

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий МА ДОУ № 44

О.Г.Устинова



**ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА
«Детский сад- страна здоровья»
детей дошкольного возраста
в МА ДОУ № 44**

2022 г

Оглавление

1. Обоснование.....	3
2. Цель, задачи.....	5
3. Приоритетные направления	6
4. Методы и средства обеспечения программы.....	6
5. Ожидаемые результаты	7
6. План мероприятий.....	8
7. Этапы и сроки реализации программы.....	15
8. Критерии оценки эффективности программы.....	16
9. Приложение.....	17

Обоснование

Детский возраст является для человека основополагающим и определяющим дальнейшую его жизнь. Это период интенсивного роста организма, формирования органов, систем и функций, обеспечивающих пожизненные свойства систем адаптации, защиту от заболеваний и самореализацию человека. В данный период закладываются все структурно-функциональные элементы и ценностные ориентации, определяющие направление формирования личностных качеств. Проблемы здоровья населения России, и в частности здоровья подрастающего поколения, являются причиной для беспокойства, как государственных организаций, так и общества, самих граждан. Состояние здоровья подрастающего поколения - важнейший показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее. Предметом острой общественной тревоги стало отмечающееся в последнее время резкое ухудшение физического здоровья детей.

Программа для сохранения здоровья дошкольников для образовательных организаций — это комплексная программа формирования их знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья, как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов, освоения основной общеобразовательной программы МА ДОУ № 44.

Структура выявленных заболеваний (состояний) в МА ДОУ № 44

Численность детей в ДОО:

	2019 год	2020 год	2021 год
Болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ	9,8	9,9	10,4
Болезни органов пищеварения	40,4	35,8	37,4
Болезни глаза и его придаточного аппарата	6	7	7
Болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани	4	2	11

Анализируя данную таблицу можно сделать вывод, что растет уровень хронической патологии наиболее часто встречающейся среди дошкольников. Высокие показатели сохраняются среди болезней костно-мышечной системы

Данная ситуация обусловлена новыми подходами к выявлению, регистрации заболеваний, в том числе взятию на диспансерный учет, выявленных в ходе профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних. Это обуславливает срочную необходимость решения проблемы совместными усилиями образовательной и медицинской организаций, родителей, детей.

При разработке программы МА ДОУ № 44 образовательными организациями следует учитывать наиболее часто встречающиеся патологии в данных образовательных организациях.

МА ДОУ посещает 164 человек

Распределение воспитанников по группам здоровья за последние три года

	2019 год	2020 год	2021 год
Детей 1 группы здоровья	8	8	19
Детей 2 группы здоровья	180	180	146
Детей 3 группы здоровья	15	15	7
Детей 4 группы здоровья	4	4	1

Наблюдается стойкая тенденция к снижению детей с первой группой здоровья и увеличение детей с третьей группой здоровья (дети с хроническими болезнями).

По анализу заболеваемости за последние три года на первом месте стоят заболевания костно-мышечной системы.

Культура здоровья школьника - это интегративное личностное качество, приобретаемое в результате освоения и принятия индивидом духовного опыта человечества в сфере сохранения и укрепления здоровья, ответственности за его совершенствование в течение всей жизни.

Проявления культуры здоровья выступает как понятие «здоровый образ жизни», который трактуется как:

1) способ жизнедеятельности, обеспечивающий формирование, сохранение и укрепление здоровья;

2) способ биологической и социальной адаптации человека в конкретных условиях жизни;

3) способ его выживания в условиях современного кризиса (экономического, экологического, социального).

Основными компонентами здорового образа жизни называют: оптимальный двигательный режим, тренировка иммунитета и закаливание, рациональное питание, психофизиологическая регуляция, рациональная организация жизнедеятельности (рациональный режим жизни), отсутствие вредных привычек.

С учетом этих данных была разработана программа для сохранения здоровья несовершеннолетних для МА ДООУ № 44 «Детский сад – страна здоровья». При ее создании учтено, что дошкольный возраст характеризуется наивысшей социальной активностью, высоким уровнем познавательной мотивации, что создает благоприятные предпосылки для формирования здоровья и здорового образа жизни.

Основной замысел программы «Детский сад – страна здоровья» предполагает создание и развитие единой системы сохранения здоровья дошкольников в ДООУ, формирование единых ценностных установок и подходов к сохранению здоровья участников образовательного процесса.

