

Согласовано:

Директор МАДОУ «Детский сад № 10»
Н.В.Шадрина



Утверждаю:

Главный врач ГБУЗ СО
«ДГБ г. Нижний Тагил»

Д.М. Клейменов



**Профилактическая программа для сохранения
здоровья несовершеннолетних для образовательных
организаций**

«Детский сад – территория здоровья»

2020 год

Оглавление

1. Обоснование.....	3
2. Цель, задачи.....	5
3. Приоритетные направления	5
4. Методы и средства обеспечения программы.....	6
5. Ожидаемые результаты работы по реализации программы.....	6
6. План мероприятий.....	8
7. Этапы и сроки реализации программы.....	14
8. Критерии оценки эффективности программы.....	14
9. Приложение.....	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. Программа предполагает создание и развитие единой системы здоровьесберегающих технологий в образовательной организации, формирование единых ценностных установок.

Заболеваемость детей болезнями органов дыхания в возрасте до 7 лет по МАДОУ детский сад «Детство» (на 1000 детей)

	2017 год	2018 год	2019 год
Болезни органов дыхания	6308	6516	7308

Заболеваемость детей болезнями органов дыхания по МАДОУ детский сад «Детство» (на 1000 детей)

	2017 год		2018 год		2019 год	
	общая	перв.	Общ.	Перв.	Общ.	Перв.
Болезни органов дыхания	6308	3010	6516	3082	7308	3984

По классу болезней органов дыхания из года в год сохраняются высокие показатели. Данная ситуация обусловлена особенностями незрелой дыхательной системы, регистрации заболеваний, новыми подходами к выявлению, 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.

Количество воспитанников в МАДОУ детский сад «Детство» – 6950 человек.

Проводился анализ заболеваемости воспитанников ДОУ за три года по результатам профилактических осмотров;

1. Проводится анкетирование родителей, педагогов;
2. Группы здоровья на I, II, III, IV, V группы здоровья;
3. Анализ болезней верхних и нижних дыхательных путей;
4. Анализ результатов анкетирования. Например, выявлена недостаточная двигательная активность в течение дня в самостоятельной деятельности у 18% воспитанников, спортивные секции посещают 45 % воспитанников; комплексы утренней гимнастики выполняются в детском саду и только 20% выполняют утреннюю гимнастику дома.

5. Определены значимые факторы, способствующие формированию болезней органов дыхания в образовательном учреждении:

- Невыполнение в полной мере санитарных правил и нормативов, методических рекомендаций по организации двигательной деятельности;
- Нарушение правил личной гигиены детей, родителей и сотрудников ДОУ;
- Двигательная активность у большинства детей только на занятиях по физической культуре и на прогулке;
- Недостаточное информирование родителей и воспитанников, педагогов о необходимости двигательной активности в профилактике заболеваний дыхательной 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 здоровьесберегающая программа «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 здоровьесбережения воспитанников в образовательном учреждении, формирование единых ценностных установок и подходов к здоровьесбережению участников образовательного процесса.

Цель, задачи:

Цель: формирование здоровьесберегающей среды и здорового образа жизни ребенка, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, воспитание у них внутренней потребности вести здоровый образ жизни на примере профилактических мероприятий по заболеваниям органов дыхания.

Задачи:

- создание в детском саду организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесберегающих технологий, учитывая индивидуальные особенности воспитанников;
- обучение детей, родителей, педагогов основным понятиям, мероприятиям, приемам ЗОЖ; формирование электронных кейсов для обучения, тестирования и мотивирования;
- достижение оптимальной двигательной активности в соответствии с возрастом и особенностями организма ребенка;
- привлечение системы дополнительного образования 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 детского сада, родителей и медицинских работников по сохранению и укреплению здоровья обучающихся;
- создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья воспитанников;
- профилактика болезней дыхательной системы обучающихся в образовательной организации:
 1. контроль за соблюдением и выполнением санитарных правил и нормативов, методических рекомендаций;
 2. контроль правил соблюдения личной гигиены детей, родителей и сотрудников ДОУ;
 3. контроль двигательной активности и безопасности физических упражнений на занятиях физической культуры;
 4. контроль за реализацией двигательной активности в период пребывания ребенка в детском саду, использование динамических пауз.

