

ПРИНЯТО  
на Педагогическом совете  
МДОБУ ЦРР д/с «Айгуль»  
Протокол № 3  
«19» января 2017 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  
МДОБУ ЦРР д/с «Айгуль»  
Э.Р. Бердигулова  
Приказ № 30 от «20» 01 2017 г.

**Программа  
формирования культуры здорового и  
безопасного образа жизни  
"Здоровье и дети"  
на 2017-2020 годы  
МДОБУ «ЦРР – детский сад «Айгуль»**

**Программа**  
**формирования культуры здорового и безопасного образа жизни**  
**"Здоровье и дети"**  
**на 2017-2020 годы**  
**МДОБУ «ЦРР – детский сад «Айгуль»**

**Цель:** объединение усилий педагогов, родителей по сохранению и укреплению здоровья детей и формированию основ здорового и безопасного образа жизни.

**Задачи:**

- создание условий для сохранения и укрепления здоровья дошкольников;
- формировать основы здорового образа жизни у детей;
- прививать ребенку навыки заботы о своём здоровье;
- приучать детей адекватно реагировать на опасные ситуации окружающей среды;
- усиливать работу с родителями по формированию здорового образа жизни ребёнка;
- формировать культуру здоровья;
- активизировать психолого-социальную помощь детям;
- развивать физическую культуру, спорт, туризм.

**Актуальность**

Здоровье – это сложное понятие, включающее характеристики физического и психического развития человека, адаптационные возможности его организма, его социальную активность, которые в итоге и обеспечивают определённый уровень умственной и физической работоспособности.

В современных условиях развития нашего общества наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из первоочередных задач, стоящих перед обществом.

Актуальность проблемы предупреждения различных заболеваний определяется высокой заболеваемостью детей дошкольного возраста, формированием рецидивирующей и хронической патологии.

Рождение здорового ребёнка стало редкостью, растёт число недоношенных детей, число врождённых аномалий, число детей с речевыми расстройствами. Более 20% детей старшего дошкольного возраста имеют 3-ю группу здоровья.

По данным отечественных и зарубежных исследователей, здоровье человека на 50-55% зависит от собственного образа жизни, на 20 – 25% - от окружающей среды, на 16 -20 % — от наследственности 10—15% — от уровня развития здравоохранения в стране.

Нельзя улучшить свою наследственность и лично повлиять на уровень здравоохранения, но образ жизни, который человек избирает, целиком зависит от него самого.

Поэтому задача педагога ДООУ состоит в организации педагогического процесса, берегающего здоровье ребенка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. В ходе совместной деятельности с детьми педагог, сотрудничая с семьей, может приобщить дошкольников к ценностям здоровья, привить привычку к здоровому образу жизни.

Роль родителей в сбережении здоровья ребенка заключается не только в готовности принимать помощь и поддержку от специалистов ДООУ в вопросах сохранения и укрепления здоровья ребенка, но и в самом активном участии.

Данная программа поможет правильно организовать образовательный процесс и постепенно разрешать следующие проблемы:

- ✓ проблему формирования у воспитанников и родителей навыков безопасного образа жизни;
- ✓ проблему учебных перегрузок воспитанников, приводящих к состоянию переутомления;
- ✓ проблему организации физической активности воспитанников, профилактики гиподинамии;
- ✓ проблему питания воспитанников;
- ✓ проблему охраны и укрепления психологического здоровья воспитанников;
- ✓ проблему формирования культуры здоровья детей и компетентности педагогов и родителей в вопросах здоровья и здоровьесберегающих технологий.
- ✓ проблему организации сотрудничества с родителями дошкольников по вопросам сохранения и укрепления здоровья их детей.

**План**  
**реализации программы формирования культуры здорового и безопасного**  
**образа жизни**  
**«Здоровье и дети»**  
**на 2017-2020 гг. по МДОБУ «ЦРР – детский сад «Айгуль»**

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
<b>1. Организационно-массовая работа</b>			
1.	Проводить диагностику физического развития и здоровья детей	2 раза в год	Инструктор по ФИЗО
2.	Включать в структуру ООД оздоровительные элементы	постоянно	Педагоги ДОУ
3.	Проводить углубленные медицинские осмотры детей узкими специалистами	1 раз в год	Медсестра
4.	Разработать индивидуальные рекомендации для каждого ребёнка с учётом особенностей психофизического развития	сентябрь, октябрь, ежегодно	ПМПк детского сада
5.	Обеспечить выполнение учебных программ по проведению специальных занятий, касающихся вопросов полового воспитания, привития гигиенических правил, основных принципов ЗОЖ	постоянно	Педагоги ДОУ
6.	Регулярно проводить Дни (Недели) здоровья	1 раз квартал	Инструктор по ФИЗО
7.	Обеспечить качественное проведение занятий, физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня	постоянно	Ст.воспитатель, Педагоги ДОУ
8.	Проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия во время каникул "Каникулы – пора спортивная"	Январь Июнь-август, ежегодно	Инструктор по ФИЗО, педагоги ДОУ
<b>2. Методическая работа</b>			
1.	Использовать основные направления воспитательной работы	постоянно	Педагоги ДОУ
2.	Обсуждение на итоговом педсовете проведенной работы по реализации Программы	Май ежегодно	Заведующий

