

**СОГЛАСОВАНО**

Заведующий МА ДОУ № 21  
В.В. Петрова



**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий ДПО  
Т.В. Букина



## **ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА**

для сохранения здоровья детей дошкольного возраста  
МА ДОУ № 21  
**«Детский сад – территория здоровья»**

Го Краснотурынск

## Оглавление

1. Обоснование.....	3
2. Цель, задачи.....	5
3. Приоритетные направления .....	6
4. Методы и средства обеспечения программы.....	6
5. Ожидаемые результаты .....	7
6. План мероприятий.....	8
7. Этапы и сроки реализации программы.....	14
8. Критерии оценки эффективности программы.....	15

## 1.Обоснование

Детский возраст является для человека основополагающим и определяющим дальнейшую его жизнь. Это период интенсивного роста организма, формирования органов, систем и функций, обеспечивающих пожизненные свойства систем адаптации, защиту от заболеваний и самореализацию человека. В данный период закладываются все структурно-функциональные элементы и ценностные ориентации, определяющие направление формирования личностных качеств. Проблемы здоровья населения России, и в частности здоровья подрастающего поколения, являются причиной для беспокойства как государственных организаций, так и общества, самих граждан. Состояние здоровья подрастающего поколения - важнейший показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее. Предметом острой общественной тревоги стало отмечающееся в последнее время резкое ухудшение физического здоровья детей.

Программа для сохранения здоровья дошкольников для МА ДОУ № 21 — это комплексная программа формирования их знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья, как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов, освоения основной образовательной программы МА ДОУ № 21.

### Структура выявленных заболеваний (состояний) в МА ДОУ № 21

	2019 год	2020 год	2021 год
Болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ	6%	9%	13,2%
Болезни органов пищеварения	2%	1%	7,55%
Болезни глаза и его придаточного аппарата	20%	12,7%	22,64%
Болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани	12%	1,8%	17%
Болезни кожи	24%	-	-
Болезни нервной системы	32%	30,5%	35,85%
Болезни крови, кроветворных органов и отдельные нарушения, вовлекающие иммунный механизм	-	1,8%	3,8%
Болезни мочеполовой системы	1,5%	3,28%	5,8%

Анализируя данную таблицу можно сделать вывод, что растет уровень хронической патологии, наиболее часто встречающейся среди дошкольников. Высокие показатели сохраняются среди болезней органов пищеварения, болезней костно-мышечной системы, болезни нервной системы и болезнй эндокринной системы.

Данная ситуация обусловлена новыми подходами к выявлению, регистрации заболеваний, в том числе взятию на диспансерный учет, выявленных в ходе профилактических медицинских осмотров дошкольников. Это обуславливает срочную необходимость решения проблемы совместными усилиями образовательной и медицинской организаций, родителей, детей.

При разработке программы МА ДОУ № 21 следует учитывать наиболее часто встречающиеся патологии. МА ДОУ № 21 посещает 120 воспитанников.

#### **Распределение учащихся по группам здоровья за последние три года**

группа здоровья	2019 год	2020 год	2021 год
Детей 1 группы здоровья	4%	5%	12%
Детей 2 группы здоровья	86%	84%	83%
Детей 3 группы здоровья	8%	9%	4%
Детей 4 группы здоровья	2%	2%	1%
Детей 5 группы здоровья	-	-	-

Наблюдается стойкая тенденция к повышению детей с первой группой здоровья и снижению детей с третьей группой здоровья (дети с хроническими болезнями).

По анализу заболеваемости за последние три года на первом месте стоят заболевания костно-мышечной системы, а также сохраняется высокий процент заболеваний пищеварительной системы.

Культура здоровья дошкольника - это интегративное личностное качество, приобретаемое в результате освоения и принятия индивидом духовного опыта человечества в сфере сохранения и укрепления здоровья, ответственности за его совершенствование в течение всей жизни.