Методы и средства обеспечения программы:

Кадровые ресурсы: заведующий, старший воспитатель, педагог-психолог, логопед, учитель - дефектолог, инструктор по физической культуре, педагоги, младшие воспитатели, медицинский работник, младший обслуживающий персонал, волонтеры из числа родителей.

Материально-технические ресурсы:

В дошкольной организации имеется оборудованный спортивный зал, спортивные площадки на улице, бассейн, музыкальный зал, комната для приема пищи сотрудников, медицинский кабинет, кабинет для реализации дополнительных образовательных программ (изостудии, миниквантумы, «СИРИУС»), методический кабинет укомплектованный литературой, необходимой для выполнения творческих, проектных, исследовательских работ педагогов и воспитанников. Работают кабинеты логопеда, педагога-психолога, учителя – дефектолога, сайт детского сада, официальные страницы в социальных сетях Вконтакте.

Методические и информационные ресурсы:

- видеоматериалы;
- методические рекомендации;
- беседы с воспитанниками, родителями;
- мастер-классы;
- флешмобы;
- видеоконференцсвязь;
- спортивные дошкольные праздники;
- мероприятия по ЗОЖ
- летние и зимние фестивали спорта и здоровья, сдача норм ГТО.

Ожидаемые результаты:

- Снижение заболеваемости органов дыхания;
- Увеличение мотивационных посылов на здоровый образ жизни (в % соотношении по данным анкетирования);
 - Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни (в % 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 детского сада по воспитанию здоровых (увеличение количества мероприятий по ЗОЖ, проведенных совместно с родителями);

- Повышение уровня самостоятельности и активности дошкольников в двигательной деятельности (в % соотношении количество вовлеченных в двигательную активность детей, проведение анкетирования);
- Повышение двигательной активности воспитанников на 20% (посещение спортивных секций, утренняя гимнастика);
- Рост уровня физического развития детей дошкольного возраста (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 Свердловской области, муниципального образования	Заведующий детским поликлиническим отделением, заведующий (ГБУЗ СО ДГБ) Фельдшер, врач, медицинская сестра (ГБУЗ СО ДГБ)	01.08 2020 г.	Учреждение здравоохранения, (ГБУЗ СО ДГБ)	Проведение анализа, выявления факторов риска, определение мероприятий, способствующих устраниению факторов риска
1.1	Анализ на уровне образовательного учреждения, распределение обучающихся детей по группам здоровья в динамике за 3 года (при возникновении сложности по анализу за 3 года, можно делать за 1 год)	Врач, фельдшер (ГБУЗ СО ДГБ), медсестра образовательного учреждения (ГБУЗ СО ДГБ)	01.08. 2020 г.	Учреждение здравоохранения, (ГБУЗ СО ДГБ) Образовательная организация.	Разделение учащихся на I, II, III, IV, V группы здоровья, выявление факторов риска по формированию заболеваний. Выбор профилактического направления работы по заболеванию.
1.2	Проведение анкетирования воспитанников и родителей	Педагоги, фельдшер(ГБУЗ СО ДГБ) , мед сестра (ГБУЗ СО ДГБ)	15.09. 2020 г.	Образовательная организация	Оценка уровня мотивации к ЗОЖ воспитанников и определение основных приоритетов дальнейшей профилактической работы
2.	Гигиеническая оценка образовательной среды (влажная уборка помещений, проветривание, обеззараживание воздушной среды, параметры микроклимата; уровень шума; уровни искусственного и	Заведующий	Перед началом учебного года	Образовательная организация	Достижение оптимальных гигиенических показателей по всем параметрам оценки образовательной среды

	естественного освещения, коэффициент пульсации в группах, спортивных залах, коридорах)				
3.	Мониторинг состояния здоровья воспитанников Анализ процентного соотношения количества воспитанников, отнесенных к разным группам здоровья за 2020 и 2021 год; процент учащихся имеющих гармоничное физическое развитие; соотношение детей, относящихся к физкультурным группам; процентное соотношения выявленных патологий.	Фельдшер (ГБУЗ СО ДГБ), медицинская сестра (ГБУЗ СО ДГБ), инструктор по физкультуре, педагог-психолог	В планово м режиме. Ежегодн о.	Учреждение здравоохран ения. Образовател ьная организаци я.	Оценка уровня состояния здоровья воспитанников. Выявление основных факторов влияющих на здоровье обучающихся в текущем режиме.
4.	Выполнение и приближение к нормативам двигательной активности	Педагоги, родители, инструктора физкультуры, дети	2 раза в год	Образовател ьная организаци я	30.06.2020 процентное соотношение детей с оптимальной и недостаточной двигательной активность 31.12.2020 увеличение процентного соотношения детей с оптимальной для данного возраста двигательной активности
4.2	Проведение утренней гимнастики в дошкольной организации	Педагоги, инструктор физ. культуры.	Ежедневно	Образовател ьная организаци я	Повышение двигательной активности, сохранение и укрепление здоровья воспитанников

