

**Целевая оздоровительная программа
«Здоровый малыш» в СП «Детский сад «Чудо-
Град» ГБОУ СОШ «ОЦ «Южный город»
пос. Придорожный м.р. Волжский Самарской
области**

Целевая воспитательная программа «Здоровый малыш»

РАЗДЕЛ 1. Общие положения.

Современное состояние общества, высочайшие темпы его развития предъявляют все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают статистические данные: физиологически зрелыми рождаются не более 14% детей.

Освобождение системы образования от жестких рамок привычных стереотипов и норм, появление новых степеней свободы у образовательных учреждений дали поразительный толчок творчеству. Но вместе с ним возросла учебная нагрузка воспитанников. Чтобы решить это противоречие, нужна программная скоординированная работа всех участников учебно-воспитательного процесса, опирающаяся на научно-обоснованные решения и рекомендации.

Отчетливо осознавая невозможность решения проблемы в одиночку, ДООУ всемерно стремится к тесным связям с семьей, общественностью, организационными структурами и старается всесторонне обеспечивать преемственную связь между ДООУ и программой начальной школы.

1.1. Ожидаемые результаты: внедрение оптимального режима учебного труда и активного отдыха; повышение уровня физического, психического и социального здоровья воспитанников; уменьшение количества поведенческих рисков, опасных для здоровья; повышение уровня лечебной и профилактической работы; осознанное отношение детей и их родителей к состоянию здоровья как основному фактору успеха на последующих этапах жизни.

1.2. Критерии становления и развития: повышение чувства собственного достоинства воспитанников, педагогов, их социального самосознания; комфортный стиль межличностных отношений между всеми участниками учебно-воспитательного процесса; максимальное предоставление ребенку возможностей для своего физического развития в органическом единстве с гигиеническими и физиологическими требованиями; выполнение регламентированных программой педагогических мероприятий — обучение здоровью; увеличение двигательной активности воспитанников (физкультминутки, подвижные игры, увеличение количества спортивных кружков, спортивные мероприятия); вовлечение окружающего социума в жизнь ДООУ.

1.3. Основание для разработки программы:

1.4. Законодательно-нормативное обеспечение программы: Конституция РФ; Декларация прав ребенка; закон РФ "Об образовании"; СанПиН.

1.5. Цель программы: разработка целостной социально-педагогической системы, здоровьесберегающих технологий и применение их в целях коренного улучшения состояния и качества здоровья всех участников

образовательного процесса; формирование мотивации и ответственности за сохранение собственного здоровья.

1.6 Задачи программы: внедрение современных методов мониторинга здоровья, внедрение новых методов и технологий по реабилитации детей с различными видами нарушений в физическом развитии, разработка мероприятий, которые уменьшат риск возникновения заболеваний, пропаганда здорового образа жизни (ЗОЖ), оказание помощи родителям по сохранению здоровья детей, просвещение педагогического коллектива по здоровьесберегающим технологиям.

1.7.Объекты программы: воспитанники; педагогический коллектив; родители; медицинские работники; общественные и государственные организации Самарской области.

1.8. Сроки реализации программы: 2021 - 2023 гг.

1.9. Организация контроля выполнения программы: администрация ДОУ, родительский комитет ДОУ, медицинский персонал ДОУ.

РАЗДЕЛ 2. Основные принципы программы

1) гуманизации и демократизации — определение конкретных целей и задач образования, воспитания и развития личности, создание комфортной среды и условий для ее самореализации, консолидации ДОУ, семьи, общественно-государственных структур и интересах подрастающего поколения;

2) соответствия - целей, задач содержания программы национальной стратегии, интересам государственной и региональной политике;

3) научности — внедрять, модернизировать передовой научный опыт отечественных и зарубежных ученых и педагогов по созданию здоровьесберегающих технологий;

4) участия — привлечение дошкольников к непосредственному и сознательному участию в целенаправленной деятельности по оздоровлению своего организма, целесообразной деятельности, рациональному использованию времени, вовлечение родителей в целенаправленную деятельность по формированию у детей здоровых привычек, по своевременной диспансеризации детей, вовлечение их в различные объединения, осуществление санитарно-просветительской работы, вовлечение педагогов в широкое педагогическое движение по созданию здоровой педагогической среды,

5) гарантий — реализация конституционных прав детей, на получение дошкольного образования и медицинского обслуживания, выполнение государственных гарантий, направленных на здравоохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения;

6) социальной компенсации — обеспечение социальной и правовой защищенности детей, находящихся в семьях, требующих социальной поддержки, детей с особыми образовательными потребностями.