Цель, задачи:

Цель: формирование здоровой среды и здорового образа жизни ребенка, сохранение и укрепление здоровья воспитанников, воспитание у них внутренней потребности вести здоровый образ жизни на примере профилактических мероприятий по заболеваниям костно-мышечной системы.

Задачи:

- создание в ДООУ организационно-педагогических, материальнотехнических, санитарно-гигиенических и других условий здоровые берегающих технологий, учитывая индивидуальные особенности воспитанников;
- обучение детей, родителей, педагогов основным понятиям, мероприятиям, приемам здорового образа жизни; формирование электронных кейсов для обучения, тестирования и мотивирования;
- достижение оптимальной двигательной активности в соответствии с возрастом и особенностями организма воспитанников;
- привлечение системы социального партнерства к формированию здорового образа жизни воспитанников.

Приоритетные направления в работе по формированию программы:

- формирование мотивации и системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни;
- организация системы взаимодействия педагогического коллектива ДООУ и родителей по сохранению и укреплению здоровья воспитанников;
- создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья воспитанников;

● профилактика болезней костно-мышечной системы у воспитанников в образовательной организации:

1. Разработка системы упражнений по укреплению костно-мышечной системы
2. Привлечь родителей к данной проблеме (агитация, обучение, привлечение к мероприятиям и т. д.)
3. Контроль правильного подбора мебели в группе
4. Контроль осанки на занятиях и в свободной деятельности
5. Контроль сменной обуви.
6. Контроль двигательной активности и безопасности физических упражнений на уроках физической культуры.
7. Контроль проведения гимнастика после сна, комплексов упражнений на осанку и профилактику плоскостопия на каждую возрастную группу

Методы и средства обеспечения программы:

Кадровые ресурсы школы: заведующий, старший воспитатель, фельдшер, медицинские сестры, воспитатели, педагог- психолог, музыкальные руководители, инструктор по ФИЗО.

Материально-технические ресурсы ДОУ:

Спортивный зал, стадион, медицинский кабинет, групповые комнаты, прогулочные участки.

Методические и информационные ресурсы ДОУ:

- видеоматериалы;
- методические рекомендации;
- беседы с воспитанниками, родителями;
- мастер-классы;
- флешмобы; челлендж
- видеоконференцсвязь;
- спортивные праздники;
- участие воспитанников в городских спортивных соревнованиях;
- мероприятия по ЗОЖ;
- сайт ДОУ, официальные страницы в социальных сетях Вконтакте.

Ожидаемые результаты:

- Увеличение мотивационных посылов на здоровый образ жизни (в процентном соотношении по данным анкетирования);
- Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни (в процентном соотношении – количество вовлеченных детей в различные мероприятия, связанные с увеличением двигательной активности);

- Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья дошкольников (количество проведенных учебных занятий, тестирований, анкетирования);
- Поддержка родителями деятельности ДОО по воспитанию здоровых (увеличение количества мероприятий по ЗОЖ, проведенных совместно с родителями);
- Повышение уровня самостоятельности и активности дошкольников в двигательной деятельности (в процентном соотношении количество вовлеченных в двигательную активность детей, проведение анкетирования).
- Повышение двигательной активности воспитанников на 20% (посещение спортивных секций, утренняя гимнастика);
- Повышение оценки удовлетворенности воспитанников от обучения (с помощью анкетирования и рисунков);
- Рост уровня физического развития и физической подготовленности дошкольников (по данным официальной статистики);
- Повышение функциональных возможностей организма воспитанников (по данным официальной статистики).

