

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение «Детский сад для детей с туберкулёзной интоксикацией № 7 «Золушка» г. Йошкар-Олы»
424004, РМЭ, г. Йошкар-Ола, ул. Советская д.22А тел.45-10-46

*Комплексная целевая оздоровительная
программа*

«Учусь быть здоровым»

(для детей с туберкулёзной интоксикацией)

МКДОУ

«Детский сад № 7 «Золушка»





Аннотация

*Здоровье — это вопрос номер один.
Если у вас слабое здоровье, что толку
говорить о хорошей работе, хорошей
защите прав, хорошем образовании!*

(Сара Макклendon)

Предлагаемая программа представляет собой систему оздоровительно-профилактической работы по профилактике заболеваний для детей с туберкулезной интоксикацией.

Данная концепция является результатом изучения специальных медико-педагогических источников литературы, анализа современных здоровьесберегающих технологий, апробации оригинальных идей, обобщения опыта оздоровительно - профилактической работы с детьми в условиях дошкольного образовательного учреждения.

В программе представлены рациональные подходы к организации и проведению оздоровительных, закаливающих и профилактических мероприятий в группах оздоровительной направленности.

Программа адресована работникам ДОУ, может быть использована родителями в домашнем воспитании и оздоровлении детей.





Содержание

Краткая аннотация.....	2
Содержание.....	3
Пояснительная записка	4
1.Обоснование необходимости и актуальность реализации программы	9
1.1.Анализ оздоровительного процесса	9
1.2. Анализ внешних и внутренних факторов потенциала развития ДОУ.....	14
1.3. Анализ проблемы физического развития дошкольников.....	15
1.4. Анализ ресурсного обеспечения программы.....	18
1.5. Материально – технические условия	20
1.6. Кадровое обеспечение	24
2. Концептуальные подходы к построению программы	26
2.1. Ожидаемые результаты.....	31
2.2. нормативно-правовое обеспечение программы.....	32
2.3 Методика оценки эффективности реализации программы.....	33
3. Система методической работы по повышению компетентности педагогов в области здоровьесбережения.....	35
4. Работа с семьей	45
5. Мониторинг эффективности реализации программы.....	48
Литература	50



Пояснительная записка

Сегодня, когда современное образование претерпевает значительные изменения, обусловленные обновлением его содержания, появлением различных типов и видов учреждений образования, перестройкой взаимодействия в системе "педагог-ребёнок", особо нужно говорить о здоровье детей, с которыми приходится работать педагогам. Современный ребёнок попал под пресс неблагоприятных факторов. Многие дети живут и воспитываются в неполных семьях. Общество захватили пьянство и наркомания, произвол и насилие. В нашу жизнь вошли компьютеры, в которых дети "пропадают". Игры затягивают их, и это становится болезнью. Гиподинамия - проблема нашего времени. Книги детей интересуют всё меньше. Снижается их познавательная активность. В сегодняшних условиях мы сталкиваемся с существенным общим ухудшением состояния здоровья детей, что связано с экономическим и социальным неблагополучием многих молодых семей, ослаблением иммунитета, генетическими нарушениями, плохой экологической обстановкой, психоэмоциональными перегрузками, стрессами и т. д.

Существенные перемены в социальной, экономической и культурной сферах вызывают соответствующие изменения в жизни всего сообщества.

Большинство стран мира ведет статистику смертности от различных заболеваний. И, согласно данным именно сердечно-сосудистые заболевания занимают первую строку в списке всех болезней, приводящих к летальному исходу. Смерть, наступающая в результате инфарктов и инсультов, уносит больше жизней, чем пять заболеваний, следующих в списке непосредственно за ними вместе взятые.

Отсюда можно сделать вывод: чем раньше начинать предупреждение различных заболеваний, тем выше вероятность, что они не разовьются во взрослом возрасте. Многие результаты исследований, проводимых

иностранными специалистами, подчеркивают необходимость именно предупреждения болезней в раннем возрасте.

Детский сад – это как живой организм, сложнейшая многокомпонентная система, где все объекты и субъекты тесно взаимосвязаны. Для того чтобы эта система не дала сбой необходима постоянная забота о ее здоровье, что и определено в Законе «Об образовании» (ст. 41, ст. 64) и в ряде других документах.

Детство – это тот период в жизни человека, в котором формируется здоровье, осуществляется развитие личности. Все, что приобретено ребенком в детстве, сохраняется потом на всю жизнь.

Коллектив нашего дошкольного учреждения серьезно занимается вопросами здоровьесбережения в процессе воспитания и обучения детей, так как считает, что состояние здоровья ребёнка имеет главное значение в его интеллектуальном, духовном и физическом развитии. Успешная деятельность и состояние здоровья детей не могут сегодня рассматриваться изолированно друг от друга. Поэтому основная задача педагогов – обучить детей способам сохранения своего здоровья, создав специальную систему работы детского сада по здоровьесбережению дошкольников.

Наш детский сад носит статус оздоровительного учреждения. Он адаптирована для посещения детей дошкольного возраста с туберкулезной интоксикацией. В настоящий момент ДООУ посещает 57 воспитанников с различными диагнозами (заболевания легких, эпилепсия, заболевания почек и зрения, аллергодиагез, ФИС и др.).

Работая над проблемой здоровьесбережения, детский сад накапливает материал по этой теме, делает попытку создать свою модель здоровьесберегающей педагогической системы.

Целевая программа **«Учусь быть здоровым»** МКДОУ «Детский сад № 7 «Золушка» - это комплексная оздоровительная программа для детей с туберкулезной интоксикацией, направленная на:

пропаганду инновационных здоровьесберегающих образовательных технологий, способствующих развитию и воспитанию ребенка.

Наши возможности каким-то образом, повлиять на сложившуюся ситуацию и социальное положение родителей, минимальны.

Реально оказать влияние на здоровье в условиях ДОО можно лишь через создание условий для сохранения, укрепления и развития здоровья детей, а также пропагандируя и внедряя здоровый образ жизни среди родителей воспитанников.

Комплексный подход в воспитании здорового ребенка – дошкольника, включающий различные компоненты его физического, психического и социально-нравственного здоровья – в совокупности объединены в понятие «**полноценное здоровье**».

Проблема здоровья часто длительно болеющих детей и детей с различными проблемами в здоровье, в том числе и с заболеваниями сердечно-сосудистой недостаточности, выдвигает на первый план индивидуализацию воспитательно-образовательного процесса, понимаемую как организацию адаптации личности в процессе развития, воспитания и оздоровления. В силу сложности и многогранности проблемы ее необходимо рассматривать по принципу комплексности, (как медицинскую, психологическую, социальную), и системности.

Единство физического, психологического здоровья и эмоционального благополучия ребенка, не сводится к узко педагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Оно предусматривает создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценную жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении. Это:

- ❖ профессионализм педагогических кадров;
- ❖ соответствующее материально-техническое оснащение ДОО;
- ❖ организация деятельности ДОО, основанная на эффективных результатах научно-методических исследований в области развития и оздоровления дошкольников;
- ❖ мотивация коллектива ДОО на внедрение инновационных процессов, способствующих развитию и укреплению здоровья воспитанников;
- ❖ целенаправленное финансово-экономическое обеспечение развития ДОО.

Актуальность проблемы оздоровления дошкольников вызвана объективной необходимостью научно обоснованного подхода к разрешению противоречий проявившихся в процессе организации профилактической помощи детям с ослабленным здоровьем в условиях ДОО.

Наиболее существенными для нашей проблемы являются противоречия между:

- ❖ общественной потребностью в сохранении, укреплении и развитии здоровья дошкольников и реальной социально-экономической ситуацией;
- ❖ стихийно сложившимся и целенаправленно управляемым положительным опытом коллектива по оздоровлению воспитанников ДОУ;
- ❖ между необходимостью повышения уровня здоровья воспитанников и отсутствием медико-педагогических условий;
- ❖ между необходимостью осуществления эффективного управления оздоровительным процессом и отсутствием оздоровления.

Разрешение данных противоречий позволяет обосновать проблему: Полноценное здоровье ребенка невозможно без создания программы оздоровления.

Цель: создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей.