7) преемственности — обеспечение комплексного сквозного подхода в

обучении здоровью между разными ступенями обучения и видами детской деятельности;

8) максилогического подхода — жизнь человека является высшей ценностью, а основой его жизнедеятельности является освоение общечеловеческих ценностей, где здоровье выступает основной категорией;

9) блочного подхода — позволяет педагогически воспроизвести многообразие общественной практики, сохранить принцип научности содержания, повысить эффективность его реализации.

РАЗДЕЛ 3. Основные направления программы.

Создание банка системной организации о состоянии психического, физического, нравственного здоровья детей в ДОУ, системный анализ здоровья детей с целью последующей адекватной медико-психолого-педагогической коррекции.

Профилактика раннего выявления патологии детей.

Реабилитация психофизической работоспособности детей и организация здорового образа жизни.

Профилактическая работа по предупреждению инфекционных заболеваний.

Разработка и внедрение оптимальной системы медицинского обеспечения.

Решение оздоровительных задач средствами физической культуры.

Формирование валеологического мышления всех участников педагогического процесса (ребенок – воспитатель – родители).

Изучения и внедрение передового социального, педагогического, медицинского опыта по оздоровлению детей с его последующей апробацией и широким внедрением.

Повышение квалификации педагогических кадров.

Оздоровительная работа, предполагающая систему эффективных психологических и коррекционных мероприятий, организацию двигательной активности.

РАЗДЕЛ 4. Обеспечение основных направлений программы.

4.1. Организационно-методическая деятельность по здравоохранению и здоровоукреплению воспитанников.

- Мониторинг здоровья дошкольников, педагогов, травматизма детей, микросреды ОУ, состояния физического развития воспитанников, диагностика зрения.
- Разработка программ: спортивно-оздоровительная работа, валеология в ДОУ и дома, нравственное здоровье.
- По результатам мониторинга здоровья дошкольников сформировать группы здоровья
- Разработка методических рекомендаций:
-для проведения занятий по физическому воспитанию с учетом групп

здоровья,

-для проведения спортивно-оздоровительных мероприятий в блоке совместной деятельности,

- для проведения динамических пауз на занятиях,

-медико-экологическая реабилитация детей с хроническими заболеваниями,

- медико-педагогическая реабилитация детей с особыми образовательными потребностями.

- Организация работы с родителями по проблемам сохранения и укрепления здоровья их детей.
- Организация психолого-педагогической помощи детям и их родителям.
- Разработка цикла семинаров для педагогического коллектива по здоровьесберегающим и здоровоукрепляющим методикам.

4.2. Улучшение санитарных условий и совершенствование санитарно-оздоровительных мероприятий.

- Разработка принципов проведения индивидуальных профилактических осмотров состояния здоровья детей и сотрудников в ДОУ.
- Привлечение узких специалистов для организации и проведения углубленных осмотров детей в ДОУ.
- Разработка и внедрение научно-методических рекомендаций по паспортизации здоровья детей как одной из форм контроля и личностно-ориентированной коррекции и здоровья воспитанников.
- Мониторинг состояния здоровья дошкольников и сотрудников с целью определения важнейших направлений их оздоровления.
- Разработка мероприятий с родителями по профилактике наркомании, токсикомании и других вредных привычек, формированию потребности в здоровом образе жизни.
- Разработка мероприятий по профилактике вредных привычек, формированию потребности в здоровом образе жизни у детей.
- Определение группы детей с хроническими заболеваниями и часто болеющих детей, разработка программы по их оздоровлению.

4.3. Организация питания.

- Организация питания детей с учётом всех возможных форм финансирования, в том числе и родительской платы.
- Организация витаминных столов, витаминизация третьего блюда.

4.4. Инновационная деятельность по укреплению и сохранению здоровья детей в ДОУ.

- Отработка моделей: формирования валеологической культуры и валеосферы, взаимодействия медработника и педагогов по вопросу охраны и укрепления здоровья детей.
- Мониторинг адаптации детей, подготовка рекомендаций по смягчению

адаптационного периода.

4.5. Обучение здоровью участников воспитательно - образовательного процесса.

- Введение спецкурса по валеологии в блок совместной деятельности.
- Введение спецкурса по ОБЖ в блок совместной деятельности.
- Контроль по выполнению программ ОБЖ, физкультуры, валеологии.
- Организация кружковой работы по ритмике, лечебной физкультуре, танцам, спортивных секций
- Организация физкультурного досуга детей совместно с родителями.
- Организация мероприятий по ЗОЖ, ГО и безопасности в различных жизненных ситуациях.
- Введение инновационных форм организации двигательной активности в блоке совместной деятельности.