Проявления культуры здоровья выступает как понятие «здоровый образ жизни», который трактуется как:

1) способ жизнедеятельности, обеспечивающий формирование, сохранение и укрепление здоровья;

2) способ биологической и социальной адаптации человека в конкретных условиях жизни;

3) способ его выживания в условиях современного кризиса (экономического, экологического, социального).

Основными компонентами здорового образа жизни называют: оптимальный двигательный режим, тренировка иммунитета и закаливание, рациональное питание, психофизиологическая регуляция, рациональная организация жизнедеятельности (рациональный режим жизни), отсутствие вредных привычек.

С учетом этих данных была разработана программа для сохранения здоровья дошкольников «Детский сад – территория здоровья». При ее создании учтено, что школьный возраст характеризуется наивысшей социальной активностью, высоким уровнем познавательной мотивации, что создает благоприятные предпосылки для формирования здоровья и здорового образа жизни.

Основной замысел программы «Детский сад – территория здоровья» предполагает создание и развитие единой системы сохранения здоровья несовершеннолетних для образовательных организаций, формирование единых ценностных установок и подходов к сохранению здоровья участников образовательного процесса.

#### **Цель, задачи:**

**Цель:** формирование здоровой среды и здорового образа жизни ребенка, сохранение и укрепление здоровья детей, воспитание у них внутренней потребности вести здоровый образ жизни на примере профилактических мероприятий по заболеваниям костно-мышечной систем и заболеваний органов пищеварения.

#### **Задачи:**

- создание в детском саду организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесберегающих технологий, учитывая индивидуальные особенности учащихся;

- обучение детей, родителей, педагогов основным понятиям, мероприятиям, приемам здорового образа жизни; формирование электронных кейсов для обучения, тестирования и мотивирования;

- достижение оптимальной двигательной активности в соответствии с возрастом и особенностями организма воспитанников;

- привлечение системы кружковой работы к формированию здорового образа жизни воспитанников.

#### **Приоритетные направления в работе по формированию программы:**

- формирование мотивации и системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни;

- организация системы взаимодействия педагогического коллектива МА ДОУ № 21 и родителей по сохранению и укреплению здоровья воспитанников;
- создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья воспитанников;
- профилактика болезней костно-мышечной системы и органов пищеварения у воспитанников МА ДОУ № 21:
  1. Разработка системы упражнений по укреплению костно-мышечной системы;
  2. привлечь родителей к данной проблеме (агитация, обучение);
  3. Контроль правильного подбора мебели в группе;
  4. Контроль сменной обуви;
  5. Контроль осанки на занятиях;
  5. Контроль двигательной активности и безопасности физических упражнений на занятиях физической культуры.

#### **Методы и средства обеспечения программы:**

**Кадровые ресурсы МА ДОУ № 21:** заведующий, старший воспитатель, педагоги, педагог-психолог, учитель-логопед, медицинский работник.

#### **Материально-технические ресурсы школы:**

Физкультурный зал, медицинский кабинет, групповые комнаты, прогулочные участки.

#### **Методические и информационные ресурсы школы:**

- видеоматериалы;
- методические рекомендации;
- беседы с учащимися, родителями;
- мастер-классы;
- флэш-мобы;
- видеоконференцсвязь;
- спортивные праздники;
- участие воспитанников в городских спортивных соревнованиях;
- мероприятия по ЗОЖ;
- сайт МА ДОУ, официальные страницы в социальных сетях «Вконтакте».

#### **Ожидаемые результаты:**

- Увеличение мотивационных посылов на здоровый образ жизни (в процентном соотношении по данным анкетирования);
- Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни (в процентном соотношении – количество вовлеченных детей в различные мероприятия, связанные с увеличением двигательной активности);
- Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья воспитанников (количество проведенных учебных занятий, тестирований, анкетирования);

- Поддержка родителями деятельности детского сада по воспитанию здоровых (увеличение количества мероприятий по ЗОЖ, проведенных совместно с родителями);
- Повышение уровня самостоятельности и активности воспитанников в двигательной деятельности (в процентном соотношении количество вовлеченных в двигательную активность детей, проведение анкетирования).
- Повышение двигательной активности воспитанников на 20% (посещение спортивных секций, утренняя гимнастика);
- Рост уровня физического развития и физической подготовленности воспитанников (по данным официальной статистики);
- Повышение функциональных возможностей организма воспитанников (по данным официальной статистики).