В соответствии с целью, коллективом были определены **следующие задачи:**

- ❖ Изучить степень разработанности проблемы оздоровления детей в условиях ДОУ.
- ❖ Определить медико-педагогические условия, повышающие качество воспитательно-образовательного процесса.
- ❖ Разработать концептуальную модель программы.
- ❖ Внедрить в практическую деятельность оздоровительную программу.
- ❖ Отследить результаты реализации оздоровительной программы в условиях ДОУ.

При практической реализации поставленных задач мы основываемся на следующих основных принципах здоровьесберегающих технологий:

- ❖ **принцип научности** предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.
- ❖ **принцип целостности**, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДОУ.
- ❖ **принцип концентричного обучения** заключается в повторяемости тем во всех возрастных группах и позволяет применить усвоенное и познать новое на следующем этапе развития.
- ❖ **принцип систематичности и последовательности** предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.
- ❖ **принцип связи теории с практикой** формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

❖ **принцип повторения** умений и навыков – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.

❖ **принцип индивидуально – личностной ориентации** воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.

❖ **принцип доступности** позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.

❖ **принцип успешности** заключается, в том, что на первом этапе формирования здоровья ребенок получает задание, которое он способен успешно выполнить.

❖ **принцип активного обучения** обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.

❖ **принцип целостно – смыслового равенства** взрослого и ребенка подразумевает, что в ДОУ создаются условия для наиболее полного раскрытия личности ребенка, а педагог старается максимально развить способности детей.

❖ **принцип индивидуального выбора** решает задачу формирования у ребенка делать сознательный, правильный для себя выбор.

❖ **принцип коммуникативности** помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.

❖ **принцип креативности** личности ребенка заключается в творческом развитии личности детей в процессе эмоционально – двигательного музыкального тренинга.

❖ **принцип взаимодействия** ДОУ и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.

❖ **принцип результативности** предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Реализация программы базируется на комплексном подходе в оздоровительной работе с детьми страдающими аллергическими заболеваниями.

1.Обоснование необходимости и актуальности программы.

1.1 Анализ оздоровительного процесса в ДОУ.

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – ведущее направление деятельности нашего дошкольного образовательного учреждения.

Данное направление предполагает комплекс мер, воздействующих на организм ребенка с целью укрепления и сохранения здоровья:

- ❖ мониторинг состояния здоровья каждого ребенка,
- ❖ учет и использование особенностей его организма,
- ❖ индивидуализацию профилактических мероприятий.

Учитывая специфику дошкольного учреждения (у каждого ребенка свой период оздоровления и пребывания в детском саду) и необходимость создания здоровьесберегающего образовательного процесса, способствующего эмоциональному благополучию ребенка, полноценному его развитию и повышению уровня здоровья каждого воспитанника, определены ***следующие особенности организации деятельности ДОУ:***

Установление партнерских отношений в плане «ребенок-родитель», «ребенок-педагог», «педагог-родитель», через:

- создание союза заинтересованных в здоровье детей партнеров;
- мотивацию родителей на совместную оздоровительно-профилактическую работу;
- преемственность медицинских и педагогических приемов развития ребенка;
- разработку индивидуальной программы воспитания, обучения и оздоровления детей названного дошкольного образовательного учреждения.

Изменение формы и организации образовательного процесса (переход от фронтальных занятий к занятиям небольшими подгруппами с учетом психофизических возможностей и состояния здоровья ребенка), усиленный медицинский контроль, за организацией физкультурно-оздоровительного процесса.

Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе (дыхательная гимнастика, статические упражнения, закаливающие процедуры, оздоровительный бег и пешие ежедневные прогулки, самомассаж и др.), способствующих формированию навыков здорового образа жизни, оказывающих положительное влияние на состояние здоровья воспитанников.

Создание оздоровительной предметной среды и жизненного пространства в групповых комнатах с целью обеспечения профилактико - оздоровительного эффекта в течение всего времени пребывания ребенка в условиях ДООУ.

Совершенствование профессионального мастерства педагогов посредством обобщения и распространения положительного опыта своей работы, роста их общей культуры.

Единство воздействия со стороны всех сотрудников детского сада для организации единого воспитательно-образовательного и оздоровительного процесса.

В нашем ДООУ, создана система работы по профилактике, сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста, имеющими проблемы в здоровье.

Оздоровительный процесс, включает в себя:

- профилактические, лечебно-оздоровительные мероприятия (специальные закаливающие процедуры, профилактические мероприятия, физкультурно-оздоровительные мероприятия, санитарно-просветительская работа с сотрудниками и родителями воспитанников);
- общеукрепляющую терапию (витаминотерапия, полоскание горла травяными растворами, использование оксолиновой мази, применение чесночных бус и др.);
- физиотерапию (массаж);
- организацию рационального диетического питания (пятиразовый режим питания по технологическим картам, включающим выполнение норм натуральных продуктов, правильное сочетание блюд в рационе).
- десятидневное меню разработано с учетом калорийности пищевых веществ жиров, белков и углеводов;
- санитарно-гигиенические и противоэпидемиологические мероприятия:
 - рациональный режим жизни;
 - двигательная активность во время образовательного цикла (физминутки, релаксационные паузы, пальчиковая гимнастика, динамические паузы, дыхательные гимнастики, специальные оздоровительные подвижные игры, игровые часы);
 - комплекс закаливающих мероприятий (утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением, оздоровительный бег, гимнастика после дневного сна, контрастные воздушные и водные ванны, солевые дорожки, обширное умывание, полоскание полости рта 1% солевым раствором);
 - работа с детьми по воспитанию культурно-гигиенических навыков и формированию здорового образа жизни;

- использование «здоровьесберегающих» технологий и методик (дыхательные гимнастики, индивидуальные физические упражнения и игры, и мн. др.);
- режимы проветривания и кварцевания.

Данная организация деятельности осуществляется специалистами:

- ❖ врачом-педиатром;
- ❖ врачом-фтизиатром;
- ❖ медицинской сестрой;
- ❖ музыкальным руководителем;
- ❖ учителем-логопедом;
- ❖ воспитателями.

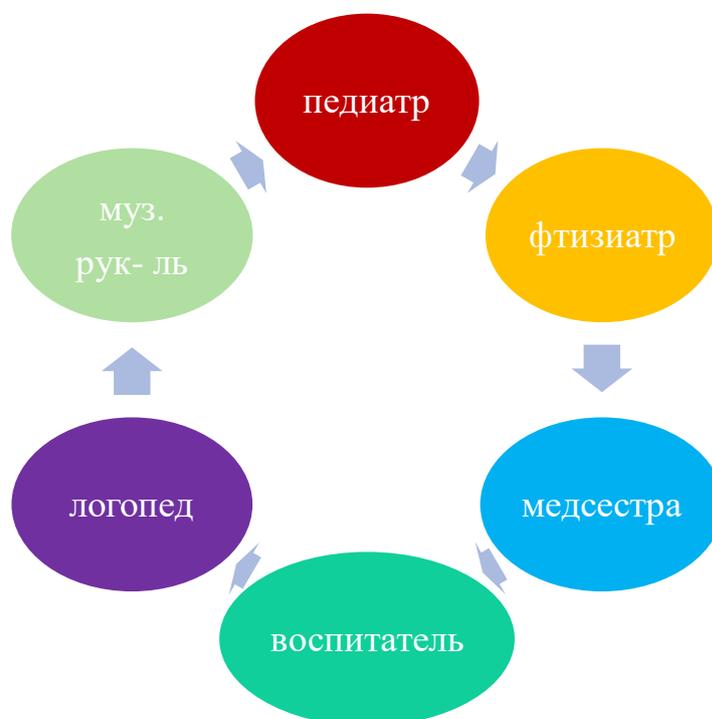


Схема взаимодействия персонала.

Благодаря созданию медико-педагогических условий и системе оздоровительных мероприятий показатели физического здоровья детей начали улучшаться.

Основным методом оптимизации оздоровительно-профилактической деятельности в ДООУ является **«мониторинг здоровья»** ребенка, который осуществляется медицинским персоналом.

Цель мониторинга:

Повышение уровня здоровья детей.

Аспекты отслеживания:

- ❖ заболеваемость ОРЗ, ОРВИ – статистический учет по результатам годовых отчетов ДООУ по посещаемости и причинам отсутствия детей;
- ❖ фтизиатрический учет получивших лечение и оздоровление детей;
- ❖ периоды обострения детской заболеваемости в разных возрастных группах;
- ❖ оценка адаптации детей к ДООУ (психолого-педагогическое отслеживание);
- ❖ оценка личностных психофизических особенностей ребенка;
- ❖ общее физическое развитие детей;
- ❖ уровень физической подготовленности детей.

