****

СОДЕРЖАНИЕ

**Характеристика учреждения 3**

Постановка проблемы 6

Цели, задачи, направления программы 12

Основные принципы программы 13

Ожидаемые результаты 13

Оценка результатов 14

Основные блоки программы 14

**I. МЕДИЦИНСКИЙ БЛОК 15**

Организация лечебно-профилактической работы 15

Примерный режим МБДОУ 16

Ортопедический режим 16

Закаливание в МБДОУ 17

Профилактика острых кишечных инфекционных заболеваний 18

Профилактика острых инфекционных заболеваний 19

Профилактика близорукости 19

Организация питания в МБДОУ 20

**II. БЛОК РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ 21**

**III. БЛОК РАБОТА С ПЕДАГОГАМИ 22**

**IV. БЛОК РАБОТА С ДЕТЬМИ 23**

**V. ФОРМИРОВАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ 24**

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 24**

**ПРИЛОЖЕНИЕ 25**

**Характеристика учреждения**

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №75» комбинированного вида функционирует с 1984 года.

Детский сад с момента открытия находился в ведении городского домостроительного комбината, в дальнейшем – Администрации муниципального образования г. Махачкалы.

С 2002 года в МБДОУ «№75» открыты логопедические группы.

*В настоящее время функционирует десять групп с фактической наполняемостью 245 ребенка (по лицензии)*:

Первая младшая «А» – 19

Первая младшая «Б» – 19

IIмладшая «А» – 30

II младшая «Б»– 29

Средняя «А» – 30

Средняя «Б»– 28

Старшая – 26

Подготовительная – 29

Логопедическая «А» – 18

Логопедическая «Б» – 17

*По данным социального паспорта*

|  |  |
| --- | --- |
| *Характеристика контингента* | *Число чел.* |
| Общее число родителей | 413 |
| Число полных семей | 203 |
| Число неполных семей | 42 |
| Число семей, в которых дети находятся под опекой | - |
| Число многодетных семей | 20 |

*Результаты анкетирования*

*Анкетирование проводилось в апреле 2014г. Участие приняли 86% семей.*

1. Как Вы оцениваете состояние здоровья Вашего ребенка?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Хорошее | 105 | 53% |
| Удовлетворительное | 79 | 40 |
| Слабое | 14 | 7 |
| Затрудняюсь ответить | 0 |  |

2. Как Вы оцениваете физическое развитие Вашего ребенка?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Хорошее | 115 | 58% |
| Удовлетворительное | 57 | 29 |
| Слабое | 26 | 13 |
| Затрудняюсь ответить | 0 |  |

3. Как посещение детского сада влияет на здоровье ребенка?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Положительно | 102 | 51% |
| Вообще не влияет | 34 | 17 |
| Отрицательно | 20 | 10 |
| Затрудняюсь ответить | 44 | 22 |

4. Как посещение детского сада влияет на физическое развитие ребенка?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Положительно | 144 | 73% |
| Вообще не влияет | 23 | 12 |
| Отрицательно | 0 |  |
| Затрудняюсь ответить | 31 | 15 |

5. Как Вы считаете, проявляется ли в отношении ребенка к гигиеническим про­цедурам и физической зарядке положительное влияние детского сада?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Да, весьма значительное влияние | 117 | 59%% |
| Да, в небольшой степени | 68 | 34 |
| Влияние практически незаметно | 0 |  |
| Затрудняюсь ответить | 13 | 7 |

6. С каким настроением ребенок идет в детский сад?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Охотно | 107 | 54% |
| Когда как | 81 | 41 |
| Неохотно | 10 | 5 |

7. Нравится ли ребенку в детском саду?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Очень нравится | 102 | 52% |
| В основном нравится | 86 | 43 |
| Скорее не нравится, чем нравится | 10 | 5 |
| Совершенно не нравится | 0 |  |