### План мероприятий

№	Содержание мероприятия	Ответственный	Сроки	Ресурсы	Контрольная точка
1	Анализ информации о состоянии здоровья детей по данным статистики в динамике за 3 года на уровне муниципального образования	Заведующий детским поликлиническим отделением, заведующий (ОМПОвДОУ), фельдшер, (ОМПОвДОУ)	До 01.09.2023	Учреждение здравоохранения (ОМПОвДОУ)	Проведение анализа, выявления факторов риска, определение мероприятий, способствующих устранению факторов риска
1.2	Анализ на уровне образовательного учреждения, распределение воспитанников по группам здоровья в динамике за 3 года (при возникновении сложности по анализу за 3 года, можно делать за 1 год)	Фельдшер	До 01.09.2023	Учреждение здравоохранения (ОМПОвОУ МА ДОУ № 21)	Разделение воспитанников на I, II, III группы здоровья, выявление факторов риска по формированию заболеваний. Выбор профилактического направления работы по заболеванию.
1.3	Проведение анкетирования родителей	педагоги, фельдшер	До 20.09. 2021	МА ДОУ № 21	Оценка уровня мотивации к ЗОЖ воспитанников и определение основных приоритетов дальнейшей профилактической работы
2.	Гигиеническая оценка образовательной среды (параметры микроклимата; уровень шума; уровни искусственного и естественного освещения, коэффициент пульсации в кабинетах, спортивных залах; напряжение электромагнитного поля, параметры яркости и освещенности в группах)	Заведующий ДОУ	Перед началом учебного года	МА ДОУ № 21	Достижение оптимальных гигиенических показателей по всем параметрам оценки образовательной среды



3.	<p>Мониторинг состояния здоровья воспитанников</p> <p>Анализ процентного соотношения количества воспитанников, отнесенных к разным группам здоровья за 2020 и 2021 год;</p> <p>процент воспитанников имеющих гармоничное физическое развитие;</p> <p>соотношение воспитанников, относящихся к физкультурным группам;</p> <p>процентное соотношения выявленных патологий.</p>	<p>Фельдшер, воспитатель, инструктор по физической культуре, педагог-психолог</p>	<p>В плановом режиме. Ежегодно</p>	<p>Учреждение здравоохранения МА ДОУ № 21</p>	<p>Оценка уровня состояния здоровья воспитанников.</p> <p>Выявление основных факторов влияющих на здоровье воспитанников в текущем режиме.</p>
3.1	<p>Оформление «Листков здоровья» заполняется медицинским работником с учетом физкультурной группы. В листок здоровья сведения заносятся из медицинских карт воспитанников. Все рекомендации, данные в «Листке здоровья», должны в обязательном порядке учитываться всеми участниками образовательного процесса на всех занятиях и мероприятиях, в том числе физической культуры, при посадке детей в группе, при проведении профилактических</p>	<p>Педагоги групп, фельдшер</p>	<p>До начала учебного года</p>	<p>МА ДОУ № 21</p>	<p>Обеспечивать возможности воспитанников осуществлять образовательную деятельность с учетом дифференцируемого подхода и индивидуальных возможностей каждого ребенка.</p>

