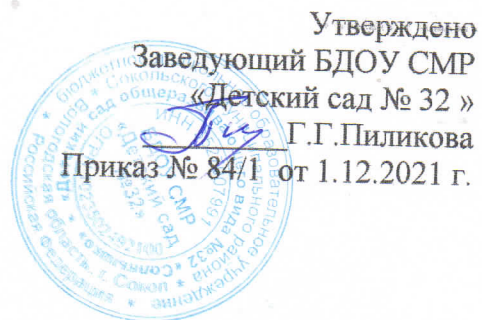


БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СОКОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
«Детский сад общеразвивающего вида № 32 «Солнышко»

Принято  
на педагогическом Совете  
БДОУ СМР «Детский сад № 32»  
Протокол № 2 от 1.12.2021



МУНИЦИПАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
«ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩИЙ ДЕТСКИЙ САД»  
БДОУ СМР «Детский сад № 32»  
2021-2026гг.

Здоровьеформирующий детский сад- объединенные усилия сотрудников, медицинских работников и родителей в целях создания условий для индивидуального развития ребенка, сохранения и укрепления его здоровья, формирования мотивации к здоровому образу жизни.

#### **Основные принципы программы:**

Принцип «Не навреди!»: применение систем и методик, обоснованных с научной точки зрения и проверенных на практике.

Принцип научности: подкрепление всех проводимых мероприятий научно обоснованными и практически апробированными методиками.

Принцип гармоничного сочетания обучающих, воспитывающих и развивающих педагогических воздействий в соответствии с возрастными особенностями ребенка.

Принцип устойчивого развития (жизнеспособность программы).

Принцип результативности: поэтапная оценка достижений в рамках программы.

**Цели программы:** формирование мотивации к здоровому образу жизни, сохранение и укрепление здоровья детей и сотрудников.

#### **Задачи:**

- Формирование культуры здорового образа жизни у детей и сотрудников;
- Разработка и внедрение воспитательный процесс здоровьесформирующих технологий;
- Повышение уровня знаний о здоровье и здоровом образе жизни у детей, их родителей, сотрудников;
- Создание здоровьесберегающей среды в организации;
- Взаимодействие с родителями, другими социальными институтами по вопросам здоровья и здорового образа жизни;
- Формирование положительного социально-психологического климата в организации;
- Снижение числа пропусков посещений детьми детского сада по болезни и числа дней временной утраты трудоспособности у сотрудников;
- Обеспечение повышения квалификации сотрудников в аспектах, связанных с данной программой.

**Целевые группы:** Сотрудники, дети, родители.

#### **Направления реализации программы:**

- Формирование культуры здорового образа жизни у сотрудников, сохранение и укрепление их здоровья;
- Формирование культуры здорового образа жизни у детей, сохранение и укрепление их здоровья;
- Формирование медико-психолого-педагогической грамотности родителей;
- Создание здоровьесберегающей среды в организации.
- Мониторинг и оценка эффективности программы

#### **Ожидаемые результаты:**

- Создание действующей модели здоровьесформирующего детского сада:
1. Создана информационная база данных состояния здоровья детей;
  2. Проведен анализ и дана оценка распространенности факторов риска для здоровья детей, сотрудников;
  3. Разработан и реализован механизм мониторинга состояния среды в организации;
  4. Реализованы образовательные программы по здоровью («Разговор о правильном питании», «Школа семейной педагогики здоровья» и др.)
  5. Созданы специальные медицинские группы учащихся: «с близорукостью», «с нарушениями осанки» и др. и для их родителей;
  6. Распространяются буклеты, пропагандирующие здоровый образ жизни;



7. Создан координационный совет из медицинских структур (врачи прикрепленной медицинской организации, специалисты кабинета/отделения медицинской профилактики и т.д.) и детского сада (администрация, сотрудники, родители).