8. Насколько Вы удовлетворены подготовкой, которую дает Вашему ребенку детский сад в перечисленных ниже областях:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Область обучения** | **Вполне удовл.** | **Частично удовл.** | **Не удовл.** | **Затруд-няюсьответить** |
| Математические пред­ставления | 99 | 68 | 5 | 24 |
| Навыки чтения | 67 | 43 | 26 | 27 |
| Навыки самообслужи­вания | 100 | 28 | 2 | 19 |
| Нравственное воспита­ние | 123 | 40 | 3 | 9 |
| Общее интеллектуаль­ное развитие, логическое мышление | 126 | 43 | 5 | 16 |
| Отношение к природе, эко­логическое воспитание | 99 | 40 | 1 | 18 |
| Правила поведения, нор­мы этикета | 121 | 44 | 3 | 7 |
| Соблюдение личной ги­гиены | 107 | 36 | 2 | 4 |
| Трудовое воспитание | 139 | 24 | 5 | 19 |
| Физическое развитие и укрепление здоровья | 134 | 31 | 10 | 20 |
| Элементарные правовые представления | 17 | 13 | 9 | 35 |
| Элементарные экономи­ческие представления | 43 | 20 | 7 | 89 |
| Эстетическое воспита­ние | 105 | 32 | 8 | 37 |

9. Как Вы оцениваете отношения, сложившиеся в детском саду между следую­щими группами:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Хорошие, дружеские** | **Нормальные, но бывают****конфликтные ситуации** | **Частые****конфликты,****напряженная****обстановка** | **Затруд­няюсь ответить** |
| Дети в группе вашего ребенка | 117 | 59% | 67 | 34% | 1 | 13 |
| Дети и воспитатели, педагоги | 182 | 92% | 18 | 9% | 0 | 0 |
| Родители детей | 134 | 68% | 32 | 16% | 0 | 32 |
|  | **Хорошие, дружеские** | **Нормальные, но бывают****конфликтные ситуации** | **Частые****конфликты,****напряженная****обстановка** | **Затруд­няюсь ответить** |
| Воспитатели и педагоги в коллек­тиве работников МБДОУсада | 143 | 72% | 13 | 6 | 0 | 42 |
| Руководство и коллектив детского сада | 153 | 77% | 7 | 3 | 0 | 38 |

10. Какие формы взаимодействия семьи и детского сада вы считаете наиболее актуальными (пометьте все возможные варианты):

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Индивидуальные консультации | 83 | 42% |
| Собрания, беседы | 86 | 43% |
| Памятки, буклеты.стенды | 42 | 21% |
| Вечер вопросов и ответов | 41 | 21% |
| День открытых дверей | 43 | 22% |
| Переписка педагогов и родителей | 9 | 4,5% |
| Семейная гостиная | 10 | 5% |
| Клубы | 15 | 8% |
| Праздники | 87 | 43% |

11. Насколько Вам нравится работа детского сада в целом?

|  |  |
| --- | --- |
| Очень нравится | 108 |
| В основном нравится | 89 |
| ***ИТОГО ПОЛОЖИТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА РАБОТЫ МБДОУ*** | ***99%*** |
|  |  |  |
| Скорее не нравится, чем нравится | 1 |  |
| Совершенно не нравится | 0 |  |

Положительная работа оценка работу МБДОУ «ДС №75»выявлена у 99% опрошенных. Следует обратить внимание на то, что родители считают слабым здоровье и физическое развитие своих детей от 7-13%. Родители отмечают, что посещение положительно влияет на развитие ребенка от 57-73%. при этом 10% родителей имеют проблемы детей при посещении детского сада (вероятно, это дети с эмоциональным напряжением – 5% не нравится посещать МБДОУ, так же некоторые конфликтные ситуации в детском социуме – 34%, некоторые конфликты с педагогами – 9%; ситуативные проблемы, связанные с нарушением режима дома, недомоганиями и хроническими заболеваниями ребенка).

**Постановка проблемы**

 Жизнь в XXI веке ставит перед нами много новых проблем, сре­ди которых самой актуальной на сегодняшний день является пробле­ма сохранения здоровья. Особенно остро эта проблема стоит в обра­зовательной области, где всякая практическая работа, направленная на укрепление здоровья детей, путем совершенствования службы здра­воохранения, должна приносить ощутимые результаты.

 Исследованиями отечественных и зарубежных ученых давно ус­тановлено, что здоровье человека лишь на 7-8% зависит от успе­хов здравоохранения и на 50% от образа жизни.

 В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребёнка, социально-экономическое состояние семьи, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счёте – отношение государства к проблемам здоровья.

