСКОГО РАЙОНА КУРСКОЙ ОБЛАСТИ
УПРАВЛЕНИЕ ПО ВОПРОСАМ ОБРАЗОВАНИЯ,
ОПЕКИ И ПОПЕЧИТЕЛЬСТВА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД №2 «СКАЗКА»

УТВЕРЖДЕНО
приказом и.о. заведующего
муниципального дошкольного
казенного образовательного
учреждения «Детский сад №2 «Сказка»
/Е.Б. Маслова
№ 98 от 2 октября 2023 года



Программа здоровьесбережения
«Здоровячок»
на 2023-2028 гг.

п. Медвенка

Пояснительная записка

На сегодняшний день сохранение здоровья подрастающего поколения-задача государственной важности, так как современные дошкольники составляют основной трудовой потенциал страны. Идея здоровьесбережения учащихся в образовании является основной задачей национального проекта

Основной целью новых стандартов ФГОС и ФОП ДО является личность самого ребенка и происходящие с ним в процессе обучения изменения. Формирование здорового образа жизни должно проходить непрерывно и целенаправленно. ФГОС и ФОП впервые определяет такую составляющую, как здоровье дошкольников, в качестве одного из важнейших результатов образования, сохранение и укрепление здоровья – в качестве одного из направлений деятельности детского сада. С внедрением ФГОС и ФОП приоритетным направлением деятельности педагога становится формирование культуры здорового и безопасного образа жизни детей, как во время занятий, так и в свободной деятельности. Новый Стандарт определяет требования к тому, как дошкольное учреждение выстраивает свою образовательную деятельность и создаёт материально-технические, информационные условия его реализации, предъявляет требования к созданию высокого уровня предметно-развивающей среды.

Самочувствие и здоровье ребенка зависит от совокупности социальных, экономических, природных и генетических факторов. В детстве закладывается фундамент физического и психического здоровья, поэтому детский сад должен выбрать оптимальные пути совершенствования оздоровительной работы и правильно организовать физическое воспитание детей.

Многолетние исследования физиологов и гигиенистов доказали, что влияние детского сада, условий воспитания значимы потому, что они действуют непрерывно, длительно, систематично и комплексно. Годы обучения для каждого ребенка – период интенсивного развития, формирования организма, период, когда любые неблагоприятные воздействия оказывают наибольшее влияние.

Исходя из данных медицинских осмотров, обучающихся нашего дошкольного учреждения за последние годы наблюдается рост количества детей с заболеваниями костномышечной системы (скалиоз), органов зрения и нервной системы. Причины, повлекшие такие показатели, является наследственность, экологический фон, условия жизни ребенка.

Анализ состояния здоровья обучающихся и возможных причин, влияющих на его уровень, показал необходимость создания Программы, которая определяет основные направления деятельности.

Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья обучающихся. Их комплекс получил название «здоровьесберегающие технологии». Главное назначение таких новых технологий – объединить педагогов, психологов, медиков, родителей и самих детей на сохранение, укрепление и развитие здоровья.

Здоровьесберегающие технологии – это целостная система воспитательных оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и медика.

Здоровьесберегающие технологии предполагают совокупность педагогических, психологических и медицинских взаимодействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья обучающихся, формирование осознанного отношения к своему здоровью.

Цель: обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Задачи:

-Вести разъяснительную и просветительскую работу с обучающимися и родителями (законными представителями);

-Формирование системы выявления уровня здоровья обучающегося и его целенаправленного отслеживания в течение периода нахождения в детском саду;

-Формировать у дошкольников через цикл занятий и самостоятельной деятельности систему знаний о здоровьесбережении, мотивации на сохранение здоровья;

-Осваивать педагогам новые методы деятельности в процессе обучения дошкольников, использовать технологии занятия, сберегающие здоровье обучающихся.

Программа составлена в соответствии с:

-Конституцией РФ.

-Конвенции о правах ребенка.

-Закона «Об образовании в РФ»

-ФГОС и ФООП ДО.

-СанПин.

Функции различных категорий работников школы.

Функции медицинской службы школы:

-Проведение диспансеризации сотрудников дошкольного учреждения;

-Медосмотр обучающихся детского сада, определение уровня физического здоровья;

-Выявление дошкольников специальной медицинской группы.

Функции администрации:

-общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;

-общее руководство и контроль за организацией сбалансированного питания детей в детском саду;

-организация и контроль занятий физкультуры;

-организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;

-организация работы психологической службы в ДООУ.

Функции воспитателя:

-санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в группе;

-организация и проведение в детском коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;

-организация и проведение профилактической работы с родителями;

-организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками;

-организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья обучающихся;

Участники программы:

-обучающиеся детского сада;

-педагогический коллектив;

-родители;

-социальные партнеры (Центральная районная больница).

Основные направления деятельности программы

Медицинское направление предполагает:

-гигиеническое нормирование учебной нагрузки с учетом расписания, режима дня в ДОУ;

-планомерная организация питания обучающихся;

-составление расписания образовательной деятельности на основе санитарно-гигиенических требований;

-проведение физкультурминуток;

-создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья: четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния детского сада;

-реабилитационную работу: обязательное медицинское обследование;

-соблюдение питьевого режима.

Просветительское направление предполагает:

-пропаганда здорового образа жизни (познавательные игры, конкурсы рисунков, стихотворений, различные акции);

-пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через занятия физической культуры, ознакомления с окружающим миром.