4.3	<p>Оформление «Листков здоровья» в журналах заполняется медицинским работником с учетом физкультурной группы. В листок здоровья сведения заносятся из медицинских карт дошкольников. Все рекомендации, данные в «Листке здоровья», должны в обязательном порядке учитываться всеми участниками образовательного процесса в детском саду, в том числе при проведении занятий по физической культуре, при посадке детей в группе, при проведении профилактических прививок, во время дежурства детей, при использовании различных химических веществ, препаратов бытовой химии во время уборок помещений, в которых находятся дети.</p>	Педагог, фельдшер (ГБУЗ СО ДГБ), медсестра (ГБУЗ СО ДГБ)	01.09.2020 г.	Образовательная организация	Обеспечивать возможности обучающихся осуществлять образовательную деятельность с учетом дифференцируемого подхода и индивидуальных возможностей каждого ребенка.
4.4	Проведение подвижных игр на свежем воздухе дошкольников	Педагоги, инструктор физ. культуры	Ежедневно	Образовательная организация	Повышение двигательной активности, сохранение и укрепление здоровья учащихся
4.5	<p>Организация и составление графика работы спортивных секций и спортивного зала. Проведение открытых занятий. Привлечение детей к занятиям. На собраниях, педсоветах, родительских собраниях представить</p>	Заведующий ДОУ, педагоги, инструктор физ. культуры	Сентябрь	Образовательная организация	Повышение двигательной активности

	информацию о занятиях.				
4.6	Оформление стендов на тему ЗОЖ, двигательная активность	Педагоги, фельдшер (ГБУЗ СО ДГБ)	Сентябрь-октябрь 2021г.	Образовательная организация	Повышение уровня знаний учащихся и родителей
4.7	Проведение бесед на тему «Рациональная двигательная активность»	Фельдшер (ГБУЗ СО ДГБ)	2 раза в год	Образовательная организация	Повышение уровня знаний воспитанников
5	Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических требований к образовательному процессу	Заведующий, педагоги	Ежедневно	Образовательная организация	Повысить эффективность учебного процесса. Спланировать мероприятия по снижению напряжения и утомления детей.
5.1	Соблюдение требований к образовательному процессу. Соблюдение требований к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузки обучающихся; равномерное распределение учебной нагрузки;	Педагоги	Ежедневно	Образовательная организация	Повысить эффективность учебного процесса. Спланировать мероприятия по снижению напряжения и утомления детей. Снизить заболеваемость воспитанников
5.2	Контроль режима проветривания	Педагоги	Ежедневно	Образовательная организация	Повысить эффективность учебного процесса. Снизить заболеваемость воспитанников
5.3	Контроль соблюдения режима дня воспитанниками детского сада в соответствии с возрастом (анкетирование, собеседование,	Педагоги, родители	Ежедневно	Образовательная организация	Повысить эффективность учебного процесса. Спланировать мероприятия по снижению напряжения и

	наблюдение), 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 образовательных учреждений, так и дома; свободное время, возможность обеспечить двигательную активность ребенка по собственному выбору.				утомления детей. Создать условия для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.
6	Организация работы по пропаганде здорового образа жизни воспитанников (лекции, беседы, игры)	Заведующий, педагоги, фельдшер (ГБУЗ СО ДГБ)	1 раз в месяц (сентябрь-май)	Образовательная организация	Сформировать заинтересованное отношение детей к собственному здоровью. Обеспечить заинтересованное отношение педагогов и родителей к здоровью детей
6.1	Проведение флешмоба «Движение – жизнь!»	Заведующий, волонтёры детского сада	Ноябрь 2021г.	Образовательная организация	Сформировать положительное отношение к двигательной активности и, здоровому образу жизни
6.2	Проведение Дней здоровья	Инструктор физ. культуры	Октябрь, май	Образовательная организация	Сформировать положительное отношение детей к двигательной активности и
6.3	Реализация дополнительных образовательных	Инструктор физ. культуры	Октябрь -май	Образовательная организация	Сформировать положительное отношение детей