Состояние здоровья детей в настоящее время вызывает особую озабоченность в государстве и обществе. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН, за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет лишь около 10% от контингента детей, поступающих в школу.

 При разработке программы мы исходим из понимания того, что здоровье человека включает несколько взаимозависимых и взаимообусловленных аспектов. Это физический, интеллектуальный, эмоциональный, социальный, личностный и духовный аспекты здоровья.

 Под *физическим аспектом* здоровья понимается то, как функционирует наш организм, здоровье всех его систем.

 Под *интеллектуальным*– как мы получаем информацию, знание того, где можно получить важную информацию и как пользоваться уже полученной информацией.

 *Эмоциональный аспект*здоровья означает понимание своих чувств и умение выражать их.

 *Социальный аспект* здоровья подразумевает осознание себя в качестве личности мужского или женского пола и взаимодействие с окружающим. *Личностный аспект* здоровья означает то, как мы осознаём себя в качестве личности, как развивается наше «я», чего мы стремимся достичь, и что каждый понимает под успехом.

 *Духовный аспект* здоровья - суть нашего бытия, то, что действительно важно для нас, то, что мы более всего ценим.

 В последние десятилетия все большее внимание ученых привлекает проблема детских стрессов, которые являются следствием дефицита положительных эмоций у ребенка и отрицательной психологической обстановки в семье. Детские стрессы нарушают нормальное течение физиологических процессов, что неизбежно ведет к ухудшению здоровья ребенка (Кистовская М.Ю., Анохина П.К., Неверович Л.З. и др.), приводит к различным соматическим и функциональным заболеваниям.

Природа позаботилась о нашем ресурсе здоровья, наградив нас от рождения структурной и сенсорной информационными системами, обладающими способностью к саморегуляции и поддержанию жизни. Дальше всё зависит от того, как мы распорядимся природным даром, зависит от нашего образа жизни. К факторам, влияющим на здоровье детей являются условия окружающей среды и природно-климатические факторы, биологические и генетические обстоятельства, социально-экономические условия, гиподинамия, проблема детских стрессов, которые являются следствием дефицита положительных эмоций у ребенка и отрицательной психологической обстановки в семье.

 *В настоящее время МБДОУ посещают 245 ребенка, из них: логопедические группы (ФФН)- 35, общеразвивающие- 210*

Результаты исследований в нашем детском саду свидетельствуют о том, что состояние здоровья детей нашего МБДОУ характеризуются следующими тенденциями:

* распространенность функциональных отклонений (фонетико-фонематическое недоразвитие речи) выявлено 94 ребенка – 40%,
* хронические заболевания у 2%,
* имеют дефицит массы тела 2,3% детей.
* нарушения сердечно-сосудистой системы 2,3 %,
* аллергические проявления 2,9 %,
* заболевания органов дыхания 4%.

 Среди хронической патологии: 3 % заболевания мочеполовой, 3 % сердечно – сосудистой системы. У 40% детей отмечается кариес зубов, имеют сниженную остроту зрения 5%. Также результаты исследования показали, что 10 % детей относятся к категориям часто болеющих.

 В МБДОУ созданы определенные условия для охраны и укрепления здоровья детей, их физического и психического развития. Это традиционные формы и методы оздоровительной и лечебно-профилактической работы с детьми, пространство учреждения:

* Медицинский блок расположен на первом этаже здания, имеет самостоятельный выход на земельный участок. Медицинский кабинет, площадь – 16,6 кв.м., оборудован двумя письменными столами, ростомером, весами, шкафом для хранения документации, раздельного хранения личных вещей персонала и санитарной одежды, бактерицидным облучателем. Блоки медицинского кабинета: процедурный кабинет, оборудован холодильником для хранения термолабильных медицинских препаратов, двумя медицинскими столиками, медицинским шкафом для хранения медикаментов и перевязочного материала, раковиной для обработки рук, бактерицидным облучателем; изолятор, площадь – 6,5 рассчитан для временного пребывания одного заболевшего ребёнка. Изолятор оборудован детской кроватью, тумбочкой для хранения посуды, бактерицидным облучателем. Процедурный кабинет: стены и потолококрашены масляной краской, пол - деревянный. Санузел изолятора: пол и стены облицованы кафельной плиткой на 1,7 м, выше и потолок окрашены водоэмульсионной краской. Внутренняя отделка помещений медицинского блока позволяет проводить влажную уборку с применением моющих и дезинфицирующих средств.
* Наружное электрическое освещение представлено лампами накаливания в защитной арматуре – пылевлагозащитные светильники.
* Озеленение участка составляет более 50% площади, вокруг здания выложен асфальт, высажены кустарники.
* 10 прогулочных площадок с игровым оборудованием. Игровые площадки индивидуальные для каждой группы. Для защиты детей от солнца и осадков на территории каждой игровой площадки установлены теневые навесы, имеющие одно и двухстороннее ограждения. На игровых площадках имеются малые игровые формы, песочницы.
* Имеется оборудованная общая физкультурная площадка, которая отделена от игровых участков. Физкультурная площадка имеет зону для подвижных игр, зону со спортивными снарядами, яму для прыжков, беговую дорожку.
* Спортивный зал. В теплый период года, занятия проводятся на улице (на спортивном участке или групповом - от решаемых задач). В спортивном зале полностью обновилось спортивное оборудование, тренажеры.
* 10 групп с игровыми комнатами, раздевалками, отдельным сан узлом и моечной комнатой. В группах обязательно имеются адаптированные детским потребностям уголки сюжетно-ролевой игры, конструирования, театрализованных игр, спортивные уголки, уголки природы и опытнической деятельности, уголки совместной и индивидуальной деятельности: ИЗО, аппликация, ручной труд, настольные игры, так же учебные центры (для проведения организованной деятельности). Части уголков подлежат взаимозаменяемости в зависимости от учебных задач и пристрастий детей группы.
* Содержится огород на территории МБДОУ. Имеется экологическая тропа.
* Для развития музыкальных и хореографических способностей имеется оборудованный музыкальный зал. Занятия проводятся под аккомпанемент фортепиано.
* Для проведения коррекционно-диагностической работы имеются отдельный кабинеты логопедов, кабинет психолога, имеются необходимые центры: игровой, учебный, методический. Обновлен и дополнен диагностический банк методик, пособия и д/игры для детей. Заменена детская мебель в кабинетах специалистов.

 Медицинское обслуживание осуществляют: врач, старшая медицинская сестра.

 Физическое воспитание детей осуществляется инструктор по физической культуре как на организованных занятиях, которые проходят в специально оборудованном спортивном зале, на открытой спортивной площадке, так и воспитателями в повседневной жизни в процессе различных режимных моментов (утренняя гимнастика, подвижные игры, гимнастика после сна). Еженедельно планируется и ведется работа по обучению детей элементам спортивных игр на свежем воздухе. Планирование физкультурных занятий опирается на физкультурную диагностику развития индивидуальных двигательных умений и навыков детей.

Уделяется внимание проведению физкультурных досугов и развлечений. Используются различные формы организации спартакиады, эстафеты, внутри группы, между группами МБДОУ «ДС №75», между детскими садами города; тематические соревнования «Джунгли зовут», «Олимпиадика», «Путешествие». Активно привлекаются родители, традиционные соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья».

В каждой группе создана система по укреплению физического здоровья детей: во всех возрастных группах организация двигательной активности сочетается с закаливающими мероприятиями.

Система обеспечения безопасной жизнедеятельности предполагает изучение правил дорожного движения и техники безопасностина занятиях и в совместной деятельности по перспективному плану, разработанному специалистами МБДОУ.

В МБДОУ ведется целенаправленная работа с родителями воспитанников, так как, только в тесном контакте педагогов и родителей можно добиться хороших результатов, укрепить и сохранить здоровье ребенка. В течение всего года родителей информируют о лечебно-оздоровительной работе, о заболеваемости детей. Через информационные стенды медицинского кабинета, родительские уголки в группах, а также родительские клубы, родительские собрания, распространение буклетов, листовок на актуальные темы о сохранении и укреплении здоровья воспитанников и семьи.

 Работа по оздоровлению детей в МБДОУ включает работу психолога по развитию коммуникативных навыков и коррекции проблем эмоционального развития ребенка (страхи, тревожность, агрессивность).