	прививок, во время дежурства детей, при подборе комнатных растений в группе и во время уборок помещений, в которых находятся дети				
3.2	Проведение динамических пауз во время занятий	Педагоги групп	Ежедневно	МА ДОУ № 21	Повышение двигательной активности, сохранение и укрепление здоровья воспитанников
3.3	Проведение подвижных игр на свежем воздухе для воспитанников	Педагоги группы и инструктор по физической культуре	Ежедневно	МА ДОУ № 21	Повышение двигательной активности, сохранение и укрепление здоровья воспитанников
3.4	Организация и составление графика работы спортивного зала. Проведение открытых занятий. Привлечение детей к занятиям. На собраниях, педсоветах, родительских собраниях представить информацию о занятиях	Заведующий, старший воспитатель, воспитатели, инструктор по физ. культуре	Сентябрь	МА ДОУ № 21	Повышение двигательной активности
3.5	Оформление стендов на тему ЗОЖ, двигательная активность	Педагоги групп, фельдшер	Сентябрь-октябрь 2021	МА ДОУ № 21	Повышение уровня знаний воспитанников и родителей
3.6	Проведение бесед на тему «Рациональная двигательная активность»	Фельдшер	2 раза в год	МА ДОУ № 21	Повышение уровня знаний воспитанников
3.7	Проведение на занятиях гимнастики на осанку, для снятия утомления глаз	педагоги	Ежедневно	МА ДОУ № 21	В группах старшего возраста
3.8	Проведение утренней гимнастики во всех группах	Педагоги, инструктор по физической культуре	Ежедневно	МА ДОУ № 21	Повышение двигательной активности, сохранение и укрепление здоровья воспитанников

4	Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических требований к образовательному процессу	Заведующий, старший воспитатель, воспитатели	Ежедневно	МА ДОУ № 21	Повысить эффективность образовательного процесса. Спланировать мероприятия по снижению напряжения и утомления детей
4.1	Соблюдение требований к занятиям. Соблюдение требований к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузки обучающихся; Равномерное распределение нагрузки; Составление расписания занятий с учетом дневной и недельной умственной работоспособности.	Старший воспитатель, воспитатели	Ежедневно	МА ДОУ № 21	Повысить эффективность образовательного процесса. Спланировать мероприятия по снижению напряжения и утомления детей. Снизить заболеваемость воспитанников.
4.2	Контроль режима проветривания групп, До прихода детей; После каждого занятия;	Педагоги	Ежедневно	МА ДОУ № 21	Повысить эффективность образовательного процесса. Снизить заболеваемость воспитанников
4.3	Контроль соблюдения режима дня воспитанников в соответствии с возрастом (собеседование, наблюдение) режим питания (интервалы между приемами пищи и кратность питания); время пребывания на воздухе в течение дня; продолжительность и кратность сна; продолжительность и место	педагоги, родители	Ежедневно	МА ДОУ № 21	Повысить эффективность образовательного процесса. Спланировать мероприятия по снижению напряжения и утомления детей. Создать условия для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха

	обязательных занятий как в условиях МА ДОУ, так и дома; свободное время, возможность обеспечить двигательную активность ребенка по собственному выбору				
5	Организация работы по пропаганде здорового образа жизни воспитанников (беседы, игры)	Старший воспитатель, педагоги, фельдшер	1 раз в месяц (сентябрь-май)	МА ДОУ № 21	Сформировать заинтересованное отношение детей к собственному здоровью. Обеспечить заинтересованное отношение педагогов и родителей к здоровью детей
5.1	Проведение флэш-моба «Движение – жизнь!»	Старший воспитатель, педагоги	Ноябрь 2022	МА ДОУ № 21	Сформировать положительное отношение к двигательной активности и, здоровому образу жизни
5.2	Проведение дней здоровья	Старший воспитатель, Инструктор по физ. культуре	сентябрь, май	МА ДОУ № 21	Сформировать положительное отношение к двигательной активности
5.3	Спортивная игра «Мама, папа, я – спортивная семья»	Инструктор по физической культуре	1 и 4 квартал 2021-2023	МА ДОУ № 21	Сформировать положительное отношение к двигательной активности и совершенствованию физического состояния
5.4	Включение в темы родительских собраний бесед о двигательной активности и здоровом образе жизни воспитанников	Старший воспитатель, педагоги	Сентябрь-май 2021-2023	МА ДОУ № 21	Обеспечить заинтересованное отношение педагогов и родителей к здоровью детей как к главной ценности
6	Контроль за организацией рабочего места обучающихся воспитанников	Фельдшер, старший воспитатель	постоянно	МА ДОУ № 21	Повысить эффективность образовательного процесса. Создать условия для снятия

