Утверждаю:

Заведующая

МКДОУ детский сад д. Багышково

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.С.Байрамалова

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2011 г.

**ПРОГРАММА «ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»**

Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения

детский сад д. Багышково на 2011 – 2012 учебный год.

Заведующий МКДОУ: Байрамалова Н.С.

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад д. Багышково**

**Адрес**: 623347, Свердловская область,

Артинский район,

д. Багышково,

ул. Советская ,70 а

**Тел.:** 8 (343 91) 4-43-56

Раздел 1.

1. **Цель программы**.

Программа «Здоровый малыш» направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

1. **Законодательно – нормативное обеспечение программы**
2. Закон РФ «Об образовании»
3. Санитарно – эпидемиологические правила и нормативы для ДОУ.
4. Устав образовательного учреждния.

**3. Ожидаемые результаты**

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияния образа жизни на состояние здоровья.
2. Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни.
3. Овладение навыками самооздоровления
4. Снижение уровня заболеваемости.

4. **Объекты программы**

Дети дошкольного образовательного учреждения

Семьи детей, посещающих образовательное учреждение.

Педагогический коллектив образовательного учреждения

Раздел 2.

**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 адресованности и преемственности***-поддержание связей между возрастными категориями, учёт разноуровнево развития и состояние здоровья.
5. ***Принцип результативности и гарантированности***- реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Раздел 3.

**Основные направления программы**

**Профилактическое.**

1. Обеспечение благоприятного течения адаптации;
2. Выполнение сангигиенического режима;
3. Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
4. Проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

**Организационное**

1. Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ;
2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики;
3. Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
4. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров.
5. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

Раздел 4

**Обеспечение реализации основных**

**направлений программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **4.1. Техническое и кадровое обеспечение** | | |
| 1. | Приобретение необходимого оборудования:  -медицинского (по финансовым возможностям) | Заведующий ДОУ |
| 2. | Осуществление ремонта:  - пищеблока;  - прачечной;  - игровых площадок | Заведующий ДОУ |
| 3. | Оборудование помещений  - уголка ОБЖ | Воспитатели |
| 4. | Пополнение среды нестандартными пособиями:  - объёмными модулями;  - чудо -ковриками | Воспитатели |
| 5. | Ведение дополнительных услуг:  - умелые руки | Заведующий ДОУ |
| 6. | Обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ (соблюдение ТБ при организации учебного процесса и свободного времени, своевременный ремонт мебели и оборудования) | Завхоз |
| **4.2. Организационно – методическое и психолого-педагогическое обеспечение** | | |
| 1. | Разработка программы оздоровления | Медсестра  Воспитатели |
| 2. | Поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления | Медсестра |
| 3. | Определение структуры, выработка критериев, уровней и методик диагностики валеологической культуры детей по возрастным группам | Медсестра  Воспитатели |
| 4. | Проведение упорядочения учебной нагрузки и активного отдыха детей (сокращение количества коллективных занятий, введение дней радости, каникул) | Заведующий  Воспитатели |
| 5. | Создание здорового микроклимата в коллективе взрослых и детей (кодекс жизни группы, Кодекс чести педагога) | Воспитатели |
| 6. | Продолжение работы пол совершенствованию предметно-развивающей среды в ДОУ | Воспитатели |
| 7. | Организация работы с родителями по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (консультации, «телефон доверия» | Воспитатели |
| 8. | Участие в научно-практических конференциях, семинарах, совещаниях различного уровня по вопросам оздоровления детей | Заведующий  Медсестра  Воспитатели |