Осуществив проблемно-ориентированный анализ неудовлетворительного состояния здоровья детей, мы пришли к пониманию причин этого:

1. Адаптационные возможности детей в период привыкания к детскому учреждению, приводящие к негативным результатам (стресс) у некоторых дошкольников.
2. Отсутствие полной преемственности в области здоровьесбережения между детским садом и семьей.
3. Недобросовестность родителей по отношению к детям с вялотекущими проявлениями заболеваний. Несвоевременное информирование медицинского персонала о здоровье ребенка.
4. Переутомление детей нерегламентированной деятельностью (дополнительные образовательные и досуговые учреждения).
5. Несоответствие режимных моментов в домашних условиях и как следствие дезадаптация в МБДОУ.

Мы считаем, в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться, во-пер­вых, семья, включая всех ее членов и условия проживания; во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок про­водит большую часть своего активного времени, т.е. те социальные струк­туры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

 Исследования опроса родителей показали, что большинство семей (78 %) обеспокоены здоровьем детей и методами их оздоровления, у 56% родителей недостаточно сформирован интерес к физическому воспитанию, к закаливающим процедурам, в некоторых семьях (38%) есть отклонения от режима, особенно в выходные и праздничные дни, более 50% осознают необходимость подбора или специальной разработки индивидуальной программы и готовы подключиться к её разработке.

 На вопрос: «Соблюдается ли право ребёнка на охрану здоровья в стране, ДОУ и семье?» большинство родителей, педагогов считают, что данное право соблюдается не в полной мере, а частично.

 Был проведён опрос детей средних, старших и подготовительных групп: «Что такое здоровье?», «Какого человека можно назвать здоровым?», «Кто заботится о вашем здоровье?».

 О здоровье, здоровом человеке дети высказали общие представления: красивый, умный, хорошо питается, улыбается и т.д., нездоровый человек не купается, плохо спит, не гуляет, ест нездоровую пищу, злой и т.д.Заботу о здоровье, по мнению детей, в большей степени проявляют педагоги (зарядка, физкультура, витамины, чеснок и т.д.), в меньшей – родители (дают таблетки, гигиенические процедуры). Профессия педагога связана с проявлениями сопереживания, но со временем истощаются ресурсы положительных чувств и способность к сопротивлению стрессам, это приводит к истощению физических и психических сил, к эмоциональному сгоранию. Проведённые исследования показали, что в нашем коллективе наблюдается: 29 % педагогов со сниженной самооценкой, со слабой мотивацией эмоциональной отдачи в профессиональной деятельности, 14% с эмоциональным истощением.

 Поэтому в МБДОУ необходимо проводить работу по профилактике эмоционального здоровья педагогов.

 Таким образом, работа по здоровьесбережению в МБДОУ не в полной мере соответствует концепции здоровья и не в полной мере способствуют формированию здорового образа жизни.

**Цели и задачи программы**

***Цель программы***:

1. Создание оптимальных здоровьесберегающих условий в МБДОУ для детей дошкольного возраста и педагогов.
2. Совершенствование первичной профилактики, оздоровление детей, коррекция ранних отклонений координированными усилиями педагогов, родителей, медицинских работников.

***Задачи*:**

1. Формировать элементарные представления о здоровом образе жизни. Включить занятия по ОБЖ в образовательную программу МБДОУ «ДС №75»
2. Соотносить требования детского сада и семьи с особенностями состояния здоровья развития каждого ребенка.
3. Координировать работу педагогов, медиков, родителей по формированию культуры здоровья.

***Законодательно-нормативное обеспечение программы:***

1. Закон РФ «Об образовании».
2. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений.
3. Образовательная программа МБДОУ «ДС №75».
4. Устав МБДОУ «ДС №75».

***Сроки реализации программы:*** 2014 г. - 2018г.

**Основные принципы программы**

1. *Принцип научности* — подкрепление всех проводимых меро­приятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
2. *Принцип активности и сознательности* — участие всего коллек­тива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
3. *Принцип комплексности и интегративности* — решение оздоро­вительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
4. *Принцип социальной компенсации* – обеспечение социальной и правовой защиты детей.