	программ физкультурной направленности				к двигательной активности и
6.4	Спортивная игра «Мама, папа, я – спортивная семья»	Инструктор физ. культуры	1 и 4 квартал 2021г.- 2022г.	Образовательная организация	Сформировать положительное отношение к двигательной активности и совершенствованию физического состояния
6.5	Включение в темы родительских собраний бесед о двигательной активности и здоровом образе жизни обучающихся	Заведующий, педагоги	Сентябрь - май 2020-2022г.	Образовательная организация	Обеспечить заинтересованное отношение педагогов и родителей к здоровью детей как к главной ценности
7	Сбор информации о состоянии здоровья детей, оценка эффективности программы	Фельдшер (ГБУЗ СО ДГБ), медсестра (ГБУЗ СО ДГБ)	1 июня 2022г.	Учреждение здравоохранения, кабинет/отделение организации медицинской помощи обучающимся в образовательных учреждениях (ГБУЗ СО ДГБ)	Проведение анализа, отражающего динамику устранения факторов риска, оценка проведенных мероприятий, способствующих устранению факторов риска
7.1	Анализ заболеваемости учащихся, распределение детей по группам здоровья	Фельдшер (ГБУЗ СО ДГБ), медсестра (ГБУЗ СО ДГБ)	15 мая 2022г.	Образовательная организация	Разделение учащихся на I, II, III, IV, V группы здоровья, выявление снижения заболеваемости воспитанников

Этапы и сроки реализации программы

Программа реализуется с 2020 по 2022 годы в три этапа:

1 этап (2020г.)

- Анализ тенденций в состоянии здоровья и образа жизни воспитанников, анкетирование родителей
- Выявление проблем, определение целей и задач детского сада по здоровьесбережению учащихся
- Подготовка проекта Программы

2 этап (2021-2022г.)

- Реализация основных мероприятий Программы

3 этап (2022г.)

- Оценка эффективности Программы

Критерии оценки эффективности программы

- положительная динамика состояния здоровья воспитанников детского сада
 - сформированность у детей 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 обучающихся.
 - удовлетворённость организацией образовательного процесса и условиями обучения со стороны детей и их родителей
 - повышение двигательной активности за счёт проведения утренних зарядок, правильно построенных занятий физической культуры, повышения интереса к спортивным секциям.
 - увеличение доли детей с I группой здоровья, уменьшение количества обострений хронических заболеваний у детей с III группой здоровья
 - снижение заболеваемости учащихся более чем на 10%;

АНКЕТА ДЛЯ ВЫЯВЛЕНИЯ ФАКТОРОВ РИСКА У ДОШКОЛЬНИКА (для родителей)

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 ребенок принимает пищу?
 - 1) 5 раз в день (завтрак дома, завтрак в детском саду, обед, полдник, ужин дома (подчеркнуть) (3)
 - 2) 4 раза в день (2)
 - 3) 3 раза в день (1)
 - 4) 2 раза в день и реже (0)
4. Где питается дошкольник?
 - 1) только дома (1)
 - 2) дома и в детском саду (3)
 - 3) другие варианты _____
5. Сколько раз в день ребенок принимает горячую?
 - 1) 5 раз в день (завтрак дома, завтрак в детском саду, обед, полдник, ужин дома) (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. Когда ребенок ужинает?
 - 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 идти в постель (0)
7. Какие блюда ты часто употребляет Ваш ребенок (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 не люблю (3)
8. Как часто 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 (0)
9. Как часто 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 (0)

10. Как часто ребенок употребляет мясные продукты (говядина, курятину, 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 (0)

11. В какое время Ваш ребенок ложится спать в будние дни? _____ (час.)

12. В какое время обычно просыпается в будние дни? _____ (час.)

13. Спит ли днем?

1-Нет (3), 2- Да (1), 3- Изредка (2)

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

15. Делает ли ты утреннюю зарядку?

1- Нет (1), 2- Да (3), 3- Изредка (2)

16. Сколько времени в будние дни 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 гуляет (0)

17. Сколько времени в выходные дни 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 гуляет (0)

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 бальную 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.