

Программа «Растим здоровое поколение».

Цель: Проведение целенаправленной работы по укреплению и сохранению здоровья детей, посещающих ЧДОУ, силами всех сотрудников дошкольного учреждения, при активном участии родителей.

Задачи:

1. Совершенствовать систему здоровьесберегающей и здоровьесформирующей деятельности ЧДОУ с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников.
2. Способствовать всестороннему физическому и психическому развитию детей.
3. Воспитывать у детей потребность в здоровье, формировать у них элементарные представления о здоровом образе жизни, способствовать выработке индивидуального способа валеологически обоснованного поведения.
4. Формировать базу данных о состоянии здоровья, индивидуальных психофизиологических особенностях и резервных возможностях организма воспитанников.

№	Мероприятия	Сроки выполнения	Ответственные
Физкультурно - оздоровительная работа			
1.1	Диагностика: - Диагностика соматического и физического развития детей (все группы); - Диагностика психо-эмоционального состояния детей все группы); - Диагностика речевого развития (с 5до7лет) - Диагностика функциональной готовности детей к школе и её оценка.	Сентябрь (в соответствии с планом мониторинга ЧДОУ) Сентябрь- май	врач О.С.Цейтлина Ст. м\с А.Г.Бутар, А.А.Насарбакова, психолог, логопеды
1.2	Организация системы питания: - Ежемесячный контроль организации питания с последующим анализом;	ежедневно	Ст. м\с

	<ul style="list-style-type: none"> - Организация питания по 10-дневному меню; - Правильная кулинарная обработка; - Включение в меню овощей и фруктов, соков; - Витаминизация питания; - Организация питания детей-аллергиков; - Введение кисломолочных продуктов. 		А.А.Насарбакова, ,А.Г.Бугар, повара
1.3	<p>Оптимизация режима:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Соблюдение режима в соответствии с санитарными правилами и нормами - Соблюдение временного регламента: - образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности; - образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов. 	Ежедневно ежедневно	Ст. м\с А.А.Насарбакова, ,А.Г.Бугар, воспитатели
1.4	<p>Соблюдение санитарно – эпидемиологического режима:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Соблюдение оптимального объема нагрузки образовательной деятельности, осуществляемой в процессе организации различных видов детской деятельности - Индивидуальный подход при закаливании - Обработка игрового материала и оборудования. - Влажная уборка помещений. - Соблюдение графика проветривания. - Кварцевание групповых помещений. 	ежедневно во время карантина	Ст. м\с А.А.Насарбакова, ,А.Г.Бугар, воспитатели, младшие воспитатели
1.5	<p>Физическое развитие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Образовательная деятельность, направленная на физическое развитие детей. НОД: традиционные, тренировочные, занятия – соревнования, интегрированные с другими видами деятельности, - Двигательная деятельность на музыкальных занятиях, - Двигательная деятельность на музыкальных развлечениях, - Физминутки и динамические разминки. - Оздоровительный бег (старший и подготовительный возраст). - Физкультурные досуги, праздники и развлечения. - Элементы детской йоги. - Диагностика физической подготовки детей. - Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей. - Включение в совместную и свободную деятельность подвижных и спортивных игр. 	3 раза в неделю 2 раза в неделю 1 раз в месяц в течение дня 1 раз в месяц 2 раза в неделю сентябрь, май сентябрь ежедневно	инструктор по физкультуре Т.В.Кошкина, воспитатели, музыкальные руководители Н.Н.Игошева, И.С.Никитушева воспитатели

	<p>Создание условий:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Своевременное оборудование физкультурного зала и спортивной площадки. - Проведение испытания спортивного оборудования и инвентаря. - Приобретение спортивных атрибутов и пособий. - Оснащение физкультурного уголка в группах. - Создание условий на участках, спортивной площадке в зимний и летний периоды. 	<p>август август в течение года август, декабрь, май декабрь, май</p>	<p>Директор ЧДОУ Зяброва Н.В Зам. директора по ВМР Сигурова И.А. Зам. директора по АХР Пахтина А.В. Инструктор по физкультуре Т.В.Кошкина</p>
1.6	<p>Лечебно-оздоровительная работа:</p> <p><u>Витамиотерапия:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - ревит, аскорбиновая кислота - напиток шиповника, брусники - С-витаминация третьего блюда <p><u>Природные адаптогены:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - элеутерококк - рыбий жир <p>Физиопроцедуры</p> <p><u>Использование бактерицидных облучателей – дезаров- для обеззараживания помещений ЧДОУ.</u></p> <p><u>Использование моек и увлажнителей воздуха.</u></p> <p><u>Гала – камера («Соляная пещера») (все группы)</u></p> <p><u>ЛФК (Лечебно-физкультурный комплекс)</u></p> <p><u>Общий массаж</u></p>	<p>по назначению врача</p> <p>по назначению врача</p> <p>ежедневно ежедневно</p> <p>2 р. в год в весенне-осенний период</p> <p>2 р. в неделю</p> <p>по назначению врача</p>	<p>врач О.С.Цейтлина Ст. м\с А.А.Насарбакова, ,А.Г.Бутар, Родители (по рекомендации врача)</p> <p>Инструктор ЛФК</p> <p>Медсестра по массажу</p>
1.7	<p>Лечебно-профилактическая работа:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Проведение углубленных профилактических осмотров; - Осмотр детей врачами (узкими специалистами); - Мониторинг здоровья детей, имеющих хронические заболевания, часто болеющих с 	<p>ежедневно</p>	<p>врач О.С.Цейтлина Ст. м\с А.А.Насарбакова,</p>