4.6. Решение оздоровительных задач средствами физической культуры и спорта.

- Подбор педагогических кадров.
- Проведение круглого стола «Здоровый малыш».
- Комплектация специальных групп для детей с ослабленным здоровьем.
- Введение спортивно-оздоровительных дней в ДОУ.
- Организация массовых соревнований совместно с родителями.
- Использование в учебном процессе комплексных физических упражнений для динамических пауз на занятиях.
- Осуществление мер по модернизации системы физического воспитания на основе современных технологий и методик.
- Разработка рекомендаций по использованию естественных средств оздоровления и физкультуры в условиях семьи.

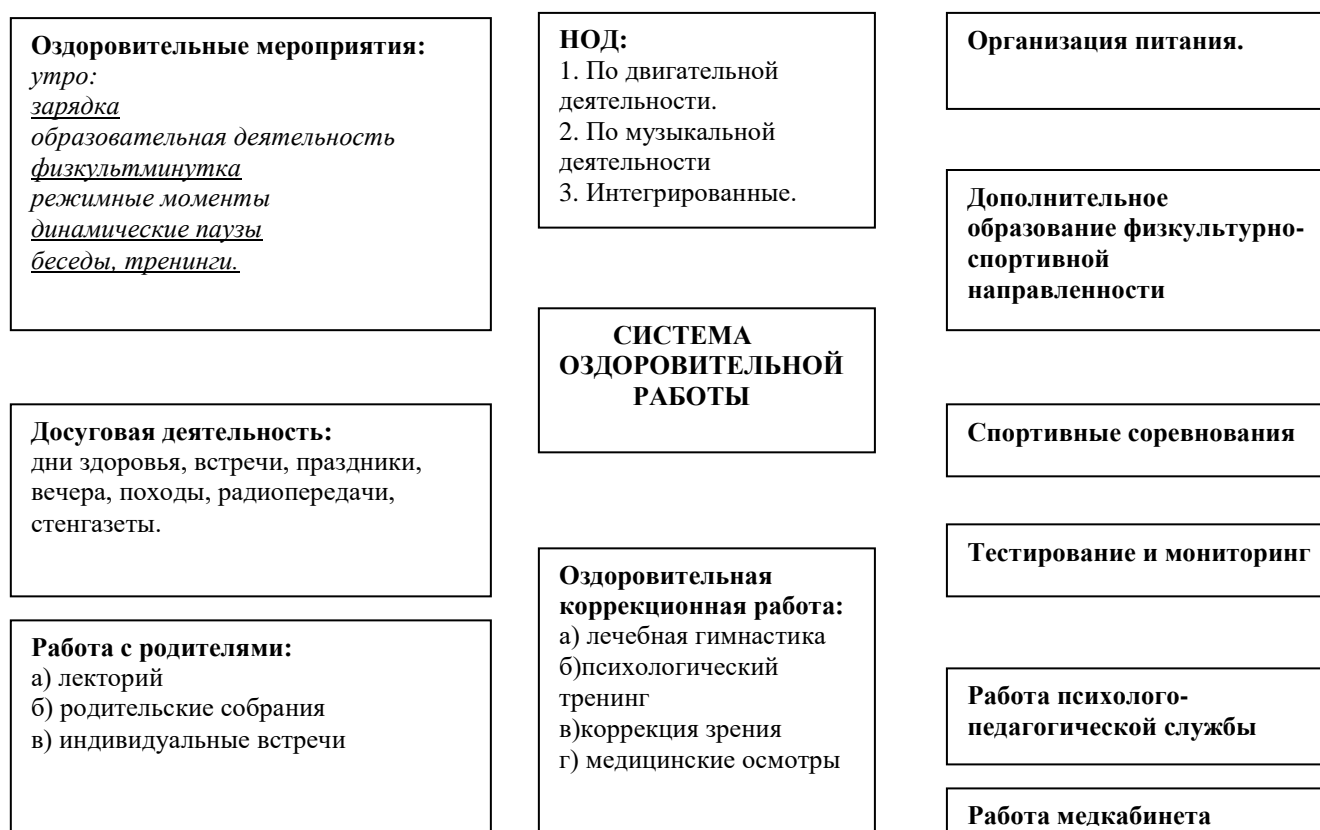
4.7. Внедрение оптимальной системы медицинского обеспечения по оказанию помощи детям.

- Контроль за сеткой специально организованного обучения в виде занятий в целях упорядочения учебной нагрузки.
- Подготовка памятки о режиме дня и рекомендации для родителей по соблюдению режима дня в выходные дни.
- Контроль за санитарно-гигиеническим состоянием помещений дошкольного учреждения.
- Профилактика болезней (близорукости, сколиоза, плоскостопия, инфекционных заболеваний).
- Проведение санитарно-просветительской работы среди родителей.
- Введение курса валеологии и ОБЖ в блок совместной деятельности.
- Разработка рекомендаций по смягчению адаптационного периода в СП.