План мероприятий

№	Содержание мероприятия	Ответственный	Сроки	Ресурсы	Контрольная точка
1	Анализ информации о состоянии здоровья детей по данным статистики в динамике за 3 года на уровне муниципального образования	Заведующий детским поликлиническим отделением, заведующий (ОМПОвОУ), фельдшер, (ОМПОвОУ)	01.08 2020	Учреждение здравоохранения , (ОМПОвОУ)	Проведение анализа, выявления факторов риска, определение мероприятий, способствующих устранению факторов риска
1.2	Анализ на уровне образовательного учреждения, распределение воспитанников по группам здоровья в динамике за 3 года (при возникновении сложности по анализу за 3 года, можно делать за 1 год)	Фельдшер	01.08. 2020	Учреждение здравоохранения , (ОМПОвОУ) Образовательная организация.	Разделение воспитанников на I, II, III группы здоровья, выявление факторов риска по формированию заболеваний. Выбор профилактического направления работы по заболеванию.
1.3	Проведение анкетирования родителей	Медсестра, инструктор по ФИЗО	20.09. 2021	ДОУ	Оценка уровня мотивации к ЗОЖ воспитанников и определение основных приоритетов дальнейшей профилактической работы
2.	Гигиеническая оценка образовательной среды (параметры микроклимата; уровень шума; уровни искусственного и естественного освещения,	Заведующий ДОУ	Перед началом учебного года	Образовательная организация	Достижение оптимальных гигиенических показателей по всем параметрам оценки образовательной среды
3.	Мониторинг состояния здоровья воспитанников Анализ процентного соотношения количества воспитанников, отнесенных к разным группам здоровья за 2020 и 2021 год; процент воспитанников имеющих	Фельдшер, старший воспитатель, инструктор по ФИЗО, педагог- психолог	В плановом режиме. Ежегодно	ДОУ	Оценка уровня состояния здоровья воспитанников. Выявление основных факторов влияющих на здоровье дошкольников в текущем режиме.

	<p>гармоничное физическое развитие; соотношение воспитанников, относящихся к физкультурным группам; процентное соотношения выявленных патологий.</p>				
3.1.	<p>Оформление «Листков здоровья» заполняется медицинским работником с учетом физкультурной группы. В листок здоровья сведения заносятся из медицинских карт воспитанников. Все рекомендации, данные в «Листке здоровья», должны в обязательном порядке учитываться всеми участниками образовательного процесса на всех занятиях и мероприятиях, в том числе физической культуры, при посадке детей в группе, при проведении профилактических прививок, во время дежурства детей в группе, при подборе комнатных растений в кабинете, при использовании различных препаратов бытовой химии во время уборок помещений, в которых находятся дети</p>	<p>Фельдшер, медсестры,</p>	<p>01.09.2021</p>	<p>Образовательная организация</p>	<p>Обеспечивать возможности воспитанникам осуществлять образовательную деятельность с учетом дифференцируемого подхода и индивидуальных возможностей каждого ребенка.</p>

3.2	Проведение динамических пауз на занятиях	Воспитатели и специалисты	Ежедневно	Образовательная организация	Повышение двигательной активности, сохранение и укрепление здоровья воспитанников
3.3	Проведение подвижных игр на свежем воздухе для воспитанников	Воспитатели и инструктор по ФИЗО	Ежедневно	Образовательная организация	Повышение двигательной активности, сохранение и укрепление здоровья воспитанников
3.4	Проведение открытых занятий. Привлечение детей к занятиям. На собраниях, педсоветах, родительских собраниях представить информацию о занятиях	Заведующий, старший воспитатель, специалисты, фельдшер, медсестры	Сентябрь, январь	Образовательная организация	Повышение двигательной активности
3.5	Оформление стендов на тему ЗОЖ, двигательная активность	старший воспитатель, специалисты, фельдшер, медсестры	Сентябрь-октябрь 2021	Образовательная организация	Повышение уровня знаний родителей
3.6	Проведение бесед на тему «Рациональная двигательная активность»	Фельдшер, медсестры, инструктор по ФИЗО	2 раза в год	Образовательная организация	Повышение уровня знаний воспитанников
3.7	Проведение на занятиях упражнений на осанку, для снятия утомления глаз у воспитанников	Воспитатели, инструктор по ФИЗО	Ежедневно	Образовательная организация	Профилактика зрения и сохранения осанки
3.8	Проведение утренней гимнастики	Воспитатели, инструктор по ФИЗО, медсестра	Ежедневно	Образовательная организация	Повышение двигательной активности, сохранение и укрепление здоровья воспитанников