#### Критерии оценки результатов программы:

1. Повышение информированности родителей и сотрудников в вопросах здоровья и здорового образа жизни.
2. Процент охвата детей, их родителей, сотрудников, обученных вопросам здоровья и здорового образа жизни и участвующих в мероприятиях (не менее 80 %).
3. Оценка сотрудниками здоровьесформирующей деятельности учреждения в отношении основных целевых групп.
4. Динамика информированности по вопросам здоровья и здорового образа жизни среди обучающихся, их родителей и педагогов.
5. Динамика показателей временной утраты трудоспособности педагогов.
6. Динамика пропуска посещений детского сада детьми по болезни.
7. Динамика соотношения детей к группам здоровья.
8. Соответствие мероприятий установленным срокам.

**Сроки реализации программы:** 5 лет (2021-2026 годы)

### ЭТАПЫ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ

#### Подготовительный этап (2021г)

1. Создать рабочую группу для разработки программы.
2. Провести анализ текущей ситуации. Изучить ресурсы организации.
3. Сформировать предложения по разработке программы.
4. Провести общее собрание представителей от родителей и сотрудников.
5. Создать Координационный совет по здоровью, включающий представителей администрации, сотрудников, родителей и представителей БУЗ ВО «Сокольская» ЦРБ».

#### Этап разработки программы

1. Разработать план мероприятий программы в составе рабочей группы с привлечением сотрудников, родителей, специалистов медицинских организаций и других секторов (волонтеры, общественные объединения и организации и т.д.).
2. Осуществлять координацию и контроль реализации мероприятий программы.

#### Этап реализации программы

1. РАЗДЕЛ: ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ СОТРУДНИКОВ, СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ИХ ЗДОРОВЬЯ (2021-2026 гг).

#### Планируемые мероприятия:

Направления работы	Периодичность	Формы работы
Выявление потребностей (анкетирование);		
Профилактика заболеваний и динамическое наблюдение за состоянием здоровья	В соответствии с графиком	- проведение диспансеризации и медицинских осмотров; - проведение иммунизации (фитотерапия, витаминотерапия);
Информационные мероприятия	В соответствии с планом работы	- проведение бесед, организация «круглых столов» на тему

		укрепления здоровья и здорового образа жизни, консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья и т.д. -оформление стендов с вопросами-ответами, памятки, буклеты по соответствующей тематике и т.д.);
Обучающие мероприятия	В соответствии с планом работы	-проведение тренингов, интерактивных занятий по вопросам здоровья и здорового образа жизни самих педагогов и детей и т.д.); -обучение педагогов приемам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте
Создание условий для здорового образа жизни	В соответствии с планом работы	- приобретение фильтров очистки воды, очистителей воздуха, ламп для ароматерапии, - комнаты психологической разгрузки (выделение и оснащение комнаты)
Повышение квалификации сотрудников в вопросах здоровья и здорового образа жизни	В соответствии с планом работы	-организация семинаров, тренингов с целью овладения современными здоровьесформирующими технологиями, курсы повышения квалификации, мастер-классы, вебинары АОУ ВО ДПО ВИРО и т.д.);
<b>Подпрограмма «Двигательная активность- здоровое питание»</b>		
Повышению двигательной активности среди сотрудников	В соответствии с планом работы	-организация клубов/групп здоровья - проведение лечебной физкультуры, производственной гимнастики, динамических пауз, спортивных соревнований, походов - приобретение шагомеров, палок для скандинавской ходьбы - ведение дневников здоровья
Соблюдение принципов здорового питания	В соответствии с планом работы	- организация здорового питания, (наличие в меню блюд здорового питания, маркировка логотипом, реклама здорового питания) -проведение акций (напр., «Здоровый перекус», «Каждый день 3 овоща+ 2 фрукта») - организация питьевого режима

(Пример проведения тематических спортивных соревнований для сотрудников)