Оздоровительная работа **медицинской службы** включает в себя составление:

- заполнение паспорта здоровья ребенка;
- составление индивидуальной программы профилактики и оздоровления ребенка;
- разработку рекомендаций родителям по укреплению здоровья детей, выполнению культурно-гигиенических норм;
- разработку системы закаливающих мероприятий;
- профильное медикаментозное лечение.
-

Направлена на:

- ❖ формирование оптимальной статики осанки и постановки стопы (развитие устойчивости, равновесия, ориентации на поверхности);
- ❖ формирование основных манипуляций и локомоций (ползание, лазание, ходьба, бег, бытовые и спортивные движения);
- ❖ формирование психоэмоциональных и ритмических движений;
- ❖ формирование оптимального динамического двигательного стереотипа (развитие моторики);
- ❖ профилактику заболеваний верхних дыхательных путей и легких.

Занятия с детьми проводятся с учетом рекомендаций врачей (педиатра, фтизиатра)

Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду направлена на:

удовлетворение природной потребности детей в двигательной активности. В ее организации выделены три блока:

1 блок. Специально организованное обучение, где взрослые выступают в качестве партнера-инициатора.

Используются различные варианты физкультурных занятий: традиционные, игровые, сюжетные, тематические, комплексные, итоговые, физкультурно-познавательные – интеграция познавательной и двигательной активности (выполнение образных физических упражнений, подвижные игры, игровые задания, упражнения на дыхание, элементы релаксации, обмен впечатлениями).

2 блок. Совместная деятельность взрослого и детей, которая включает разные формы активности: динамические паузы между занятиями, игровой час во вторую половину дня ежедневно. Подвижные игры на прогулках, «Дни здоровья», спортивные праздники, физкультурные досуги, индивидуальная и кружковая работа с детьми.

3 блок. Свободная самостоятельная деятельность детей, предусматривающая формирование самостоятельной двигательной деятельности.



С этой целью оборудованы функциональные помещения с необходимым оборудованием и атрибутикой. Помимо этого используются особые условия дошкольного учреждения. На территории детского сада оборудована спортивная площадка, в каждой группе обустроены игровые физкультурные уголки для проведения корригирующей гимнастики, игровых часов, подвижных игр и соревнований и др.

Рационально организованную деятельность по физическому воспитанию позволяет получить положительную динамику физической подготовленности детей *(положительную динамику физической подготовленности детей можно проследить на примере подготовительной группы).*

1.2. АНАЛИЗ ВНЕШНИХ И ВНУТРЕННИХ ФАКТОРОВ ПОТЕНЦИАЛА РАЗВИТИЯ МКДОУ

(SWOT-АНАЛИЗ)

ВНЕШНИЕ ФАКТОРЫ	
ВОЗМОЖНОСТИ	угрозы
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Наличие государственного заказа в области сохранения и укрепления здоровья воспитанников. ❖ Поддержка со стороны отдела образования. ❖ Развитая сеть учреждений города, занимающихся научной деятельностью, подготовкой и повышением квалификации кадров в области здоровьесберегающей деятельности. ❖ Наличие нормативного обеспечения здоровьесберегающей деятельности. ❖ Наличие городских и республиканских программ, направленных на поддержание социального здоровья. ❖ Мероприятия посвященные Всемирному дню борьбы с 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Отсутствие единой государственной программы обеспечения здоровья населения. ❖ Низкий уровень культуры здоровья в обществе. ❖ Увеличение числа детей с ослабленным здоровьем, в том числе с туберкулезной интоксикацией. ❖ Увеличение семей с низким доходом семьи. ❖ Ухудшение общей экологической обстановки в Йошкар-Оле. ❖ Низкая межведомственная координация. ❖ Относительно низкий культурный уровень социума. ❖ Отсутствие целевого финансирования здоровьесберегающей деятельности ОУ.

<ul style="list-style-type: none"> ❖ Наличие городской системы профилактики беспризорности и правонарушений. 	
Внутренние факторы	
Преимущества	Недостатки
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Наличие высококвалифицированных специалистов и сотрудничество с психолого-медико-социальной службой в городе. ❖ Хороший профессиональный уровень педагогов. ❖ Соответствие педагогических работников ДОУ уровням квалификации. ❖ Наличие «Службы здоровья» в МКДОУ «Детский сад № 7 «Золушка». ❖ Наличие желания приобретения опыта в области здоровьесбережения. ❖ Наличие кружков в ДОУ, реализующих программы дополнительного образования детей здоровьеразвивающей направленности. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Недостаточная оснащенность медицинского кабинета специальным оборудованием для проведения профилактических оздоровительных процедур; ❖ Ограниченное количество помещений для организации дополнительных кружков. ❖ Недостаточный опыта работы педагогического коллектива детского дома по созданию здоровье сберегающей среды; ❖ Недостаточное количество кадров обученных валеологическими знаниями ❖ Специфика учреждения - (все воспитанники ДОУ зачислены по направлению республиканского туберкулезного диспансера с диагнозом тубконтакт МБТ). ❖ Наличие у детей негативного, травмирующего жизненного опыта до поступления в ДОУ (асоциальные семьи).

1.3. Анализ проблемы физического развития детей дошкольного возраста

Всем нам хочется видеть своих детей здоровыми, бодрыми, красивыми и умными. Во многом это зависят от нас, взрослых, окружающей среды и того воспитания, которое получают дети. К сожалению, статистика свидетельствует, что в течение последних лет состояние здоровья наших детей катастрофически ухудшается. Сегодня в среднем по России на каждого из детей приходится не менее двух заболеваний в год. Приблизительно 20–27 % детей относится к категории часто и длительно болеющих. Количество детей, страдающих ожирением, возрастает на 1 % ежегодно. По данным прогнозов, 85 % этих

детей – потенциальные больные сердечно-сосудистыми заболеваниями. Около 50 % детей нуждаются в психокоррекции, что характеризуются серьезным психологическим неблагополучием. В подавляющем большинстве дети, начиная с дошкольного возраста, уже страдают дефицитом движений и сниженным иммунитетом.

В чем кроются **причины** ухудшения здоровья детей? По мнению многих исследователей, это – **неблагоприятная экологическая обстановка, наследственные факторы, нерациональное питание, и сниженная двигательная активность** ввиду недооценки родителями роли физического воспитания в формировании и развитии гармонично развитой личности. Ученые доказали, что фундамент здоровья или, наоборот, предпосылки к болезням у человека закладываются как в пренатальный период развития, так и в период младенчества и детства. В зрелом возрасте значительные усилия общества и индивида тратятся на то, чтобы сохранить имеющийся потенциал здоровья.

Для того чтобы успешно и безошибочно вести ребенка по пути физического совершенства, необходимо знать основные законы построения и развития движений, правильно организовать двигательный режим, выбрать наиболее эффективные средства физического воспитания в соответствии с возрастными, половыми и индивидуальными особенностями развития.

Общепризнанно, что двигательная активность в жизнедеятельности человека является важнейшим условием, определяющим его здоровье, физическую и умственную работоспособность. **Особо важное значение имеет двигательная активность в дошкольном возрасте**, являясь необходимым условием формирования основных структур и функций организма, одним из способов познания мира и ориентировки в нем, а также условием всестороннего развития и воспитания детей. П.Ф.Лесгафт, основоположник русской системы физического воспитания, придавал огромное значение движениям не только в физическом, но также в умственном и нравственном воспитании детей.

Положение о том, что в процессе движений развивается деятельность мозга, получило глубокое физиологическое обоснование. Исследуя функции высшей нервной деятельности человека, М.М.Кольцова пришла к выводу, что даже частичное ограничение двигательных действий детей в раннем возрасте вызывает отставание в развитии их речи. Психологами доказано, что через формирование произвольных движений происходит развитие воли ребенка, мотивов его поведения.

Движения оказывают всестороннее влияние на организм человека, и это влияние особенно важно для растущего и развивающегося организма. Под влиянием движений улучшается функция сердечно-сосудистой системы и дыхательного аппарата, регулируется деятельность нервной системы и других физиологических процессов. При активных движениях дыхание углубляется, улучшается легочная вентиляция. Кроме того, движения повышают

устойчивость ребенка к заболеваниям, вызывают мобилизацию защитных сил организма.