3.9	Подбор комплексов упражнений «Профилактика плоскостопия», «Профилактика сколиоза»	Воспитатели, инструктор по ФИЗО, фельдшер	Январь 2021	Образовательная организация	Профилактика укрепления здоровья воспитанников
4	Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических требований к учебному процессу	старший воспитатель, специалисты, фельдшер, медсестры	Ежедневно	Образовательная организация	Повысить эффективность учебного процесса. Спланировать мероприятия по снижению напряжения и утомления детей
4.1	Соблюдение требований к занятию Соблюдение требований к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузки воспитанников Равномерное распределение учебной нагрузки; Составление расписания занятий с учетом дневной и недельной умственной работоспособности воспитанников и шкалой трудности учебных предметов;	Старший воспитатель, воспитатели, специалисты	Ежедневно	Образовательная организация	Повысить эффективность учебного процесса. Спланировать мероприятия по снижению напряжения и утомления детей. Снизить заболеваемость воспитанников
4.2	Контроль режима проветривания кабинетов и групповых комнат До прихода детей; После каждого занятия.	Воспитатели, специалисты, медсестра	Ежедневно	Образовательная организация	Повысить эффективность учебного процесса. Снизить заболеваемость воспитанников

4.3	<p>Контроль соблюдения режима дня воспитанниками в соответствии с возрастом (анкетирование, собеседование, наблюдение) режим питания (интервалы между приемами пищи и кратность питания); время пребывания на воздухе в течение дня; продолжительность и кратность сна; продолжительность и место обязательных занятий как в условиях образовательных учреждений, так и дома; свободное время, возможность обеспечить двигательную активность ребенка по собственному выбору</p>	Воспитатели, Родители, медсестра	Ежедневно	Образовательная организация	<p>Повысить эффективность учебного процесса. Спланировать мероприятия по снижению напряжения и утомления детей. Создать условия для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха</p>
5	<p>Организация работы по пропаганде здорового образа жизни воспитанников (лекции, беседы, игры)</p>	Заведующий, старший воспитатель, специалисты, фельдшер, медсестры	1 раз в месяц (сентябрьмай)	Образовательная организация	<p>Сформировать заинтересованное отношение детей к собственному здоровью. Обеспечить заинтересованное отношение педагогов и родителей к здоровью детей</p>
5.1	<p>Проведение флешмоба «Движение – жизнь!»</p>	Инструктор по ФИЗО, соц. партнеры	Ноябрь 2021	Образовательная организация	<p>Сформировать положительное отношение к двигательной активности и, здоровому образу жизни</p>

5.2	Проведение дней здоровья	Инструктор по ФИЗО и медсестры	Октябрь, май	Образовательная организация	Сформировать положительное отношение к двигательной активности
5.3	Спортивная игра «Мама, папа, я – спортивная семья»	Инструктор по ФИЗО	1 и 4 квартал 2021-2022	Образовательная организация	Сформировать положительное отношение к двигательной активности и совершенствованию физического состояния
5.4	Включение в темы родительских собраний бесед о двигательной активности и здоровом образе жизни воспитанников	Заведующий, старший воспитатель, специалисты, фельдшер, медсестры	Сентябрь- май 2020-2022	Образовательная организация	Обеспечить заинтересованное отношение педагогов и родителей к здоровью детей как к главной ценности
5.5.	Контроль за организацией рабочего места воспитанников, контроль сменной обуви	Фельдшер, медсестры, педагоги	20 сентября 2020-2021	Образовательная организация	Повысить эффективность учебного процесса. Создать условия для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха. Обеспечить возможность воспитанников осуществлять учебную и внеучебную деятельность с учетом дифференцируемого подхода и индивидуальных возможностей каждого ребенка
6	Контроль за организацией рабочего места воспитанников, контроль сменной обуви	Фельдшер, медсестры, педагоги	20 сентября 2020-2021	Образовательная организация	Повысить эффективность учебного процесса. Создать условия для снятия перегрузки, нормального чередования труда и

					отдыха. Обеспечить возможности
7	Контроль питания в ДОУ	Заведущая, мед.сестра фельдшер	Постоянно	Образовательная организация	Обеспечивать возможности воспитанников получать сбалансированный рацион
8	Сбор информации о состоянии здоровья детей, оценка эффективности программы	Фельдшер, медсестры, старший воспитатель	01.06.2022	Учреждение здравоохранения отделение организации медицинской помощи обучающимся в образовательных учреждениях (ОМПОвОУ)	Проведение анализа, отражающего динамику устранения факторов риска, оценка проведенных мероприятий, способствующих устранению факторов риска
8.1	Проведение анкетирования родителей	Фельдшер, педагоги	15.04.2022	Образовательная организация	Оценка уровня здоровья воспитанников, оценка проводимых мероприятий
8.2	Анализ заболеваемости воспитанников, распределение воспитанников по группам здоровья	Фельдшер	15.05.2022	Образовательная организация	Разделение воспитанников на I, II, III группы здоровья, выявление снижения заболеваемости воспитанников