**Ожидаемые результаты**

1. Повысится компетентность педагогического персонала МБДОУ в области здоровьесбережения, педагоги внедрят в практику своей деятельности методы поддержания физического, соматического, психоэмоционального здоровья.
2. Расширится осведомлённость родителей о системе здоровьесбергающей работы в МБДОУ. Родители и члены семей станут более активно включаться в планирование и организацию мероприятий, направленных на поддержание здоровья.
3. У детей будет формироваться осознанное отношение к своему здоровью, к нетрадиционным мероприятиям по оздоровлению. Будет отмечаться положительная динамика в снижении заболеваемости детей. Дети получат представления об элементарных навыках самооздоровления.

И в целом, отношения взрослых участников образовательного процесса станут более доверительными, открытыми, поддерживающими. Деятельность по здоровьесбережению в МБДОУ и семье будет основываться на принципе преемственности.

**Оценка результатов**

1. Качественная и количественная система контроля будет отслеживать исполнение мероприятий.
2. Качественная оценка реализации программы субъективная удовлетворённость педагогов, родителей, детей будет отслеживаться при помощи анкетирования, опросов, собеседования.
3. Динамика заболеваемости и посещаемости детей будет отслеживаться по результатам изучения медицинских карт и журнала посещаемости.
4. В конце учебного года полученные результаты будут анализироваться. Это станет основой для коррекции программы на последующий период.

**Основные блоки программы**

|  |  |
| --- | --- |
| I | Медицинский блок. |
| II | Работа с родителями |
| III | Работа с педагогами. |
| IVV | Работа с детьмиФормирование МТБ |
|  |  |

1. **Медицинский блок**

**Цель: медицинское обеспечение и контроль за состоянием здоровья детей**

**Организация лечебно-профилактической работы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки | Ответственные |
|  | Профилактические осмотры | Еженедельно | Врач |
|  | Осмотр врачами - специалистами | 1 раз в год | Старшая медсестра, врачи – специалисты из городской детской поликлиники |
|  | Определение показателей физического развития  | Два раза в год | Старшая медсестра |
|  | Медико-педагогическая коррекция | По необходимости | ПМПк |
|  | Консультативная помощь узких специалистов | По необходимости | Врач, педагог - психолог |
|  | Проведение профилактических прививок | Согласно плану прививок | Врач, старшая медсестра |
|  | Анализ заболеваемости | Ежемесячно, итог в июне месяце | Старшая медсестра |
|  | Медикаментозная сезонная иммуно-корригирующая профилактика гриппа | По графику детской поликлиники №2 | Врач, старшая медсестра |
|  | Оздоровительные мероприятия по закаливанию | Ежемесячный контроль | Старшая медсестраВоспитатели |

**Примерный режим МБДОУ**

|  |
| --- |
| **Дома** |
| 6.30-7.30 | Подъем, утренний туалет |
| **В детском саду** |
| 7.00-8.00 | Прием, осмотр, игры |
| 8.00-8.20 | Утренняя гимнастика, дежурство |
| 8.20-8.50 | Подготовка к завтраку, завтрак |
| 8.50-9.00 | Подготовка к занятиям |
| 9.00-10.50 | Занятия фронтальные и по подгруппам (кол-во и время занятий в зависимости от возраста детей от 2-3 занятий, от 10 до 30 мин) |
| 10.50-12.15 | Игры, подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, труд) |
| 12.15-12.30 | Возвращение с прогулки, культурно-гигиенические процедуры, самомассаж, профилактическая работа, подготовка к обеду. |
| 12.30-13.00 | Обед |
| 13.00-15.00 | Подготовка к дневному сну. Сон. |
| 15.00-15.15 | Постепенный подъем. Воздушные и водные процедуры. |
| 15.15-15.30 | Игры, самостоятельная деятельность детей |
| 15.30-16.00 | Подготовка к занятиям, занятия (кол-во и время занятий в зависимости от возраста детей от 1-2 занятия, от 10 до 30 мин) |
| 16.00-17.00 | Игры, самостоятельная деятельность детей. Кружковая работа. |
| 17.00-19.00 | Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры, уход детей домой. |
| **Дома** |
| 19.00-19.30 | Прогулка |
| 19.30-20.45 | Возвращение с прогулки. Спокойные игры, гигиенические процедуры. |
| 20.45 | Ночной сон |