Итак, достаточный объем движений является основным условием нормального физического развития ребенка. Это очень важно понять не только педагогам, но и родителям. Однако, несмотря на опыт и знания, родители часто совершают ошибки. Вместо того, чтобы подготовить ребенка к активной самостоятельной жизни, сформировать в нем здоровые привычки, делают все наоборот – перекармливают, балуют детей, оберегают их от каких бы то ни было трудностей. Кто-то из родителей из «добрых» побуждений подкладывает на тарелку ребенку кусок торта или старается всеми силами почаще кормить свое чадо, решив, что о фигуре пока заботиться рано.

В последнее время во многих семьях большое внимание уделяется не физическому воспитанию ребенка, а интеллектуальному. В таких семьях дети все свободное время занимаются иностранным языком, с репетитором или с компьютером. Это само по себе неплохо. Тем более – такие высокие требования к детям предъявляет сегодняшняя жизнь. Плохо то, что родители, озабоченные престижным будущим своих детей, совершенно забывают, что ребенок есть ребенок и ему нужны не только интеллектуальные, но и физические нагрузки. Ему необходимо бегать, прыгать, играть, переключаться с одного занятия на другое, развиваясь полноценно и всесторонне.

Снижение двигательной активности, по мнению врачей-гигиенистов, отрицательно влияет на общее развитие ребенка, в результате чего снижается устойчивость к простудным факторам (такие дети в 3–5 раз чаще болеют простудными заболеваниями). Гиподинамия вызывает нарушение обмена веществ, способствует ожирению, которое само по себе неблагоприятно воздействует на растущий организм. У детей, которые мало двигаются, чаще бывают травмы, излечиваются они труднее. Нарушение осанки отмечают у 10,7 % пятилетних детей, 22,1 % – шестилетних и 34,7 % – семилетних. Снижение объема движений отрицательно сказывается на овладении двигательными умениями и навыками, развитии двигательных качеств.

Невосполненное удовлетворение в движении ограничивает возможность проявления индивидуальности ребенка в играх, в быту, в общении со сверстниками и отрицательно сказывается на его психическом развитии, провоцируя замкнутость, застенчивость, нерешительность, неверие в свои силы и возможности. Между тем, приучив ребенка постоянно заботиться о своем здоровье, привив ему полезную привычку регулярно выполнять физические упражнения, выработав у него чувство дискомфорта, возникающего из-за отсутствия должной физической активности, можно рассчитывать, что в будущем он останется верен привитой в детстве потребности к движениям, ставшей такой же привычной, как умывание по утрам, и будем надеяться, что в зрелом возрасте у него не будет покалывать сердце, пошаливать печень и появляться боль в пояснице.

1.4. Анализ ресурсного обеспечения программы

Программно-методическое обеспечение базируется на комплексной программе развития и воспитания ребенка в детском саду «От рождения до школы» под редакцией Вераксы Н.Е., Комаровой Т.С., Васильевой М.А. и др.

Физическое развитие детей в детском саду осуществляется по воспитателями на основе методических рекомендаций к программе «От рождения до школы».

- ❖ **Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду во 2 младшей группе»**
- ❖ **Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду в средней группе»**
- ❖ **Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду в старшей группе»**
- ❖ **Пензулаева Л.И. «Физкультурные занятия в детском саду в подготовительной группе»**

МКДОУ осуществляет целенаправленную работу по развитию физической культуры воспитанников и формированию у них здорового образа жизни. Эта работа осуществляется по следующим направлениям:

- ❖ формирование ценностного отношения воспитанников к проблемам здоровья;
- ❖ осуществление мониторинга здоровья воспитанников;
- ❖ реализация систем спортивных мероприятий и двигательной активности воспитанников как компонента воспитательной работы;
- ❖ организация рационального питания;
- ❖ создание материально-технического обеспечения формирования здорового образа жизни и развития физической культуры воспитанников.

формирование
отношения к
здоровью

мониторинг
здоровья

двигательная
активность детей

рациональное
питание

создание МТО
для
формирования
ЗОЖ

Формирование у детей здорового и безопасного образа жизни, в условиях нерегламентированной деятельности, осуществляется воспитателями на основе тематического планирования, разработанного педагогическим коллективом дошкольного образовательного учреждения. В основе данного планирования лежит:

- ❖ **Новикова И.М. «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников»**
- ❖ **Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет»**
- ❖ **Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой, Р.Б. Стеркиной «Основы безопасности детей дошкольного возраста».**

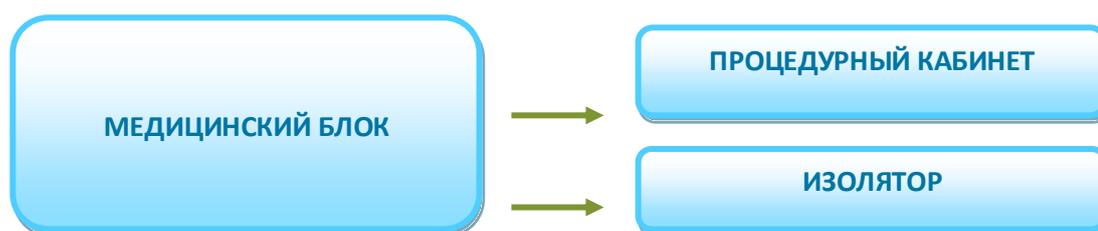
Психическое здоровье ребенка – это не только биологическое, но и социальное понятие. Педагоги ДООУ, совместно с родителями, призваны вселить в каждого ребенка чувство бодрости, оптимизма, уверенности в себе, помочь формированию компетенции каждого ребенка в области здоровьесбережения.

Коррекция речевых патологий у детей осуществляется учителем-логопедом, посредством ряда программ обучения и воспитания детей с фонетико-фонематическим и общим недоразвитием речи, рассчитанных на детей от 5 до 7 лет, **авторов Т.Б. Филичевой, Г.В., Чиркиной.**

1.5. Материально-технические условия

Медицинский блок, предназначенный для проведения лечебно - оздоровительной и профилактической работы с детьми включает в себя следующие помещения:

- ❖ медицинский кабинет;
- ❖ процедурный кабинет;
- ❖ изолятор.



Организация предметно-развивающей среды в групповых помещениях осуществляется с учетом возрастных особенностей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечает санитарным требованиям охраны жизни и здоровья детей, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

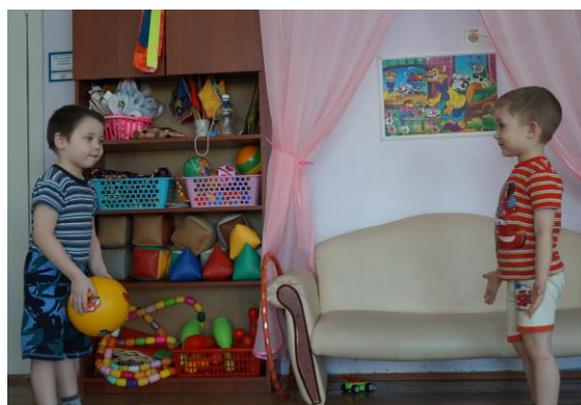


В групповых помещениях созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной деятельности детей. Для обеспечения психологического комфорта в группах оборудованы уголки уединения.



Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы «уголки здоровья», оснащенные наглядно-демонстрационным материалом, книгами, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

В каждой возрастной группе имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей и проведения закаливающих процедур. Кроме того в каждой группе имеется нестандартное оборудование выполненное руками педагогов для профилактики плоскостопия у детей.



Физкультурные уголки в групповых комнатах

Для организации и проведения физкультурных, музыкально-ритмических занятий, спортивных праздников и развлечений функционируют музыкально-физкультурный зал, оснащенный всем необходимым оборудованием.



Выполнение общеразвивающих и основных движений.



Прогулочные участки оснащены стационарным оборудованием для развития основных видов движения и игр детей.



В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки. Проводятся народные праздники такие как «Проводы Зимы» и «Весна идет».

На спортивной площадке прокладывается лыжня, расчищается участок для проведения физкультурных занятий на воздухе. Для обеспечения двигательной активности детей в холодный период года на улице проводятся подвижные и спортивные игры.