РАЗДЕЛ 5. Структура программы.

- Соматическое здоровье – уроки биологии и ОБЖ, спецкурсы, пропаганда ЗОЖ, профилактика вредных привычек, работа медкабинета.
- Физическое здоровье – физкультура, спорт, физминутки, динамические минутки, зарядка, режим дня, секции.
- Психическое здоровье – психогигиена, работа педагога-психолога, проведение упражнений на релаксацию, психогимнастика.
- Нравственное здоровье – межличностные и межвозрастные отношения, поиски бесконфликтного общения.

РАЗДЕЛ 6. Оздоровительная модель



Здоровьесберегающие технологии

<i>Виды здоровьесберегающих педагогических технологий</i>	<i>Время проведения в режиме дня</i>	<i>Особенности методики проведения</i>	<i>Ответственный</i>
<i>1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья</i>			
<i>Стретчинг</i>	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста в физкультурном или музыкальном залах либо в групповой комнате, в хорошо проветренном помещении	Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием. Опасаться непропорциональной нагрузки на мышцы	Руководитель физического воспитания
<i>Ритмопластика</i>	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста	Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка	Руководитель физического воспитания, музыкальный руководитель, педагог ДО
<i>Динамические паузы</i>	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	Воспитатели

<i>Подвижные и спортивные игры</i>	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр	Воспитатели, руководитель физического воспитания
<i>Релаксация</i>	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	Воспитатели, руководитель физического воспитания, психолог
<i>Технологии эстетической направленности</i>	Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др. Для всех возрастных групп	Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса	Все педагоги ДОУ
<i>Гимнастика пальчиковая</i>	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Воспитатели, логопед

<i>Гимнастика для глаз</i>	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога	Все педагоги
<i>Гимнастика дыхательная</i>	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги
<i>Гимнастика бодрящая</i>	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ	Воспитатели
<i>Гимнастика корригирующая</i>	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей	Воспитатели, руководитель физического воспитания
<i>Гимнастика ортопедическая</i>	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы	Воспитатели, руководитель физического воспитания

<i>2. Технологии обучения здоровому образу жизни</i>			
<i>Занятие по двигательной деятельности</i>	3 раза в неделю в спортивном зале и бассейне. Ранний возраст - в групповой комнате, 10 мин. Младший возраст- 15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший возраст - 25-30 мин.	Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	Воспитатели, руководитель физического воспитания
<i>Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)</i>	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом	Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности	Воспитатели, психолог
<i>Коммуникативные игры</i>	1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста	Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.	Воспитатели, психолог
<i>Занятия из серии «Здоровье»</i>	1 раз в неделю по 30 мин. со ст. возраста	Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития	Воспитатели, руководитель физического воспитания, педагог-валеолог

3. Коррекционные технологии

<i>Арттерапия</i>	Сеансами по 10-12 занятий по 30-35 мин. со средней группы	Занятия проводят по подгруппам 10-13 человек, программа имеет диагностический инструментарий и предполагает протоколы занятий	Воспитатели, психолог
<i>Технологии музыкального воздействия</i>	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр.	Все педагоги
<i>Сказкотерапия</i>	2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста	Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей	Воспитатели, психолог
<i>Технологии воздействия цветом</i>	Как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач	Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой	Воспитатели, психолог

		ребенка	
<i>Технологии коррекции поведения</i>	Сеансами по 10-12 занятий по 25-30 мин. со старшего возраста	Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек. Группы составляются не по одному признаку - дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический инструментарий и протоколы занятий	Воспитатели, психолог
<i>Психогимнастика</i>	1-2 раза в неделю со старшего возраста по 25-30 мин.	Занятия проводятся по специальным методикам	Воспитатели, психолог
<i>Фонетическая ритмика</i>	2 раза в неделю с младшего возраста не раньше чем через 30 мин. после приема пищи. В физкультурном или музыкальном залах. Мл. возраст-15 мин., старший возраст-30 мин.	Занятия рекомендованы детям с проблемами слуха либо в профилактических целях. Цель занятий - фонетическая грамотная речь без движений	Воспитатели, руководитель физического воспитания, логопед

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию

на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, если будут созданы условия для возможности корректировки технологий, в зависимости от конкретных условий и специализации ДОУ; если, опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; будут сформированы положительные мотивации у педагогов ДОУ и родителей детей.