

Согласовано:

Заведующий муниципального
автономного дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад № 23»



Николенко Э.В.

Утверждаю:

Главный врач государственного
автономного учреждения
здравоохранения по Свердловской
области «Краснотурьинская городская
больница»



Мальков А.Н.

Профилактическая программа
«Детский сад – территория здоровья»
для сохранения здоровья детей дошкольного возраста
в МА ДОУ № 23 на 2021г-2023г

2021 г.

Оглавление

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

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 образовательных организаций — 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 общеобразовательной программы МА ДОУ № 23. Данная программа рассчитана на три календарных года.

Структура выявленных заболеваний (состояний) в МА ДОУ № 23

Численность детей в ДОУ:

	2018 год	2019 год	2020 год
Болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушения обмена веществ	15	32	59
Болезни глаза и его придаточного аппарата	55	62	54
Болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани	20	29,8	66

Итак, анализируя данную таблицу можно сделать вывод, что растет уровень хронической патологии наиболее часто встречающейся среди дошкольников. Высокие

показатели сохраняются среди болезней органов пищеварения и болезней костно-мышечной системы и болезней эндокринной системы.

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

При разработке программы МА ДООУ № 23 следует учитывать наиболее часто встречающиеся патологии в данной образовательной организации.

Распределение воспитанников по группам здоровья за последние три года

	2018 год	2019 год	2020 год
Детей 1 группы здоровья	25	16	9
Детей 2 группы здоровья	54	56,4	53
Детей 3 группы здоровья	8,3	12,8	21,9
Детей 4 группы здоровья	1	1,6	0,4
Детей 5 группы здоровья	1,7	1,2	0,7

Таким образом, наблюдается стойкая тенденция к снижению детей с первой группой здоровья и увеличение детей с третьей группой здоровья (дети с хроническими болезнями).

Увеличивается количество детей, нуждающихся к старшей и подготовительной группам в помощи специалистов (логопед, гастроэндокринолог, ортопед).

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 школьника - 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 несовершеннолетних для МА ДООУ № 23 «Детский сад – территория здоровья». При ее создании учтено, что дошкольный 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 дошкольников в ДООУ, формирование единых ценностных установок и подходов к сохранению здоровья участников образовательного процесса.

Цели и задачи

Цель: формирование здоровой среды и здорового образа жизни ребенка, сохранение и укрепление здоровья воспитанников, воспитание у них внутренней потребности вести здоровый образ жизни на примере профилактических мероприятий.

Задачи:

- создание в ДООУ организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесберегающих технологий, учитывая индивидуальные особенности воспитанников;
- 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 социального партнерства 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 ДОУ и родителей по сохранению и укреплению здоровья воспитанников;
- создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья воспитанников:

1. Контроль за организацией пространства детской реализации (групповое пространство) в соответствии с нормативными документами.
2. Контроль за соблюдением режима дня.
3. Контроль за слоистостью одежды в соответствии с сезоном года, а также правильно подобранной сменной обувью.
4. Контроль двигательной активности дошкольников в течение дня.

Методы и средства обеспечения программы:

Кадровые ресурсы ДОУ: заведующий, фельдшер, медсестра, воспитатели, музыкальный руководитель, приглашенные специалисты (логопед и психолог).

Материально-технические ресурсы школы:

Спортивный (музыкальный) зал, медицинский кабинет, групповые комнаты, прогулочные участки, оснащенные необходимым оборудованием.

Методические и информационные ресурсы ДОУ:

- видеоматериалы;
- методические рекомендации;
- беседы с воспитанниками, родителями;
- мастер-классы;
- флешмобы; челленджеры
- видеоконференцсвязь;
- спортивные праздники;
- участие воспитанников в городских спортивных соревнованиях;
- мероприятия по ЗОЖ;
- сайт ДОУ

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 дошкольников (количество проведенных учебных занятий, тестирований, анкетирования);
- Поддержка родителями деятельности ДООУ по воспитанию здоровых (увеличение количества мероприятий по ЗОЖ, проведенных совместно с родителями);
- Повышение уровня самостоятельности и активности дошкольников 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);
- Повышение оценки удовлетворенности воспитанников от обучения (с помощью анкетирования);
- Рост уровня физического развития и физической подготовленности дошкольников (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	Заведующий детским поликлиническим отделением, заведующий (ОМПОвОУ), фельдшер, (ОМПОвОУ)	август 2021	Учреждение здравоохранения, (ОМПОвОУ)	Проведение анализа, выявления факторов риска, определение мероприятий, способствующих устранению факторов риска