Самостоятельная исследовательская деятельность на прогулке тоже имеет немаловажное значение. Детей учат наблюдать за птицами, природными явлениями окружающей нас жизни (снегопад, вьюга, сильный ветер, солнце и др.)

Очень любят дети трудиться на своем участке. С большим желанием разметают дорожки и убирают снег с построек, лепят из снега различные угощения для сюжетных игр.

Зимним забавам тоже отводится время на прогулке. Ребятишки с большим желанием лепят снеговиков, различные постройки, делают горку под руководством взрослых. Папы и мамы помогают залить ее и затем начинается самое главное – катание на ней.

Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает санитарным требованиям охраны жизни и здоровья детей, их физиологии, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.



1.6 Кадровое обеспечение

В штатное расписание дошкольного образовательного учреждения включены следующие единицы, обеспечивающие реализацию общеобразовательной программы развития и воспитания ребенка в детском саду «От рождения до школы»;

- ❖ врач-фтизиатр;
- ❖ медицинская сестра;
- ❖ старший воспитатель;
- ❖ учитель-логопед –.;
- ❖ воспитатели;
- ❖ музыкальный руководитель;

КАДРОВОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДОУ



Данный анализ позволяет сделать вывод о необходимости разработки и внедрения программы **«Учусь быть здоровым»**, призванной обеспечить комплексное медико-психолого-педагогическое воздействие на оздоровление детей, формирование, сохранение и укрепление их здоровья и готовности дошкольного образовательного учреждения к ее реализации.

Программа **«Учусь быть здоровым»** в детском саду создана для сохранения и укрепления здоровья детей, для воспитания самопознания, самопринятия и самоуважения дошкольников.

Коллектив сотрудников детского сада должен решить проблемы профилактики и улучшения состояния здоровья детей путем создания щадящих условий, комплекса медицинских общеукрепляющих мер, специальных коррекционных мероприятий, направленных на воспитание здорового образа жизни.





Построение программы

2. Концептуальный подход к построению программы

Дошкольный возраст является тем периодом, когда закладывается фундамент здоровья, основы дальнейшего полноценного физического развития организма.

Вырастить крепких, здоровых детей – наша важнейшая задача. И решается она совместными усилиями педагогов, медицинских работников и семьи

Цель программы: Комплексное оздоровление и всестороннее формирование личности ребенка с учетом особенностей его физического, психического развития, индивидуальных возможностей и способностей, обеспечение готовности к школьному обучению, социально-психологическая поддержка детей с туберкулезной интоксикацией.

Задачи:

- ❖ Разработка индивидуальных маршрутов оздоровления каждого ребенка на основе взаимодействия с семьей;
- ❖ Обеспечение семей детей всей имеющейся информацией о передовых и эффективных технологиях и методиках по оздоровлению детей;
- ❖ Разработка комплексного плана оздоровительных и профилактических мероприятий на основе интеграции деятельности специалистов ДОУ.

Программа нацелена на воспитание ребенка-дошкольника здорового физически, инициативного и раскрепощенного, социально и нравственно развитого.

Она включает в себя 3 основных направления:



Каждое направление реализуется одной или несколькими подпрограммами.

Целевые подпрограммы учитывают комплексный подход, включающий различные компоненты, совокупность которых объединена в понятии *«Полноценное здоровье ребенка»*. Подпрограммы имеют физиологическое обоснование в каждом разделе наряду с учетом закономерностей возрастной психофизиологии и педагогической психологии.

ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Цель: *Повышение уровня физического здоровья детей с туберкулезной интоксикацией в ДООУ и в семье.*

Задачи:

- ❖ изучение уровня физического развития и выносливости детей дошкольного возраста;
- ❖ анализ возможности учебно-воспитательного процесса в дошкольном учреждении, семье для комплексного подхода к физическому воспитанию дошкольников;
- ❖ укрепление здоровья детей;
- ❖ воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- ❖ организация специальной коррекционно-воспитательной работы с учетом индивидуальных особенностей детей.

Принципы построения раздела «Физическое здоровье»

Единство физического и психического здоровья и эмоционального благополучия ребенка.

Пути достижения физического и психического здоровья ребенка не сводятся к узкопедагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Они пронизывают всю организацию жизни детей в дошкольном учреждении, организацию предметной и социальной среды, режима и разных видов детской деятельности, учета возрастных и индивидуальных особенностей.

Принцип рационального сочетания интеллектуальных нагрузок, организованной двигательной деятельности и целесообразного двигательного режима.

На улучшение здоровья детей, их благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни, то есть полная реализация следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.

Принцип индивидуального подхода, способствующий успешному поиску адекватных медико-педагогических методов и приемов.

На основе анализа проводимой работы по укреплению здоровья детей по всем основным показателям необходимо определять направления работы в целом и по каждой возрастной группе.

Необходимо своевременно корректировать содержание медико-педагогических приемов с учетом индивидуальных особенностей ребенка, применение психолого-педагогических приемов, направленных на купирование и предупреждение нежелательных аффективных проявлений.

Принцип естественной двигательной активности с учетом региональных и климатических условий

Ежедневные занятия физической культурой, игры и развлечения на воздухе, проводимые с учетом экологической обстановки, региональных и климатических условий в районе детского учреждения.

Обеспечение дошкольного учреждения современным физкультурным оборудованием.

ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

Цель: *Создание комплекса психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.*

Задачи:

- ❖ создание в ДОУ атмосферы психологической защищенности, что способствует ограждению ребенка от стрессовых ситуаций, повышает его уверенность в собственных силах и способствует углублению его взаимодействия с окружающими;
- ❖ купирование нарушений эмоционального состояния детей и создание условий для нормального функционирования их нервной системы.

Принципы построения раздела «Психическое здоровье»

Принцип сохранения и улучшения нервно-психического здоровья с помощью психолого-педагогических средств.

Психолого-педагогические средства направлены на развитие ребенка и коррекцию его негативных индивидуальных особенностей в условиях ДОУ. Коррекционно-развивающие мероприятия и вспомогательные средства общения направлены на:

- ❖ формирование навыков общения;
- ❖ гармонизацию отношений ребенка в семье и со сверстниками;
- ❖ коррекцию некоторых личностных свойств, которые препятствуют общению, либо изменение проявления этих свойств так, чтобы они не влияли негативно на процесс общения;
- ❖ коррекцию самооценки ребенка с целью приближения ее к адекватной.

Принцип учета общих закономерностей разностороннего развития детей дошкольного возраста и сензитивных периодов в развитии психических процессов.

Каждый ребенок обладает только одному ему, присущими особенностями познавательной деятельности, эмоциональной жизни, воли, характера.

Каждый ребенок требует индивидуального подхода, опираясь на сензитивность данного этапа развития ребенка.

Реализация *деятельностного подхода к воспитанию*, то есть проведение всех видов воспитательной работы – образовательной и коррекционной в русле основных видов детской деятельности.

С целью формирования, закрепления знаний об отдельных признаках, свойствах и отношениях объектов реальной действительности проводятся специальные дидактические игры, используются специальные коррекционные упражнения (игровые варианты психотерапии, суггестивные – основанные на внушении, тренировочные, разъясняющие).

Стимуляция психической и двигательной активности детей осуществляется в различных видах детской деятельности (бытовой, игровой, изобразительной, трудовой и др.).

СОЦИАЛЬНО - ПРАВСТВЕННОЕ ЗДОРОВЬЕ

Цель: *Формирование духовных общечеловеческих ценностей.*

Задачи:

- ❖ воспитание основ духовности, гуманизма, созидательно-творческого отношения ребенка к миру;
- ❖ формирование высоконравственных начал личности через культуру речевого общения;
- ❖ формирование представлений у ребенка о взаимосвязи природы и человека.

Принципы построения раздела

«Социально-нравственное здоровье»

Принцип постепенного усиления осознанности социально-нравственных представлений:

- понимания красоты и смысла нравственных поступков;
- необходимости выбора той или иной линии поведения в зависимости от обстоятельств;
- осознания последствий положительных или отрицательных поступков;
- установление причинно-следственной связи между отношениями;

- чувствам и поступкам людей;
- усиление роли самооценки в поведении.

Применение указанных принципов и разработанного на их основе комплекса оздоровительно-коррекционной работы обеспечит выполнение главных задач по укреплению физического, психического и социально-нравственного здоровья детей.