- Всемирный день борьбы против рака(февраль) -Лыжные эстафеты;
- Всемирный день здоровья (апрель)-волейбол
- Всемирный день без табака (май) - легкоатлетический пробег «Испытай себя»
- День фмзкультурника (август) – участие в городском мероприятии



- Всемирный день сердца (сентябрь) - спортивные эстафеты совместно воспитатели и дети «Быстрее, выше, сильнее».
- Всемирный день борьбы с инсультом (октябрь) - «Мама, папа, я – спортивная семья» (семейные эстафеты).
- Физкульт-брейки. Разработка десятиминутных комплексов упражнений, которые можно проводить прямо на рабочем месте.
- Посещение тренажерного зала.
- Совместное посещение бассейна.
- Проведение ежегодной Корпоративной спартакиады по нескольким видам спорта.
- Участие в программе сдачи ГТО, совместные походы, выезды на природу.

## 2.РАЗДЕЛ: ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯУ ДЕТЕЙ, СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕИХ ЗДОРОВЬЯ

### Планируемые мероприятия:

Направления работы	Периодичность	Формы работы
Укрепление здоровья, профилактика заболеваний и динамическое наблюдение за состоянием здоровья	В соответствии с планом работы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проведение медицинских осмотров, обследований, выявление факторов риска здоровью</li> <li>- индивидуальное консультирование родителей по факторам риска здоровья детей, консультации специалистов</li> <li>-привитие стойких гигиенических навыков</li> <li>-иммунизация</li> <li>-общеукрепляющая терапия (витаминотерапия, фитотерапия, кислородные коктейли и др.);</li> <li>- психофизических мероприятия (элементы музыкотерапии, сказкотерапии, смехотерапии)</li> <li>-обеспечение благоприятного психологического климата в ДОУ</li> <li>-профилактика нарушения осанки, зрения, плоскостопия</li> <li>-дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, массаж и самомассаж</li> <li>- закаливание</li> <li>-выполнение правил СанПиН</li> </ul>
Просветительско-воспитательная работа	В соответствии с планом работы	<ul style="list-style-type: none"> <li>-дни/недели здоровья</li> <li>-праздники здоровья, конкурсы, игры, акции к международным дням ВОЗ</li> <li>-занятия по вопросам здоровья и здорового образа жизни, беседы-рассуждения</li> <li>- рассматривание альбомов, плакатов, наборов дидактических карточек</li> <li>-чтение художественной литературы по данной теме</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>-организация дидактических игр по ЗОЖ и валеологии</li> <li>-организация сюжетно-ролевых игр</li> <li>-создание творческих объединения детей (например, «Тайны здоровья», «Олимпийский резерв»), направленных на формирование знаний детей о себе, развитие физических качеств и двигательной активности, обеспечение эмоциональной комфортности и хорошего психологического самочувствия воспитанников в процессе общения со сверстниками и взрослыми</li> </ul>
Организация физкультурно-оздоровительной работы	В соответствии с планом работы	<ul style="list-style-type: none"> <li>-прием детей на улице в теплое время года</li> <li>-гимнастика, зарядка</li> <li>-тематические праздники (дни спорта)</li> <li>-физкультурные занятия</li> <li>-двигательная активность на прогулке</li> <li>-соревнования (напр., «Веселые старты», «Олимпийские игры», «Кросс нации для дошкольников», «Зарница», взаимодействие со спортсменами г. Сокола и района, мероприятия по времени году, «ГТО в детском саду»)</li> <li>-эстафеты</li> <li>-тематические досуги и праздники, приобщающие к активному здоровому образу жизни и развивающие творческую активность, инициативу, коммуникативные способности – «День здоровья», «Здоровый ребенок – в здоровой семье»</li> </ul>
<b>Подпрограмма «Двигательная активность- здоровое питание»</b>		
Повышению двигательной активности	В соответствии с планом работы	<ul style="list-style-type: none"> <li>-физкультурные занятия</li> <li>-музыкально-ритмические занятия</li> <li>-двигательная активность на прогулке</li> <li>- оздоровительный бег</li> <li>-подвижные игры</li> <li>-динамические паузы</li> <li>-физкультминутки на занятиях</li> <li>-гимнастика (после дневного сна)</li> <li>-физкультурные досуги, спортивные праздники, развлечения, забавы, игры (напр., «Зимняя спортивная олимпиада», «Летние Олимпийские</li> </ul>