					перегрузки, нормального чередования труда и отдыха. Обеспечить возможности обучающихся осуществлять образовательную деятельность с учетом дифференцируемого подхода и индивидуальных возможностей каждого ребенка
7	Организация горячего питания.	Директор «КОП» заведующий ДОУ, завхоз, мед.сестра	Постоянно	МА ДОУ № 21	Обеспечивать возможности обучающихся получать горячее питание, сбалансированный рацион
7.1	Соблюдение требований СанПиН к доставке продуктов, к уборке помещений пищеблока	КОП, заведующий ДОУ, Мед.сестра	Постоянно	Учреждение здравоохранения	Обеспечивать санитарно-гигиеническую безопасность питания, включая соблюдение всех санитарных требований к состоянию пищеблока, продуктам питания, их хранению, приготовлению, раздаче блюд
8	Сбор информации о состоянии здоровья детей, оценка эффективности программы	Фельдшер	До 01.06.2023	Учреждение здравоохранения отделение организации медицинской помощи обучающимся в образовательных учреждениях (ОМПОвОУ)	Проведение анализа, отражающего динамику устранения факторов риска, оценка проведенных мероприятий, способствующих устранению факторов риска
8.1	· Анализ заболеваемости воспитанников, распределение их по группам здоровья	Фельдшер	до 15.05.2023	МА ДОУ № 21	Разделение воспитанников на I, II, III группы здоровья, выявление снижения заболеваемости воспитанников

### **Этапы и сроки реализации программы**

Программа реализуется с 2021 по 2023 годы в три этапа:

#### **1 этап (2021)**

- Анализ тенденций в состоянии здоровья и образа жизни воспитанников, анкетирование родителей.
- Выявление проблем, определение целей и задач МА ДОУ № 21 по здоровьесбережению воспитанников.
- Подготовка проекта Программы.

#### **2 этап (2022)**

- Реализация основных мероприятий Программы

#### **3 этап (2023)**

- Оценка эффективности Программы

### **Критерии оценки эффективности программы**

- положительная динамика состояния здоровья воспитанников;
- сформированность у воспитанников ценностных ориентаций на сохранение и укрепление здоровья, наличие навыков здорового образа жизни;
- сформированность у всех категорий педагогических работников единых ценностных подходов к сохранению и укреплению здоровья воспитанников;
- удовлетворённость организацией образовательного процесса и условиями обучения со стороны воспитанников и их родителей;
- повышение двигательной активности за счёт проведения утренних гимнастик, правильно построенных занятий физической культуры, повышения интереса к спортивным секциям;
- повышения уровня знаний воспитанников о двигательной активности;
- увеличение доли детей с I группой здоровья;
- уменьшение количества обострений хронических заболеваний у детей с III группой здоровья;
- снижение заболеваемости воспитанников более чем на 10 процентов;
- увеличение компетентности в вопросах здорового образа жизни среди воспитанников до 85 процентов;
- рост профессионального мастерства учителя через внедрение и распространение инновационных здоровьесозидающих технологий;
- повышение процента охвата детей программами физкультурно-спортивной направленности до 90 процентов;
- увеличение числа родителей, являющихся активными сторонниками и участниками воспитательного процесса в детском саду, направленного на пропаганду здорового образа жизни;
- внедрение подпрограмм по формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575834

Владелец Петрова Валентина Викторовна

Действителен с 11.02.2022 по 11.02.2023