2.1. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Создание максимально благоприятных условий для формирования здоровьесберегающей среды в ДОУ, которые позволят обеспечить:

- ❖ повышение успешности воспитанников в образовательной деятельности;
- ❖ формирование у воспитанников готовности к сохранению и укреплению здоровья;
- ❖ снижение заболеваемости и функциональной напряженности у воспитанников;

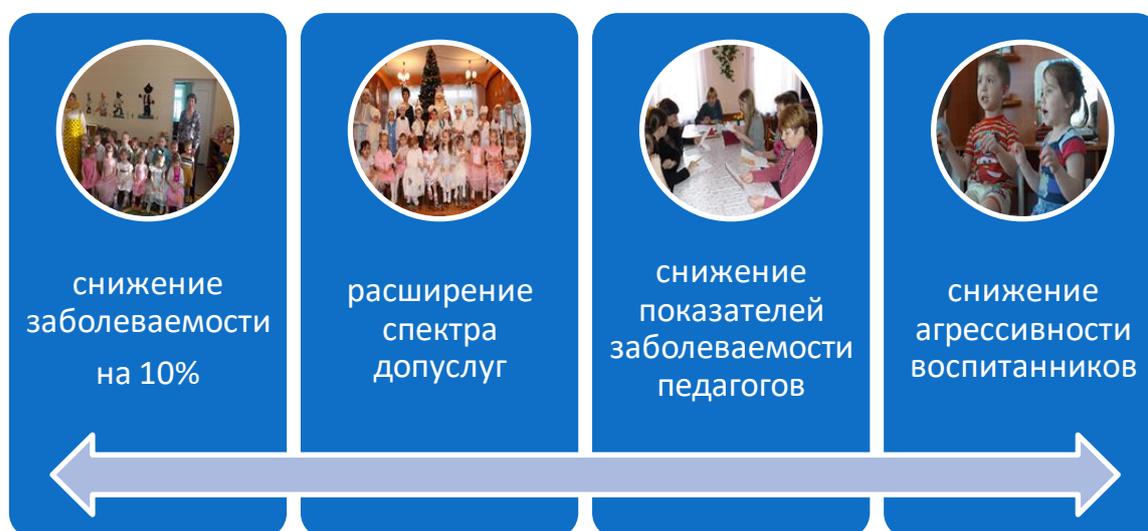
- ❖ повышение готовности педагогов к здоровьесозидающей деятельности;
- ❖ усовершенствование организации здорового и рационального питания в ДОУ.

2.Повышение уровня валеологической грамотности и обеспечение безопасной жизнедеятельности воспитанников и педагогов; осознание потребности в здоровом образе жизни.

3.Улучшение физического и эмоционально-психологического состояния всех участников воспитательного процесса.

- ❖ Расширение сети спортивных кружков и видов физкультурно-оздоровительной работы ;
- ❖ Рост спортивных достижений воспитанников;
- ❖ Повышение профессиональной компетенции педагогов и работников ДОУ в сохранении и укреплении физического, нравственного, и социального здоровья воспитанников.

ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ



2.2.НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЕ И МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников являются:

- ❖ Конвенция о правах ребенка
- ❖ Законы и подзаконные акты Российской Федерации
- ❖ Закон РФ «Об Образовании», статья 2, п.1 (от 13.01.1992 № 12-ФЗ с внесенными позднее изменениями)
- ❖ Закон РФ «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан»
- ❖ Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»
- ❖ Закон РФ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» (от 30.03.1999 № 52-ФЗ)
- ❖ Закон РФ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
- ❖ Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2011 № 373;
- ❖ Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049 - 13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», утверждёнными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15.05.2013 № 26

2.3. МЕТОДИКА ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- ❖ Основные результаты реализации Программы оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики травматизма; утомляемости воспитанников и т.п.
- ❖ Инструментарий проведения контроля:
 - степень участия воспитанников ДООУ в акциях по пропаганде ЗОЖ
 - анализ статистических показателей и мониторинговых исследований
 - опросы воспитанников, педагогов, родителей
 - общественная оценка качества работы – анкетирование всех участников воспитательного процесса;
 - общественная оценка педагогического совета качества работы ДООУ

Удовлетворение потребностей населения в услугах дошкольного образования:

- ❖ Использование потенциальных возможностей ДООУ (вариативность форм оказания дошкольных образовательных услуг).
- ❖ Открытость системы дошкольного образования в социальной среде, взаимодействие ее с другими социальными институтами детства.

- ❖ Охват детей развивающим обучением в ДОУ.
- ❖ Инновационная деятельность ДОУ.
- ❖ Реализация приоритетного направления деятельности детского сада.
- ❖ Использование валеологической поддержки образовательного процесса в ДОУ.
- ❖ Коэффициент посещаемости детьми ДОУ.
- ❖

Реализация мониторинга осуществляется на основе документов и материалов полученных в ходе:

- ❖ лицензирования, аттестации и государственной аккредитации;
- ❖ оценка деятельности ДОУ при помощи анкетирования родительской общественности;
- ❖ самоанализа деятельности ДОУ в аспекте качества образования;
- ❖ отчетности, утвержденной нормативными актами федерального уровня.

Результаты мониторинга фиксируются в таблицах, соответствующих целям и задачам конкретных исследований, на основании которых дается оценка деятельности ДОУ.



Методическая работа

3. СИСТЕМА МЕТОДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

В нашем детском саду продумана система всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства воспитателей. Она направлена на профессиональное адаптирование, становление, развитие и саморазвитие воспитателей. Система методической работы детского сада включает разные виды деятельности, ориентированные на осознание, апробацию и творческую интерпретацию инновационных программ и технологий по оздоровлению детей.

Наша работа направлена на то, чтобы в познавательной, игровой и практической форме привить воспитанникам знания и в области профилактики заболеваний.

Работу начали с анкетирования, по результатам которого определилась группа риска дошкольников по развитию заболеваний. В анкете были предложены следующие вопросы.

Анкета.

1. Занимаетесь ли вы ваш ребенок спортом?
2. Делаете ли вы зарядку по утрам?
3. Правильно ли вы питаетесь?
4. Соблюдаете ли вы режим дня?
5. Проводите ли вы ежедневные пешие прогулки

Был составлен план работы, по которому проводились развивающие занятия соответствующей тематике. Так например в подготовительной группе прошло занятие на тему: «Что расскажет нам сердце?» где дети занимались исследовательской деятельностью, считали свой пульс (в спокойном состоянии и после физических упражнений)



После исследовательской деятельности детям было предложено продемонстрировать кулинарные способности своей семьи, где они представляли «фирменные» блюда, полезные для сердца.



Презентация блюд закончилась их дегустацией.

Проводимая работа по профилактике ССЗ заинтересовала не только наших дошколят, но и их родителей. Было предложено выпустить «книгу» кулинарных рецептов «Вкусняшки для сердца».

Педагогами для просветительской работы для родителей были разработаны буклеты: «О правильной и здоровой пище» «Движение – это жизнь», «НЕТ вредным привычкам» и др.

В старшей группе дети вместе с родителями приняли участие в издании плакатов «Наше здоровое питание»



В нашем дошкольном учреждении создана здоровьесберегающая инфраструктура: имеется физкультурный зал оснащен спортивным оборудованием, необходимым для реализации программы, в каждой группе оборудован уголок здоровья, позволяющий детям реализовывать потребность в движении.

Вся работа по физическому воспитанию и оздоровлению детей в ДОУ выстраивается с широким применением игровой деятельности, а вся двигательно-игровая деятельность ребенка считается основой его физического развития, обучения, оздоровления и воспитания.

Благодаря грамотно выстроенной системе физкультурно-оздоровительной работы и широкому применению игровой деятельности в ДОУ, мы надеемся на снижение уровня заболеваемости у детей.

Однако, главное действующее лицо в педагогическом процессе – воспитатель, именно ему предъявляются требования, ориентируя его на получение качественных показателей в работе с детьми при введении ФГОС.

В связи с этим, работа с кадрами предусматривает:

- ❖ реализацию комплексных мер по использованию здоровьесберегающих технологий;
- ❖ обеспечение дифференцированного подхода к физическому воспитанию с разными группами здоровья;
- ❖ снижение и профилактику детской заболеваемости;
- ❖ повышение компетентности родителей в вопросах охраны здоровья и формирования здорового образа жизни;
- ❖ написание мини-программы оздоровления группы;
- ❖ оказание помощи педагогам в проведении мониторинга.