		игры») <ul style="list-style-type: none"> <li>-спортивно-ритмическая гимнастика</li> <li>-игры, хороводы, игровые упражнения</li> <li>-логоритмическая и дыхательная гимнастика</li> <li>-походы</li> <li>-маршруты здоровья</li> <li>-обустройство спортивных площадок</li> </ul>
Соблюдение принципов здорового питания	В соответствии с планом работы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организация питания на основе принципов здорового питания</li> <li>-маркировка блюд здорового питания логотипом</li> <li>- введение «рыбных дней»</li> <li>-витаминация блюд</li> <li>-реклама здорового питания, информирование о правильном и здоровом питании</li> <li>-эстетика (сервировка) организации питания и гигиена приема пищи</li> <li>-организация питьевого режима</li> </ul>

Просветительско- воспитательная работа (занятия познавательного цикла):

1. **Беседы:** «Как органы человека помогают друг другу», «Откуда берутся болезни», «Если ты заболел», «Лекарства – друзья, лекарства враги», «Разговор о правильном питании»  
Беседа – рассуждение: «Значение глаз в жизни человека», «Гигиена питания».  
Беседа-рассуждение: «Что такое привычка? Полезные и вредные привычки», «Девочка чумазая».
- Про «Зимние и летние виды спорта», «Кто такие спортсмены», «Дружим со спортом», «Мой весёлый звонкий мяч», «История развития спорта», «Олимпийские игры».
2. **Рассматривание альбома** «В здоровом теле – здоровый дух»
3. **Оформление газеты:** «Гигиена глаз», «Как беречь нос?», «Как беречь слух?»
4. **Рассматривание самодельных дидактических карточек:** «Полезные и вредные привычки». Чтение стихотворения П. Воронько «Маша обедает», Ю. Тувим «Овощи», Л. Зильберг «Полезные продукты», Г. Сапгир «Бутерброд», З. Александрова «Вкусная каша», В. Нищев «В магазин везут продукты», С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала», М. Грозовский «Распорядок дня», В. Степанов «Что показывают стрелки», О. Емельянова «Соблюдай распорядок дня», «Ложись спать вовремя», «Не ешь много сладкого», «Ешь полезные продукты», «Мой руки перед едой», «Закаляйся», «Проветривай помещение»  
Т. Варламова «Мой день», Н. Галишников «Я проснулся утром рано», К. Авдеенко «Дядя курильщик», Г. Новицкая «Мышка плохо лапки мыла», «Что бы было?», А. Бах «Надо спортом заниматься», Г. Остер «Вредные привычки».
5. **Дидактическая игра** «Что для чего нужно», «Покажи, что назову», «Чтобы глаза, уши, зубы были здоровыми», «Угадай по вкусу», «Волшебный мешочек», «Чтобы кожа была здоровой», «Лекарства под ногами», «Что вредно, что полезно», «Узнай на ощупь», «Поводырь», «Где найти витамины», «Дерево здоровья», «Часы здоровья».
6. **Сюжетно – ролевые игры** «Поликлиника и Аптека», «Кафе», «Мы – повара», «Накормим куклу Машу».