Этапы и сроки реализации программы

Программа реализуется с 2020 по 2023 годы в три этапа:

1 этап (2020)

- Анализ тенденций в состоянии здоровья и образа жизни воспитанников, анкетирование воспитанников и родителей.
- Выявление проблем, определение целей и задач ДООУ по здоровьесбережению воспитанников.
- Подготовка проекта Программы.

2 этап (2021 2022)

- Реализация основных мероприятий Программы

3 этап (2022)

- Оценка эффективности Программы

Критерии оценки эффективности программы

- положительная динамика состояния здоровья воспитанников;
- сформированность у воспитанников ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья, наличие навыков здорового образа жизни;
- сформированность у всех категорий педагогических работников единых ценностных подходов к сохранению и укреплению здоровья воспитанников;
- удовлетворённость организацией образовательного процесса и условиями обучения со стороны воспитанников и их родителей;
- повышение двигательной активности за счёт проведения утренних зарядок, правильно построенных занятий физической культуры;
- повышения уровня знаний воспитанников о двигательной активности;
- увеличение доли детей с I группой здоровья;
- уменьшение количества обострений хронических заболеваний у детей с III группой здоровья;
- снижение заболеваемости воспитанников более чем на 10 процентов;
- увеличение компетентности в вопросах здорового образа жизни среди воспитанников до 85 процентов;
- рост профессионального мастерства педагога через внедрение и распространение инновационных здоровьесозидающих технологий;

- повышение процента охвата детей программами физкультурно-спортивной направленности до 90 процентов;
- увеличение числа родителей, являющихся активными сторонниками и участниками воспитательного процесса в ДООУ, направленного на пропаганду здорового образа жизни;
- внедрение подпрограмм по формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек.

Анкета для родителей «Здоровый образ жизни»

1. Фамилия Имя

Отчество _____

2. Частота заболеваний ребенка за последний год:

- не болел ни разу;
- 1 раз;
- 2 раза;
- каждый месяц

2. Каковы, на Ваш взгляд, причины заболеваемости Вашего ребенка?

3. Каким образом Вы прививаете здоровый образ жизни своим детям?

- а) с помощью бесед
- б) личным примером
- в) прибегаю к услугам ДОУ

4. Вы занимаетесь с ребенком физкультурой и спортом?

- а) постоянно
- б) часто
- в) очень редко
- г) не занимаюсь

5. Есть ли дома спортивное оборудование? Какое?

6. Соблюдаете ли Вы режим дня дома?

- а) Да
- б) Нет

7. Гуляете ли Вы с ребенком после д/сада?

- а) да
- б) нет

8. Ежедневное время просмотра ребенком телепередач и видеофильмов

9. Страдает ли ваш ребенок от дефицита ночного сна? а)

нет

б) да

в) редко

10. Как ваши дети проводят досуг?

а) у бабушки

б) гуляют

в) смотрят телевизор

г) ваш вариант-

11. Считаете ли Вы питание своего ребенка вне детского сада рациональным? а)

да

б) отчасти

в) нет

г) затрудняюсь ответить

12. Выполняет ли ваш ребенок гигиенические требования дома? (чистка зубов, ежедневное мытье ног)

а) да

б) нет

в) отчасти

13. Проводите ли Вы дома закаливающие мероприятия?

Какие? _____

14. Виды деятельности ребенка после прихода из детского сада и в выходные дни:

- подвижные (спортивные игры);
- конструирование;
- рисование, лепка, занятия музыкой;
- просмотр телепередач, чтение книг;
- настольные игры;
- другое

15. Какую помощь, поддержку Вы могли бы оказать в решении проблемы здоровьесбережения в детском саду?

- соблюдение режима дня дома;
- соблюдение гигиенических правил;
- проведение закаливающих процедур;
- совместные занятия с детьми спортом на открытом воздухе и дома;
- участие в спортивных мероприятиях детского сада;
- участие в профилактических мероприятиях детского сада.