Психолого-педагогическое направление предполагает:

-использование здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности;

-формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;

-предупреждение проблем развития ребенка;

-обеспечение адаптации на разных этапах обучения;

-развитие познавательной мотивации;

-организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся.

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

-организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;

-широкое привлечение обучающихся и родителей (законных представителей) к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Диагностическое направление предполагает:

-проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;

-режим дня, бытовые условия.

**План по реализации программы
«Путь к здоровью»
на 2023-2028 гг.**

№ п/п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1	Обеспечение здорового ритма жизни - щадящий режим / в адаптационный период/ - гибкий режим дня - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей - организация благоприятного микроклимата	первая группа раннего возраста все группы все группы	ежедневно в адаптационный период ежедневно ежедневно	воспитатели все педагоги, медсестра
2	Двигательная активность	все группы	ежедневно	воспитатели
2.1	Утренняя гимнастика	все группы	ежедневно	воспитатели
2.2	Основная образовательная деятельность по физическому развитию - в группе; - на улице Воздушное закаливание: - ходьба босиком по ребристой дорожке; - дыхательная, бодрящая, корректирующая гимнастика после сна и во время двигательных пауз Организация двигательной деятельности на прогулках Ежемесячно проводить анализ работы по заболеваемости, посещаемости, пропусков по болезни Профилактика травматизма. Осмотр оборудования на площадках	все группы	3 раза в неделю ежедневно ежедневно ежедневно	воспитатель воспитатели медицинская сестра медицинская сестра

2.4	Элементы спортивных игр	старшая подготовительная к школе группа	2 раза в неделю	воспитатели
2.6	Активный отдых - физкультурный досуг;	все группы	1 раз в месяц	воспитатель
2.7	Физкультурные праздники (зимой, летом) «Веселые старты» «Зарница»	все группы	1 раз в год	воспитатели; музыкальный руководитель
3	Лечебно – профилактические мероприятия			
3.1	Профилактика гриппа (проветривание после каждого часа, проветривание после ОД)	все группы	в неблагоприятный период (осень, весна)	воспитатели; медсестра
3.2	Фитонезидотерапия (лук, чеснок)	все группы	в неблагоприятный период (эпидемии гриппа, инфекции в группе)	воспитатели; медсестра

Здоровьесберегающие технологии

Формы работы	Время проведения в режиме дня, возраст детей	Особенности методики проведения	Ответственные
1	2	3	4
<i>Технологии сохранения и стимулирования здоровья</i>			
Гимнастика после сна	После сна в группе каждый день	Комплекс, состоящий из подвижных игр, игровых упражнений, основных движений	воспитатели
Динамические паузы	Во время занятий 2- 5 мин по мере утомляемости детей, начиная с первой группы раннего возраста	Комплексы физкультминуток могут включать дыхательную гимнастику	воспитатели
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно. Все возрастные группы	Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивных игр	воспитатель; музыкальный руководитель; воспитатели
Пальчиковая гимнастика	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей	Рекомендуется детям с речевыми проблемами.	воспитатели

	группой	Проводится в любой удобный отрезок времени	
<i>Технологии обучения здоровому образу жизни</i>			
Физкультурные занятия	Два раза в неделю в группе, один раз на улице, начиная с раннего дошкольного возраста	Занятия проводятся в соответствии с программой, по которой работает детский сад	воспитатели
Утренняя гимнастика	Ежедневно. Все возрастные группы	Комплексы подбираются в соответствии с возрастными особенностями детей	воспитатели
Физкультурные досуги, праздники	Один раз в квартал в группе, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста	Эффективная форма активного отдыха. Развивает физические качества, формирует социально-эмоциональное развитие	музыкальный руководитель; воспитатели
<i>Коррекционные технологии</i>			
Сказкотерапия	Начиная со среднего дошкольного возраста	Использование мнемотаблиц, с помощью которых сказка выполняется, как единый двигательный комплекс	воспитатели групп

**Календарный план
реализации программы «Здоровячок»
на 2020-2025 учебный год**

Сентябрь

- Общие мероприятия
- Организация дежурства в группе.
- Проведение внутрисадовских и участие в муниципальных спортивно-массовых соревнованиях.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы детского сада по здоровьесбережению.
- Организация питания обучающихся.
- Проведение физкультминуток и подвижных игр.
- Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.

Октябрь

- Проведение бесед, воспитательных мероприятий по формированию здорового образа жизни.
- Физкультминутки (ежедневно).
- Подвижные игры (ежедневно).

Ноябрь

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».
- Экскурсии.
- Физкультминутки и динамические паузы (систематически).

Декабрь

- Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья».
- Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).
- Организация отдыха и оздоровления детей.

Январь

- «Весёлые старты».
- Физкультминутки и динамические паузы.

Февраль

- День защитника Отечества.
- Физкультминутки и динамические паузы.

Март

- Подготовка ко Дню здоровья. Физкультминутки и динамические паузы.
- Организация отдыха и оздоровления детей.

Апрель

- Всемирный день здоровья.
- Динамические паузы, физкультминутки.

Май

- Подготовительная работа к организации занятости обучающихся в летний оздоровительный период.
- Мероприятия, посвященные Дню Победы.
- Проведение экскурсий на природу.

Июнь

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.