	образования				
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	август 2021	Учреждение здравоохранения, (ОМПОвОУ Образовательная организация.	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	воспитатели	сентябрь 2021	ДОУ	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	Заведующий	Перед началом каждого учебного года	ДОУ	Достижение оптимальных гигиенических показателей по всем параметрам оценки образовательной среды

	пульсации в кабинетах, спортивных залах, рекреациях; напряжение электромагнитного поля, параметры яркости и освещенности в компьютерных классах)				
3.	Мониторинг состояния здоровья воспитанников Анализ процентного соотношения количества воспитанников, отнесенных к разным группам здоровья за 2021 год, 2022 год и 2023 год процент воспитанников, имеющих гармоничное физическое развитие; соотношение воспитанников,	воспитатель; педагог – психолог (по согласованию); медсестра	Ежегодно	ДОУ	Оценка уровня состояния здоровья воспитанников. Выявление основных факторов влияющих на здоровье дошкольников в текущем режиме.

	относящихся к физкультурным группам; процентное соотношения выявленных патологий.				
3.1	Оформление «Листков здоровья» с учетом физкультурной группы. Внесение в листок здоровья сведений из медицинских карт воспитанников с рекомендациями. Рекомендации в обязательном порядке учитываются всеми участниками образовательного процесса.	Фельдшер, медсестра,	ежегодно	ДОУ	Обеспечивать возможности воспитанникам осуществлять образовательную деятельность с учетом дифференцируемого подхода и индивидуальных возможностей каждого ребенка.
3.2	Проведение динамических пауз на занятиях	Воспитатели и специалисты	Ежедневно	ДОУ	Повышение двигательной активности, сохранение и укрепление здоровья воспитанников
3.3	Проведение	Воспитатели и	Ежедневно	ДОУ	Повышение

	подвижных игр на свежем воздухе для воспитанников	музыкальный руководитель			двигательной активности, сохранение и укрепление здоровья воспитанников
3.4	На собраниях, педсоветах, родительских собраниях представить информацию о проводимых мероприятиях	Заведующий, медсестра	По мере необходимости	ДОУ	Повышение двигательной активности
3.5	Оформление стендов на тему ЗОЖ, двигательная активность	воспитатели, медсестра, делопроизводитель	По мере необходимости	ДОУ	Повышение уровня знаний родителей
3.6	Проведение бесед на тему «Рациональная двигательная активность»	Фельдшер, медсестра	2 раза в год	ДОУ	Повышение уровня знаний воспитанников
3.7	Проведение на физкультурных занятиях упражнений на все группы мышц, профилактика плоскостопия, профилактика правильной осанки.	Воспитатели, муз. руководитель	Ежедневно	ДОУ	Профилактика зрения и сохранения осанки

3.8	Проведение утренней гимнастики	Воспитатели, муз. руководитель	Ежедневно	ДОУ	Повышение двигательной активности, сохранение и укрепление здоровья воспитанников
4	Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических требований к учебному процессу	Воспитатель, медсестра, младший воспитатель	Ежедневно	ДОУ	Повысить эффективность учебного процесса. Спланировать мероприятия по снижению напряжения и утомления детей
4.1	Соблюдение требований к занятию Соблюдение требований к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузки воспитанников Равномерное распределение учебной нагрузки; Составление расписания занятий с учетом дневной и недельной	Заведующий, воспитатели, муз. рук-ль	Ежедневно	ДОУ	Повысить эффективность учебного процесса. Спланировать мероприятия по снижению напряжения и утомления детей. Снизить заболеваемость воспитанников

	умственной работоспособности и воспитанников и шкалой трудности учебных предметов				
4.2	Контроль режима проветривания помещений до прихода детей и после каждого занятия и во время прогулки	Заведующий, медсестра	Ежедневно	ДОУ	Повысить эффективность учебного процесса. Снизить заболеваемость воспитанников
4.3	Контроль соблюдения режима дня воспитанниками в соответствии с возрастом; режим питания (интервалы между приемами пищи и кратность питания); время пребывания на воздухе в течение дня; продолжительность и кратность сна; продолжительность и место обязательных занятий как в условиях ДОУ, так и дома; свободное время, возможность обеспечить двигательную активность ребенка по собственному	Заведующий, медсестра, родитель (законный представитель)	Ежедневно	ДОУ, в семье ребенка	Повысить эффективность учебного процесса. Спланировать мероприятия по снижению напряжения и утомления детей. Создать условия для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха

	выбору				
5	Организация работы по пропаганде здорового образа жизни воспитанников (лекции, беседы, игры, викторины, чтение литературы, просмотр мультфильмов)	Заведующий, воспитатели, медсестра	1 раз в месяц	ДОУ	Сформировать заинтересованное отношение детей к собственному здоровью. Обеспечить заинтересованное отношение педагогов и родителей к здоровью детей
5.1	Проведение дней здоровья	Воспитатели и муз.рук-ль	Октябрь, май	ДОУ	Сформировать положительное отношение к двигательной активности
5.3	Спортивная игра «Мама, папа, я – спортивная семья»	Воспитатели, муз. руководитель, родители (законные представители)	Два раза в год	ДОУ	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	Заведующий, медсестра		ДОУ	Обеспечить заинтересованное отношение педагогов и родителей к здоровью детей как к главной ценности
6.	Контроль за организацией	Фельдшер, медсестры,	Постоянно	ДОУ	Повысить эффективность

	пространства детской реализации	воспитатели			учебного процесса. Создать условия для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха. Обеспечить учебную и внеучебную деятельность ребенка с учетом дифференцируемо го подхода и его индивидуальных возможностей
7.	Соблюдение требований СанПиН к качеству продуктов, к уборке помещений пищеблока	Заведующий, фельдшер	Постоянно	ДОУ	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, медсестра, воспитатели	Июнь 2022 и 2023 гг.	Учреждение здравоохранен ия отделение организации медицинской помощи обучающимся	Проведение анализа, отражающего динамику устранения факторов риска, оценка

				в образовательных учреждениях (ОМПОвОУ)	проведенных мероприятий, способствующих устранению факторов риска
8.1	Проведение анкетирования родителей	Фельдшер, педагоги	Апрель 2021, 2022 и 2023 гг.	ДОУ	Оценка уровня здоровья воспитанников, оценка проводимых мероприятий
8.2	Анализ заболеваемости воспитанников, распределение воспитанников по группам здоровья	Фельдшер	Май 2022 и 2023 гг.	ДОУ	Разделение воспитанников на I, II, III группы здоровья, выявление снижения заболеваемости воспитанников
9.	Предоставление результатов реализации программы участникам воспитательно-образовательной деятельности и общественности	Заведующий, фельдшер, воспитатели и родители (законные представители)	август 2023	ДОУ	Выполнение поставленных в программе задач

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 воспитанников и родителей.

- Выявление проблем, определение целей и задач ДООУ 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 зарядок, правильно построенных занятий физической культуры;
- 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 педагога 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 ДООУ, направленного на пропаганду здорового образа жизни;
- внедрение подпрограмм по формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек.

АНКЕТА ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ ФАКТОРОВ РИСКА У ДОШКОЛЬНИКА

Предлагаем ответить на вопросы, подчеркнуть или вписать подходящий вариант ответа

1. Дата рождения число ____ месяц _____ год _____

2. Пол: 1 – мальчик, 2 – девочка

3. Сколько раз в день ваш ребенок принимает пищу?

- 1) 5 раз в день (завтрак дома; завтрак, обед, полдник в садике, ужин (подчеркнуть) (3)
- 2) 4 раза в день (2)
- 3) 3 раза в день (1)
- 4) 2 раза в день и реже (0)

4. Где ваш ребенок питается?

- 1) только дома (1)
- 2) дома и в садике (3)
- 3) из детского сада забираете пораньше, чтобы покормить своим обедом и приводите уже накормленного ребенка на завтрак (2)
- 4) другие варианты _____

5. Сколько раз в день ваш ребенок принимает горячую пищу (не считая чай, кофе, какао и другие горячие напитки)?

- 1) 5 раз в день (завтрак дома; завтрак, обед и полдник в садике; ужин) (3)
- 2) 4 раза в день (2)
- 3) 3 раза в день (1)
- 4) 2 раза в день (1)
- 5) 1 раз в день (0)

6. Бывают ли у вашего ребенка перерывы в приеме пищи 5-6 часов и более?