	<p>проведением профилактических и оздоровительных мероприятий;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Проведение профилактических прививок по графику; - Обследование детей на глистные инвазии, на чесотку и педикулёз; - Проведение мероприятий по предупреждению повышенной заболеваемости гриппом и ОРЗ: - вакцинация - проведение противоэпидемиологических мероприятий - оксолиновая мазь - «чесночные бусы» - <u>Использование бактерицидных облучателей – дезаров- для обеззараживания помещений ЧДОУ</u> - фитоионизация воздуха в группе; - непосещение мест повышенного скопления людей; - Тщательное мытьё рук, соблюдение личной гигиены; - Самомассаж 	по назначению врача	,А.Г.Бутар,
1.8	<p>Закаливающие процедуры, с учетом состояния здоровья воспитанников:</p> <p><u>Воздухом</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -утренний прием на свежем воздухе в летний период, -утренняя зарядка, -воздушные ванны (проветривание) -хождение босиком по траве в летний период -хождение босиком по «дорожке здоровья» -бодрящая зарядка -прогулки -одежда, соответствующая температуре воздуха <p><u>Водой</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -обширное умывание -полоскание зева после еды 	<p>Ежедневно</p> <p>Ежедневно</p> <p>по графику</p> <p>ежедневно</p> <p>ежедневно после сна</p> <p>ежедневно после сна</p> <p>2 раза в день зимой 3 раза в день летом</p> <p>ежедневно</p> <p>в течение дня</p> <p>ежедневно</p>	<p>врач О.С.Цейтлина</p> <p>Ст. м\с</p> <p>А.А.Насарбакова,</p> <p>,А.Г.Бутар,</p> <p>воспитатели</p>

	<ul style="list-style-type: none"> -контрастное обливание ног в летний период -игры с водой (в группе – зимой, летом – на воздухе) <u>-солнцем (в теплый период)</u> - Дыхательная гимнастика в игровой форме; - Гимнастика для глаз. 	<p>ежедневно ежедневно ежедневно</p> <p>ежедневно ежедневно</p>	
1.9	<p>Оздоровление фитонцидами:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Внесение фиторастений в интерьер - Ароматизация помещения (чесночные бусы) - Натуропатия (включение в питание лука и чеснока) 	<p>ежедневно в течение дня во время обеда</p>	<p>Ст. м\с А.А.Насарбакова, ,А.Г.Бутар, воспитатели</p>
1.10	<p>Коррекционно-развивающая работа:</p> <ul style="list-style-type: none"> - План взаимодействия узких специалистов - Изучение литературных новинок и написание календарно-тематического плана с использованием здоровьесберегающих технологий. - Составление программ индивидуальных нагрузок для каждого ребенка с учетом всех данных по результатам диагностирования здоровья и общей физподготовленности. 	<p>август в течение лета сентябрь</p>	<p>воспитатели Инструктор по физкультуре Т.В.Кошкина</p>
2	Социально - личностное здоровье		
2.1	<p>Диагностическая работа:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Контроль за нервно-психическим развитием детей раннего возраста. - Индивидуальная и групповая педагогическая диагностика. 	<p>эпикризные сроки сентябрь, май</p>	<p>воспитатели, п/психолог Кузнецова М.С. Зам. директора по ВМР Сигурова И.А.</p>
2.2	<p>Профилактика дезадаптации:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Организация психолого – педагогического сопровождения адаптационного периода . - Занятия психолога (Пособие «Занятия психолога с детьми 2-4-х лет в период адаптации к дошкольному учреждению», автор Роньжина А.С.) 	<p>Сентябрь-ноябрь</p>	<p>врач О.С.Цейтлина, Ст. м\с А.А.Насарбакова, ,А.Г.Бутар, педагог – психолог Кузнецова М.С. Зам. директора по ВМР Сигурова И.А. Воспитатели</p>

2.3	<p>Охрана психического здоровья:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Соблюдение Конвенции о правах ребенка. - Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы. -Комплекс психогигиенических мероприятий: арттерапия, музыкотерапия и психогимнастика, игры с водой и песком. - Индивидуальные и подгрупповые занятия в кабинете педагога – психолога, направленные на коррекцию познавательных процессов и эмоциональной сферы. 	<p>в течение дня в течение дня в течение дня</p> <p>по плану специалиста</p>	<p>воспитатели Зам. директора по ВМР Сигурова И.А п/психолог Кузнецова М.С.</p>
2.4	<p>Работа с детьми:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Проведение занятий с воспитанниками по физическому развитию; - Проведение занятий с воспитанниками по программе «Основы безопасной жизнедеятельности»; -Проведения цикла занятий по обучению детей ЗОЖ; -Проведение занятий по пособию «Эмоционально – личностное развитие ребенка в условиях ДОУ». 	<p>по перспективному плану</p>	<p>воспитатели, психолог, Зам. директора по ВМР Сигурова И.А</p>
2.5	<p>Работа с родителями:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Родительские собрания. -Оформление папок, ширм, консультаций, информационных стендов. -Знакомство родителей с жизнью групп через фотовыставки и видеофильмы, сайт ЧДОУ -Праздники и развлечения -Обобщение семейного опыта 	<p>в соответствии с планом ежемесячно постоянно</p> <p>ежемесячно в течение года</p>	<p>Зам. директора по ВМР Сигурова И.А, воспитатели, узкие специалисты Ст. м/с А.А.Насарбакова, ,А.Г.Бугар,</p>