### 3. РАЗДЕЛ: ФОРМИРОВАНИЕ МЕДИКО-ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ГРАМОТНОСТИ РОДИТЕЛЕЙ

#### Планируемые мероприятия:

Направления работы	Периодичность	Формы работы
Повышение педагогической культуры родителей, информирование об актуальных задачах физического воспитания детей	В течение года	-индивидуальные и групповые консультации, тренинги, семинары -анкетирование -родительские собрания/конференции -работа семейных клубов - «круглые столы» со специалистами ДООУ
Ознакомление родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду	В течение года	-информационные уголки в группах -оформление информационных стендов -сайт ДООУ
Включение родителей в совместную работу по оздоровлению детей, проведение совместных с детьми мероприятий	В течение года	-проведение конкурсов, соревнований, спортивных праздников, викторин - социальные проекты
<b>Подпрограмма «Двигательная активность- здоровое питание»</b>		
Повышению двигательной активности	В течение года	-совместные олимпиады, спортивные соревнования, конкурсы -дни здоровья, спортивные праздники -походы, маршруты здоровья, - оборудование спортивных площадок
Соблюдение принципов здорового питания	В течение года	- участие родительского комитета в контроле за организацией питания -реклама здорового питания -участие в совместных мероприятиях -информирование -обучение

#### Профилактическая работа с родителями (цикл бесед, лекций):

1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.
3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
4. Хроническая никотиновая интоксикация у пассивных курильщиков и связь ее с заболеваниями бронхолегочной системы.
5. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
6. Значение режимных моментов для здоровья ребенка.
7. О питании дошкольников.
8. Особенно физического и нервно-психического развития у часто болеющих детей.
9. Физические упражнения в дошкольном учреждении и дома.
10. Профилактика глистных и острых кишечных заболеваний у детей.



11. Воспитание культурно – гигиенических навыков у дошкольников.
12. Вредные привычки у взрослых (употребление алкоголя, курение, наркомания и др.) и их влияние на здоровье детей.
13. Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребенка.

### **Пропаганда ЗОЖ:**

- Родительские практикумы по закаливанию (руководитель физвоспитания)
- Информационный стенд (медсестра)
- Родительские собрания (все специалисты)
- Консультации о ЗОЖ в семье (врач-педиатр, медсестра)
- Спортивные праздники «Папа, мама, я – спортивная семья», «Веселые старты» и др.
- Консультации, памятки, информация о безопасном поведении в быту.
- Консультационный центр (все специалисты)
- Совместные походы на природу (руководитель физвоспитания)
- Организация досуга в семье (музыкальный руководитель)
- Празднование Дня именинника на группах (воспитатели, музыкальный руководитель)
- Наглядные виды работ: выставки детских рисунков, литературы, дидактических пособий, фотовыставки.

### **4. РАЗДЕЛ: СОЗДАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ ВОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

#### **Планируемые мероприятия:**

- контроль соблюдения норм СанПиНа: температурного режима, освещённости, режима проветривания, влажной уборки и т.д.
- создание комфорта в группах, рекреациях (спортивные уголки)
- приобретение мебели;
- благоустройство участков;
- наличие атрибутов для подвижных игр на участке;
- приобретение фильтра для очистки воды, очистителей воздуха, ламп для ароматерапии;
- приобретение тренажеров;
- организация выставок;
- создание комнаты психологической разгрузки;
- и т.д.

### **5. РАЗДЕЛ: МОНИТОРИНГ И ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ**

#### **Планируемые мероприятия:**

- анализ данных состояния здоровья сотрудников;
- анализ данных состояния здоровья детей (общее физическое развитие детей; оценка уровня адаптации детей к ДОО (психолого-педагогическое отслеживание); оценка личностных психофизических особенностей ребенка; оценка уровня знаний, умений, навыков ребенка;
- изучение состояния санитарно-эпидемиологического благополучия дошкольного образовательного учреждения с целью выявления и коррекции факторов риска;
- выявление причинно-следственных связей между состоянием здоровья детей и факторами риска в дошкольном образовательном учреждении;
- выявление степени влияния факторов риска на функциональные показатели состояния здоровья детей дошкольного возраста и осуществление медико-профилактических мероприятий;

- проведение промежуточного и итогового мониторинга мероприятий;
- анализ эффективности программы (в соответствии с «критериями оценки результатов программы»).