- 1-нет (3), 2- да (1)

7. Когда вы с ребенком ужинаете?

- 1) за 2 часа до сна (3)
- 2) за 1 час 30 мин. до сна (2)
- 3) за 1 час до сна (1)
- 4) за 30 мин. (0)
- 5) до сна, перед тем как укладываете ребенка в постель (0)

8. Считаешь ли вы, что ваш ребенок питается регулярно?

- 1-да (3), 2- нет (1)

9. Какие блюда ваш ребенок употребляет (3 раза в неделю и чаще)?

- а) острые, соленые, жирные: 1- нет (3), 2- да (1)
б) копчености, консервы (3 раза в неделю и чаще): 1-нет (3), 2- да (1)
в) указанные блюда в рацион ребенка не включены (3)

10.Как часто ваш ребенок употребляет свежие овощи, фрукты, соки?

несколько раз в день

- 1) 1 раз в день (3)
- 2) через день (3)
- 3) 2-3 раза в неделю (2)
- 4) 1 раз в неделю и реже (1)
- 5) не употребляет вообще (0)

11. Как часто ваш ребенок употребляет молочные продукты (молоко, творог, кефир, йогурт, ряженка, сметана, сыр и т.д.)?

- 1) несколько раз в день (3)
- 2) 1 раз в день (3)
- 3) через день (2)
- 4) 2-3 раза в неделю (2)
- 5) 1 раз в неделю и реже (1)
- 6) не употребляет вообще (0)

12. Как часто ваш ребенок употребляет мясные продукты (говядина, курица, свинина, индейка, колбаса, сосиски, котлеты и т.д.)?

- 1) несколько раз в день (1)
- 2) 1 раз в день (1)
- 3) через день (2)
- 4) 2-3 раза в неделю (3)
- 5) 1 раз в неделю и реже (3)
- 6) не употребляет вообще (0)

13.В какое время вы обычно укладываете ребенка спать в будние дни? _____ (час.)

14. В какое время вы обычно поднимаете своего ребенка в будние дни? _____(час.)

15.Спит ли ваш ребенок днем?

1-Нет (3), 2- Да (1), 3- Изредка (2)

16. Если регулярно спит днем, то сколько часов _____ час.

17. Делает ли ваш ребенок утреннюю зарядку?

1- Нет (1), 2- Да (3), 3- Изредка (2)

18. Сколько времени в будние дни ваш ребенок проводит на свежем воздухе (гуляет)?

- 1) 1 час и менее (1)
- 2) 2 часа (2)
- 3) 3 часа (2)
- 4) 4 часа и более (3)
- 5) не гуляю (0)

19. Сколько времени в выходные дни ваш ребенок проводит на свежем воздухе (гуляет)?

- 1) 1 час и менее (1)
- 2) 2 часа (2)
- 3) 3 часа (2)
- 4) 4 часа и более (3)
- 5) не гуляю (0)

20. Сколько времени ваш ребенок занимается (в кружке или секции) в будние дни?
_____ (часов)

Материалы для анкеты взяты из руководства по гигиене детей и подростков, медицинскому обеспечению обучающихся в образовательных организациях модель организации, федеральные рекомендации оказания медицинской помощи обучающимся под редакцией члена-корреспондента Российской академии наук В.Р. Кучмы

ПОЯСНЕНИЕ К АНКЕТЕ ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ ФАКТОРОВ РИСКА У ДОШКОЛЬНИКА

Анкета имеет балльную систему оценки ответов на вопросы, каждый ответ на вопрос оценивается (от 0 до 3 баллов). В зависимости от количества набранных баллов оценивается уровень приверженности дошкольника к (ЗОЖ) здоровому образу жизни, и уровня наличия факторов риска (НИЗ) неинфекционных заболеваний.

- 1) 30-45 баллов – высокий уровень приверженности к (ЗОЖ) здоровому образу жизни, низкий уровень наличия факторов риска (НИЗ) неинфекционных заболеваний.
- 2) 15-29 баллов – средний уровень приверженности к (ЗОЖ) здоровому образу жизни, средний уровень наличия факторов риска (НИЗ) неинфекционных заболеваний.
- 3) 0-14 баллов – низкий уровень приверженности к (ЗОЖ) здоровому образу жизни, высокий уровень наличия факторов риска (НИЗ) неинфекционных заболеваний.