**Ортопедический режим**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Цели | Условия |
|  | Оснащение групп детской мебелью | Профилактика нарушений осанки | Мебель соответствующая антропометрическим данным каждого ребенка (соответственно требованиям СанПиНа) |
|  | Двигательный режим включает в себя адаптационные упражнения на профилактику заболеваний ОДА | Профилактика нарушений осанки, плоскостопия | Использование упражнений и комплексов, тренажеров и оборудования в группах, спортивных уголках. |
|  3. | Контроль за соответствием обуви у дошкольников | Формирование стопы детей | Обувь соответствующая размеру ноги ребенка, с фиксирующей пяткой и плоским каблуком. |
|  4. | Осмотр детей детским хирургом | Профилактический осмотр детей. Предупреждение НОДА. | Посещение МБДОУ врачами детской поликлиники №2 |

**Закаливание в МБДОУ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Цели | Условия |
|  | Закаливание | Плавный переход от сна к бодрствованию. Разминка всех групп мышц. Стимулирование поверхности стоп. | Сразу после пробуждения. Специальное оборудование для разных видов ходьбы. Специфическое оборудование (солевая дорожка, рукавицы для обтирания, «колючие» мячики) для самомассажа. |

**Профилактика острых кишечных инфекционных заболеваний (ОКИ)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки  | Ответственные  |
|  | Контроль за поддержанием общего санитарного состояния групп, проведение генеральных, текущих уборок | постоянно | Старшая медсестра |
|  | При заносе ОКИ в МБДОУ своевременно и качественно проводить заключительную дезинфекцию и наблюдение за «контактным» контингентом | постоянно | Младший воспитатель Контроль старшей медсестры |
|  | Соблюдение личной гигиены детей и сотрудников | постоянно | Контроль старшей медсестры |
|  | Немедленная изоляция выявленного больного ребенка или сотрудника | постоянно | ВрачСтаршая медсестра |
|  | Учет детей после перенесенных заболеваний – со справкой от врача детской поликлиники № 2, а так же при отсутствии более 5 дней | постоянно | Старшая медсестра, воспитатель |
|  | Качественная уборка туалетных комнат | постоянно | Младший воспитатель Контроль старшей медсестры |
|  | Санитарно-просветительская работа с родителями и сотрудниками по профилактике ОКИ | постоянно | Старшая медсестра |
|  | Бракераж молочных продуктов, продуктов с истекшим сроком годности | постоянно | Старшая медсестраКладовщик |
|  | Контроль за доставкой и хранением продуктов | постоянно | Старшая медсестраКладовщик |

**Профилактика острых инфекционных заболеваний**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки  | Ответственные  |
|  | При регистрации трёх и более случаев объявления карантина в группе | постоянно | ВрачСтаршая медсестра |
|  | При регистрации случаев гриппа – прием и раздача детей в медицинской маске | постоянно | Воспитатель Контроль старшей медсестры |
|  | Ведение утреннего фильтра при регистрации гриппа  | постоянно | ВоспитательКонтроль старшей медсестры |
|  | Влажная уборка в группе с дезрастворами | постоянно | Младший воспитатель Контроль старшей медсестры |
|  | Немедленная изоляция выявленного больного ребенка или сотрудника | постоянно | Старшая медсестра |
|  | Качественное кварцевание и проветривание групп | постоянно | воспитатель Контроль старшей медсестры |
|  | Санитарно-просветительская работа с родителями и сотрудниками по профилактике ОРВИ и гриппа | постоянно | Старшая медсестра |
|  | Увеличение длительности прогулок | постоянно | Воспитатели |

**Профилактика близорукости**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки  | Ответственные  |
|  | Выполнение профилактического комплекса упражнений для тренировки глазной мышц | 1 в день | воспитатели |
|  | Освещение групповых и помещений. Расположение детских рабочих мест в хорошо освещенных местах. Падение света с левой стороны. | постоянно | Воспитатели, Контроль старшей медсестры,Завхоз |
|  | Диспансерный осмотр детей окулистом из детской поликлиники № 2 | 1 раз в год | Старшая медсестра |
|  | Учет и выявление детей, нуждающихся в коррекции зрения.  | По необходимости | Старшая медсестра,Воспитатели, |