Данная деятельность отражает особенность нашего образовательного учреждения (детский сад для детей с туберкулезной интоксикацией), осуществляется в соответствии с программой развития ДОУ, а также нашла отражение в национальной образовательной программе воспитание здорового человека.

Обновление содержания работы по физическому воспитанию в ДОУ

В рамках обновления содержания работы по физическому воспитанию в ДОУ постоянно повышается профессиональная компетентность педагогов в области здоровьесбережения, проводится мониторинг состояния здоровья и физической подготовленности дошкольников.

Для сохранения и укрепления здоровья детей, воспитания привычки к здоровому образу жизни в ДОУ обновляется вариативная здоровьесберегающая среда. Регулярно проводятся совместные с родителями оздоровительные мероприятия: «Дни здоровья», «Красота в движении – здоровье с детства», «Семейные старты», в которых используется нетрадиционное спортивное оборудование.

С целью популяризации физкультуры и спорта, сохранения и укрепления здоровья детей в детском саду организована кружковая деятельность.



**Вся оздоровительная работа в ДОО находится под контролем
медицинских работников**



Врач-педиатр дважды в год проводит полное обследование детей, регулярно 3 раза в неделю осуществляет профилактические медицинские осмотры. Врач-фтизиатр три раза в неделю осматривает детей по просьбам родителей и с целью профилактики. Работа медицинского персонала строится в двух направлениях: профилактика и оздоровление.

Профилактические мероприятия:

1. Для повышения иммунитета: элеутерокок, бронхомунал, деринат (по назначению врача).
2. Витаминные препараты: флорента, ревит, витамин С (индивидуально для каждого ребенка в домашних условиях).
3. Фитотерапия.
4. Орошение зева с календулой, соевым раствором.
5. Для профилактики гриппа – оксолиновая мазь.
6. Ношение медальона со свежими дольками чеснока.

7. Для профилактики увеличения щитовидной железы – йодомарин, калия йодид.

8. При карантине строгое соблюдение карантинных мероприятий: масочный режим, избегание контакта с другими группами, наблюдение.

Оздоровительные мероприятия:

1. Самомассаж общий, точечный: дыхательная гимнастика для детей, корригирующая для формирования правильной осанки, зрительная гимнастика для профилактики зрения у дошкольников.

2. Ведется диспансерная работа, так как дети часто болеющие, 2 раза в год контроль анализа крови с лейкоформулой, осмотр узких специалистов.

3. Ведутся индивидуальные паспорта здоровья на каждого ребенка с отметкой о психическом, физическом и соматическом состоянии здоровья детей.

Все профилактические прививки делаются с разрешения родителей и с соответствующей подготовкой.

Во время проведения занятий и режимных моментов учитываются особенности здоровья детей, осуществляется индивидуальный подход в соответствии с установленными диагнозами.

Под руководством медицинских работников проводятся мероприятия по закаливанию детей.

Закаливание повышает сопротивляемость организма инфекционным и простудным заболеваниям, способствует ускорению обмена веществ, оказывает благотворное влияние на психосоматическое состояние ребенка. Обязательное условие закаливания – соблюдение принципов постепенности и систематичности.

Педагогами проводится неспецифическое закаливание:

- воздухом:

1. Прием детей на свежем воздухе согласно климатическим условиям.

2. Одежда детей, обеспечивающая тепловой комфорт.

3. Прогулки 2-3 раза в день.

4. Сквозное проветривание в отсутствие детей.

5. Оздоровительный сон с доступом свежего воздуха.

6. Воздушные ванны до и после сна.

7. Утренняя гимнастика и физкультурные занятия в облегченной одежде при открытой форточке, а также на свежем воздухе.

8. Гимнастика после сна.

9. Массаж стоп – хождение босиком по специальным дорожкам.



10. Дозированное хождение по «Тропе Здоровья» в летнее время года

- **водой:**

1. Умывание и другие гигиенические процедуры.
2. Полоскание горла прохладной водой с раствором лекарственных трав.
3. Мытье рук до локтя прохладной водой.

- **солнцем:**

1. Световоздушные ванны.
2. Солнечные ванны.



Организация диетического питания.

В ДОУ выполняются принципы организации рационального здорового питания: полноценность, регулярность, разнообразие, гигиена, индивидуальный подход во время приема пищи. В ежедневном меню широко используются продукты, содержащие микроэлементы (молоко, йодированная соль), проводится витаминизация третьего блюда.

Регулярно детям предлагается витаминный стол, который включает соки, фрукты и кипяченую воду. Чай с лимоном, напиток из шиповника, компоты из свежих яблок, сухофруктов, кураги постоянно включаются в рацион шестиразового питания детей.

Для лучшего функционирования процессов пищеварения и стимулирования аппетита у детей в питание включены овощные салаты и фрукты, содержащие растительную клетчатку.



Основное внимание уделяется организации диетического питания. Поскольку детский сад круглосуточный и дети находятся в нем пять дней в неделю, при составлении меню учитывается объем пищи в граммах, нормы потребления различных продуктов в граммах, суточная потребность детей в основных пищевых ингредиентах, суточная потребность в витаминах и их содержание в различных продуктах.

Правильно составленное меню, позволяет получить детям все необходимое количество жизненно важных элементов и калорий для нормального развития детского организма.

В качестве профилактических действий, направленных на укрепление сердечно-сосудистой системы детей в ДОО систематически готовятся блюда из кураги, изюма, варится напиток из шиповника, еженедельно готовятся овощные салаты, в том числе из свеклы, запеканки из овощей и др.

В качестве третьего блюда даются детям овощные и фруктовые соки.

С целью расширения диеты ежемесячно планомерно организуются «пробные завтраки».



Создание условий для оздоровительной работы с детьми



Комнатные растения являются хорошим резервом для оздоровления окружающей среды. Они служат живым фильтром, активно удаляя летучие органические соединения и вредоносные микробы. Также для оздоровления воздушной среды используются планомерное ежедневное сквозное проветривание помещений во время еды, ионизирование воздуха с помощью люстры

Создание микроклимата.

Создание комфортного психологического микроклимата является одним из главных направлений работы ДОО с детьми. Педагоги проводят специальные

занятия по коррекции поведения детей. Также на занятиях дети обучаются азбуке выражения мимики и эмоций.

Занятия помогают детям изжить невротические проявления (неуверенность, различного рода страхи) и способствуют выработке положительных черт характера.



Организация развивающей среды.



В нашем ДОО созданы уголки здоровья, в которых находятся пособия для самостоятельных занятий спортом. Имеется все необходимое оборудование по всем видам движений в музыкально- физкультурном зале. Оборудована спортивная площадка для занятий и игр на свежем воздухе.



Работа с командой ДОУ.

Здоровье ребенка во многом зависит от обстановки, которая окружает его дома. Доброжелательные семейные отношения определяют эмоциональное состояние ребенка, его психическое здоровье. Положительный результат оздоровительной работы возможен только при поддержке родителей.

Программа станет эффективной, если весь коллектив примет её основные положения и осознает, что при систематическом выполнении ее требований можно действительно достичь положительных результатов в укреплении физического и психического здоровья детей.

Учитывая специфику нашего ДОУ,
педагогами групп разрабатываются
мини-программы оздоровления детей
каждой возрастной группы, где учитываются
темы самообразования педагогов.



Правильное дыхание - один из лучших вариантов укрепления здоровья. Дыхание - на первый взгляд самая обычная вещь. Мы дышим всю свою жизнь и порой не задумываемся о важности этого процесса. Дыхание составляет важнейшую из всех функций нашего организма, так как все остальные его функции зависят от дыхания.

По медицинской статистике, а наши дети поступают в наш детский сад для детей с туберкулезной интоксикацией на основании заключения санаторно-отборочной комиссии РПТД, и все являются частоболеющими детьми. Поэтому основное значение в своей лечебной, оздоровительной и профилактической работе мы отводим дыхательной гимнастике и дыхательным упражнениям. Умение детей правильно дышать является основой жизнедеятельности организма.



Все сотрудники, работающие с детьми, используют дыхательную гимнастику во всех видах деятельности проводимых в ДОУ на протяжении всего дня.

На музыкальных занятиях музыкальный руководитель использует музыкальные инструменты для развития грудного дыхания.

Проводимая система занятий с детьми дошкольного возраста комплексно воздействует на развитие ребенка.