Раздел 5

**Формы и методы оздоровления детей**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Формы и методы | Содержание | Контингент детей |
| 1. | Обеспечение здорового ритма жизни | -щадящий режим (адаптационный период)  - гибкий режим; | Все группы |
| 2. | Физические упражнения | - утренняя гимнастика;  - физкультурно-оздоровительные занятия;  - подвижные и динамичные игры;  - профилактическая гимнастика (дыхательная);  - спортивные игры;  - пешие прогулки | Все группы  Старший возраст |
| 3. | Гигиенические и водные процедуры | - умывание,  - мытьё рук,  - игры с водой,  - обеспечение чистой среды | Все группы |
| 4. | Свето-воздушные ванны | - проветривание помещений,  - сон при открытых форточках,  - прогулки на свежем воздухе,  - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха | Все группы |
| 5. | Арома- и фитотерапия | - ароматизация помещений,  - фитопитание (чаи, отвары) | Все группы |
| 6. | Диетотерапия | - рациональное питание | Все группы |
| 7. | Свето- и цветотерапия | - обеспечение светового режима  - цветовое и световое сопровождение среды и учебного процесса | Все группы |
| 8. | Спецзакаливание | - обширное умывание  -дыхательная гимнастика  - игровой массаж | Все группы |
| 9. | Пропаганда ЗОЖ | - периодическая печать,  Курс лекций и бессед |  |

**План лечебно- оздоровительных мероприятий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование мероприятий | Дозировка | Контингент детей |
| 1. | Витаминный напиток «Янтарный» (рябина красная) | 50 г. – 1 раз в день | Все дети |
| 2. | Лимонная долька с мёдом «Сластёна» | 1 ч.л . 2 раза в день ежедневно | Все дети |
| 3. | Эликсир «Бодрость» (витамин С) | 0,05 х 1 р. В день ежедн. | Все дети |
| 4. | Лечебная смазка носика (оксалиновая мазь) | 2 раза в день ежедневно | Все дети |
| 5. | Волшебная приправа (фитонциды- лук, чеснок) | Обед 1 блюдо ежедневно | Все дети |
| 6. | Зелёные салаты | 50 г. ежедневно | Все дети |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Создание условий для оздоровления воспитанников**

Для эффективного оздоровления воспитанников в ДОУ необходимо соблюдать санитарно-эпидемиологические нормы и правила. Кроме того, особое внимание следует уделять следующим мероприятиям:

- проветривать в соответствии с графиком помещения, в которых находятся дети;

- дважды в день проводить влажную уборку групповых помещений;

- укоротить шторы на окнах для обеспечения естественного освещения;

- не загромождать групповые и спальные помещения мебелью;

- дважды в год выносить постельные принадлежности (матрасы, подушки, одеяла) на солнце и мороз;

- дважды в год чистить ковровые изделия (летом-стирка,зимой-чистка снегом);

-правильно подбирать и расставлять комнатные растения;

- своевременно (до начала цветения) производить покос газонов и участков;

- соблюдать правила применения (хлорирования) и хранения моющих средств;

- во время карантинных мероприятий строго придерживаться санэпидрежима

**Организация двигательной активности детей**

Важнейшим условием оздоровления является организация двигательной активности детей. Двигательная активность способствует:

- повышению устойчивости организма к различным заболеваниям,

- росту физической работоспособности,

- нормализация деятельности отдельных органов и функциональных систем,

- появлению положительных эмоций, способствующих укреплению психического здоровья.

Все физкультурные мероприятия должны проходить под контролем медицинского работника ДОУ

Формы организации двигательной активности:

- занятия в физкультурном зале и на спортивной площадке,

- утренняя гимнастика,

- Физкультминутки,

- оздоровительный бег,

- подвижные игры и физические упражнения на прогулках и в группе,

- физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»

Помнить о том, что физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту и полу ребёнка, состоянию его здоровья, уровня развития и биологической зрелости. Д.а. следует сочетать общедоступными закаливающими процедурами. При этом обязательно включать в комплекс физического воспитания элементы дыхательной гимнастики.

**Закаливающие мероприятия**

Одним из основных направлений оздоровления детей является закаливание. Закаливающий эффект достигается систематическим, многократным воздействием на организм ребёнка того или иного закаливающего фактора и постепенным повышением его дозировки