3.	Обеспечить соблюдение гигиенических требований к составлению расписания организованной образовательной деятельности	постоянно	Старший воспитатель
4.	Выполнять гигиенические требования к организации обучения и воспитания детей	постоянно	Педагоги ДОУ
5.	Организационный педсовет «Организация работы по ОБЖ (профилактика ДДТТ, пожарная безопасность и др.)»	Сентябрь ежегодно	Ст. воспитатель, педагоги ДОУ
6.	Консультации: «Организация игр и игровых занятий по физической культуре», «Взаимодействие педагогов в процессе физкультурно-оздоровительной работы», «Гимнастики-побудки в режиме дня» Консультации «Эмоциональное благополучие ребенка в ДОУ и семье»,	февраль  февраль	Инструктор по ФИЗО  Педагог-психолог
7.	Медико-педагогическое совещание «Пути оптимизации работы по сохранению и укреплению здоровья дошкольников»	октябрь	Заведующий Ст. воспитатель, Медсестра

### 3. Пропаганда здорового образа жизни

1.	Проведение тематических недель «Я вырасту здоровым» «Мое здоровье»	ноябрь, апрель	Педагоги ДОУ
2.	Реализация проектов «Азбука здоровья»	в течение года	Педагоги ДОУ

#### 3.2. Профилактика близорукости и оздоровление детей с нарушением зрения

1.	Проводить инструктаж педагогов по вопросам профилактики близорукости у детей	ежегодно	Медсестра Инструктор по ОТ
2.	Широко внедрять методы массовой профилактики нарушения зрения, во время занятий проводить комплекс упражнений для глаз	постоянно	Педагоги ДОУ
3.	Проводить систематическую работу по выполнению санитарно-гигиенических правил, направленных на укрепление и охрану здоровья детей и охрану	постоянно	Педагоги ДОУ

	зрения		
<b>4. Здоровье и окружающая среда</b>			
1.	Принимать участие в городских, республиканских, российских экологических акциях	постоянно	Педагоги ДОУ
2.	Проводить операции: "Ель", "Первоцвет", "Забота"	декабрь, апрель — июнь	Педагоги ДОУ
3.	Обеспечить проведение конкурса плакатов и рисунков на тему "Сохраним нашу Землю голубой и зеленой"	апрель	Педагоги ДОУ
5.	Организовывать выставки конструкций, поделок, изготовленных из бросовых и подручных материалов	1 раз в год	Педагоги ДОУ
6.	Проводить беседы на темы: "Птицы — наши друзья", "Лес — наше богатство", "Что мы оставим потомкам?", "Редкие растения Республики Башкортостан и их охрана", "Существует ли зависимость между здоровьем и окружающей средой?", "Как уберечь себя от нитратов?", "Экология и мы"	ежегодно	Педагоги ДОУ
7.	Обеспечить формирование представления о запасах энергетических и сырьевых ресурсов, глобальных проблемах человечества, воспитании бережного отношения к природным богатствам, окружающей среде, материальным ресурсам, об охране памятников природы	ежегодно	Педагоги ДОУ
8.	Вовлекать детей в практическую деятельность по охране окружающей среды	ежегодно	Педагоги ДОУ
9.	Знакомить учащихся и воспитанников с основными правилами поведения в природе, формировать у них готовность и умение заботиться о зеленых насаждениях, ухаживать за птицами, животными	ежегодно	Педагоги ДОУ
10.	Вести работу по изучению флоры и фауны города	постоянно	Педагоги ДОУ

### 5. Укрепление здоровья детей

1.	Определить количество детей, которые имеют право на бесплатное оздоровление и санитарно-курортное лечение	постоянно	Медсестра
2.	Проводить оздоровление детей в ДОУ	постоянно	Педагоги ДОУ
3.	Усилить работу по наблюдению за здоровьем, питанием, воспитанием детей в социально неблагополучных семьях	постоянно	Педагоги ДОУ

### 6. Санитарно-технические и санитарно-гигиенические мероприятия по охране здоровья детей

1.	Контролировать соблюдение СанПИНа	постоянно	Заведующий, Медсестра
2.	Рассаживать детей с учетом состояния здоровья и роста	постоянно	Педагоги ДОУ
3.	Контролировать соблюдение режима проветривания в группах, кабинетах, музыкальном и физкультурном залах	постоянно	Медсестра

### 7. Организация питания

1.	Приведение столовых образовательных учреждений в соответствие с требованиями санитарно-эпидемиологического законодательства, в том числе санитарно-эпидемиологических правил и нормативов		Заведующий ДОУ
2.	Для обеспечения рационального и сбалансированного питания воспитанников разрабатывать 10-дневные меню для различных возрастных групп	постоянно	Медсестра
3.	Приобретение технологического оборудования для организации питания воспитанников	постоянно	Заведующий
4.	Организация питьевого режима воспитанников	постоянно	Заведующий
5.	Витаминация и йодизация питания: - приобретение аскорбиновой кислоты; - приобретение витаминизированного напитка	постоянно	Заведующий Медсестра

	«Золотой шар»; - приобретение йодированной соли		
<b>8. Работа с родителями</b>			
1.	Организовывать встречи родителей и работников ГАИ по профилактике ДТП с участием детей	1 раз в год	Ст.воспитатель
2.	Обеспечить изучение с родителями на лекториях следующих тем: "Основные принципы ЗОЖ и методика их формирования", "О пагубном влиянии курения, употребления алкоголя и наркотиков на здоровье человека", «Психическое здоровье детей» и др.	ежегодно	Ст.воспитатель, Педагоги ДОУ
3.	Постоянно доводить до сведения родителей результаты медицинского осмотра воспитанников узкими специалистами, содействовать выполнению рекомендаций врачей	ежегодно	медсестра
4.	Проведение разъяснительной работы с родителями (законными представителями) воспитанников о важности рационального сбалансированного питания для детского организма	постоянно	ДОУ совместно с ЦГБ, м/с