В ходе работы установлено, что только при комплексном и систематическом использовании во всех режимных моментах в ДОУ нетрадиционных методов коррекции и оздоровления; личностно-ориентированном подходе к педагогическому и медицинскому процессу, при активизации совместной деятельности ДОУ и семьи по вопросам оздоровления и развития ребенка, а также создание психоэмоционального и физического комфорта для детей как в ДОУ, так и дома, будут способствовать сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.

Т.О. введение данной комплексно-целевой программы оздоровления детей «Учусь быть здоровым» и групповых мини-программ в воспитательно-образовательную систему данного ДОУ через сотрудничество детского сада и семьи, позволяет добиться снижения заболеваемости дошкольников, и стать мощным фактором духовного обогащения; нравственного, эстетического развития и психического здоровья детей.

В родительских уголках всех возрастных групп периодически обновляется рубрика "Школа родителей", например: "Вкусная и здоровая пища каждый день", "Вырастить здорового ребенка", предложены нетрадиционная методика профилактики простудных заболеваний и др.

Опрос родителей на тему: "Здоровый образ жизни в вашей семье" показал, что многие родители (23%) стали больше проводить время со своими детьми: прогулки, походы на природу и т.д., стали бросать свои вредные привычки.





Работа с семьей

4. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С СЕМЬЕЙ

Здоровье ребенка зависит не только от физических особенностей, но и от условий жизни в семье. Этот раздел программы рассматривает взаимосвязь двух основных социальных структур: семьи и детского сада, ребенок не эстафета, которую детский сад и семья передают друг другу, в работе нужно поддерживаться не принципа параллельности, а взаимопроникновение двух социальных институтов. Ни одна, даже самая лучшая программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей.

Совместная работа с семьей строится на следующих основных положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

- ❖ Единство, которое достигается в том случае, если цели и задачи воспитания здорового ребенка понятны хорошо не только воспитателям, но и родителям, когда семья знакома с основным содержанием, методами и приемами оздоровления часто болеющих детей в детском саду и дома, а педагоги используют лучший опыт семейного воспитания.
- ❖ Систематичность и последовательность работы (в соответствии с индивидуальным маршрутом детей с туберкулезной интоксикацией) в течение всего года.
- ❖ Индивидуальный подход к каждому ребенку и к каждой семье на основе учета их интересов и способностей.
- ❖ Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета педагога в семье, а родителей – в детском саду.
- ❖ Обязательная полная информированность родителей о здоровье ребенка, о питании детей в детском саду, о проведении закаливающих и оздоровительных мероприятиях, антропометрических данных, о вакцинации, о психофизической подготовленности ребенка.

В ходе реализации программы решаются следующие задачи:

- ❖ Повышение эффективности работы по пропаганде здорового образа жизни.
- ❖ Обучение родителей современным технологиям закаливания и оздоровления детей.
- ❖ Увеличение активности родителей в профилактических мероприятиях, направленных на оздоровление детей.

Взаимодействие с родителями по вопросу сохранения и укрепления здоровья детей осуществляется по следующим направлениям:

1. Просветительское
2. Культурно - досуговое
3. Психофизическое

Просветительское направление

- ❖ Наглядная агитация (стенды, памятки, папки – передвижки, устные журналы)
- ❖ Собеседование (сбор информации)
- ❖ Анкетирование, тесты, опросы
- ❖ Беседы
- ❖ Встречи со специалистами
- ❖ Бюллетени (закаливание и оздоровление ребенка в домашних условиях)
- ❖ Индивидуальные консультации по возникшим вопросам
- ❖ Круглый стол
- ❖ Дискуссии (совместное обсуждение проблем, планов на будущее)
- ❖ Знакомство родителей с новинками литературы по проблеме здоровья.

Культурно - досуговое направление

- ❖ Дни открытых дверей.
- ❖ Совместные праздники и развлечения.
- ❖ Организация вечеров вопросов и ответов.



Психофизическое направление

- ❖ Физкультурные досуги, развлечения с участием родителей
- ❖ Спортивные соревнования.
- ❖ Открытые мероприятия по физкультурно-оздоровительной работе с детьми и родителями.
- ❖ Открытые занятия педагогов с родителями
- ❖ Тренинги, семинары – практикумы.

Взаимодействие с родителями по вопросу изучения удовлетворенности родителей качеством предоставляемых образовательных и медицинских услуг в сфере оздоровления детей осуществляется на основе мониторинга и анкетирования родителей и их степени удовлетворенности оказанными образовательными и медицинскими услугами.

Таким образом, в МКДОУ создается микроклимат, в основе которого лежит уважение к личности человека, забота о каждом ребенке, доверительное отношение между взрослыми и детьми, родителями, педагогами и медиками, **то есть обеспечивается взаимосвязь физической, психической и социальной составляющих здоровья.**





Мониторинг

5. Мониторинг эффективности реализации программы

Цель: Выявить и определить эффективность реализации программы «Учусь быть здоровым» .

Эффективность работы

В оценке эффективности проведенных лечебно-оздоровительных мероприятий основным критерием является динамика уровня заболеваемости каждого ребенка в течение года оздоровления в сравнении с заболеваемостью за предшествующий выздоровлению год (об эффективности выздоровления судят по динамике заболеваемости за год до и после лечения).

Для оценки эффективности оздоровления дети подразделяются на 4 группы:

I группа – ребенок перешел из группы часто болеющих детей в группу эпизодически болеющих или не болеющих (выздоровление);

II группа – ребенок перенес на два и более заболевания меньше, чем до оздоровления, но по количеству перенесенных заболеваний остался в группе часто болеющих детей (улучшение);

III – группа уровень заболеваемости ребенка до и в период оздоровления одинаков (без перемен);

IV – группа после оздоровления число острых заболеваний стало больше, чем до того (ухудшение).

Кроме того, эффективность оздоровления часто длительно болеющих детей и детей с ослабленным состоянием здоровья оценивается по следующим показателям:

- ❖ Положительная и соответствующая возрасту динамика основных показателей физического развития (вес, рост);
- ❖ При уменьшении длительности каждого последующего эпизода острого заболевания;
- ❖ При снижении числа дней посещения ДООУ, пропущенных одним ребенком за год;
- ❖ Отсутствие осложненного течения острых заболеваний;
- ❖ При нормализации показателей функционального состояния организма (хороший сон, аппетит, улучшение эмоционального состояния, самочувствия.);

Для всех групп риска рассчитывается показатель эффективности оздоровления (ПЭО):

$$\text{Показатель эффективности оздоровления (ПЭО)} = \frac{\text{Число ЧБД снятых с учета по выздоровлению}}{\text{Общее число ЧБД, получивших оздоровление}} * 100\%$$

Эффективным считается оздоровление при ПЭО не менее 23%

С учета по выздоровлению снимаются дети, которые в течение длительного времени (12 месяцев) имеют вышеназванные показатели эффективности.





Литература



1. Б.Б. Егоров, Т.В. Нестерюк. Оздоровительно - воспитательная работа с ослабленными детьми в ДОУ. Пособие для практических работников. Элиста:
2. «Джангар», 1999, - 64 с.
3. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. — М., 1986.
4. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей ДОУ. Под.ред.З.И. Бересневой. - М.: ТЦ Сфера, 2003. - 32 с.(Серия «Библиотека руководителя ДОУ»).
5. Змановский Ю.Ф. и Эффективное закаливание в дошкольных учреждениях - Педиатрия. 1989.— № 4.
6. М.Ю. Картушина. Зеленый огонек здоровья. Программа оздоровления дошкольников. М. Творческий Центр Сфера, 2007.
7. Кузнецова М.Н. Неспецифическая профилактика респираторных заболеваний в педиатрии. М., 1990.
8. М.Н. Кузнецова. Оздоровление детей в детском саду. М.Айрис Пресс, 2008.
9. Т.К. Марченко, Ю.Ф.Змановский. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях. М., 1996.
- 10.В.И.Орел, С.Н.Агаджанова. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях. СПб.: Детство – Пресс, 2008.
- 11.М.А.Павлова, М.В.Лысогорская. Здоровьесберегающая система ДОУ. Волгоград «Учитель», 2009.
- 12.Романцов М.И. Реабилитационное лечение детей, часто болеющих респираторными заболеваниями. М., 1992.
- 13.А.В. Семенович. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учеб. пособие для высш.учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 232 с.: ил.