**Организация питания в МБДОУ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  | Формы работы | Время проведения | Цели и задачи  | Условия |
|  | Десятидневное меню | Изменяется раз в десять дней | Разнообразить рацион питания дошкольников | Разработанные технологические карты |
|  | Закладка продуктов питания | ежедневно | Соотнесение калорийности продуктов, наличие необходимого количества белков, жиров и углеводов в пище | Специализиро-ванный журнал с нормами |
|  | \*С витамини-зация | ежедневно | В целях профилактики авитаминоза | Медикаментоз-ный порошок витамина \*С |
|  | Питьевой режим | ежедневно | Восполнение запаса жидкости и обеспечения водного баланса в организме | Фильтрованная кипячённая вода  |

1. **Работа с родителями**

**Цель: создание полной преемственности детского сада и семьи в вопросах здоровьесбережения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  №  | Мероприятия  | Сроки | Ответственные  |
|  | Анкетирование по темам оздоровления, физического и психического здоровья детей | Ежегодно | Заместитель заведующей ,воспитатели |
|  | Консультации специалистов | В течение года | Медицинские работники и специалисты МБДОУ |
|  | Семинар - практикум по оздоровлению дошкольников «Здоровый малыш» | Декабрь | Заместитель заведующей медработники, специалисты  |
|  | Совместная проектная деятельность на темы здоровьесбережения | В течение года | Воспитатели  |
|  | Информационные бюллетени, памятки | В течение года | Медработники, специалисты |
|  | Участие в спортивных праздниках и соревнованиях | В течение года | Инструктор по физической культуре |

1. **Работа с педагогами**

**Цель: повысить педагогическое мастерство и деловую квалификацию педагогов в вопросах здоровьесбережения МБДОУ.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия  | Сроки | Ответственные  |
| 1 | Консультации со специалистами | В течение года | Медработники, специалисты МБДОУ |
| 2 | Информационные бюллетени, памятки | В течение года | Медработники. Специалисты МБДОУ |
| 3 | Тренинги общения для педагогов | 1 раз в месяц | Педагог-психолог |
| 5 | Создание комфортного психологического климата в МБДОУ | Постоянно | Заведующая, Заместитель заведующей, педагог-психолог |

1. **Работа с детьми**

**Цель: формирование осознанного понимания здорового образа жизни и отношения к своему здоровью**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Сроки  | Ответственные  |
|  | Спортивные праздники и развлечения по ЗОЖ и ОБЖ | 1 раз в месяц | Инструктор по физической культуре |
|  | Спартакиада дошкольников | ЛОП | Инструктор по физической культуре |
|  | Занятия по ОБЖ, согласно тематическому планированию в МБДОУ | В течение года | Заместитель заведующей , воспитатели групп |
|  | Закаливание | В течение года | Инструктор по физической культуре,старшая медсестра |
|  | Физкультурные занятия | По расписаию | Врач,заместитель заведующей,инструктор по физической культуре  |
|  | Утренняя гимнастика | В течение года | Заместитель заведующей,старшая медсестра, воспитатели |

1. **Формирование МТБ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Мероприятия  | Сроки |
|  | Оборудование песочниц крышками, покрытиями в соответствии с требованиям СанПиН. | В течение 2014-2018 |
|  | Частичная реконструкция и ремонт беседок. | В течение 2014-2018 |
|  | Восстановление спортивной площадки. | 2014-2015 |
|  | Оснащение групповых детских туалетов перегородками. | В течение 2014-2018 |
|  | Ремонт оборудования и сантехники в группах. | 2014-2018 |
|  | Частичная замена мебели для детей (стулья в соответствии с ростом детей, столы из расчета стол на два человека, детские кровати, игровая мебель). | В течение 2014-2018 |
|  | Проведение косметического ремонта групповых помещений, пищеблока, складских помещений | В течение 2014-2018 |

**Список литературы**

1. Змановский Ю.Ф. и Эффективное закаливание в дошкольных учреждениях - Педиатрия. 1989.— № 4.
2. Кузнецова М.Н. Неспецифическая профилактика респиратор­ных заболеваний в педиатрии. М., 1990.
3. Маханёва М.Д. Воспитание здорового ребёнка. М., 1999.
4. Гаврючина Л.В. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. М.,2008
5. Картушина М.Ю. «Быть здоровыми хотим». М.,2004
6. Кузнецова М.Н. «Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ». М 2002