|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрено  на заседании общего собрания  трудового коллектива МАДОУ  д/с № 27 «Колокольчик»  Протокол № 01 26. 01.2015г. | Утверждено  Приказом МАДОУ  д/с № 27 «Колокольчик»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.И. Башлыкова  от 26.01.2015 № 11-од |

Программа

по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни

# муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения

# детский сад № 27 «Колокольчик» комбинированного вида

# городского округа город Кумертау Республики Башкортостан

Пояснительная записка.

Здоровый образ жизни формируется всеми сторонами и проявлениями общества, связан с личностно-мотивационным воплощением индивидом своих социальных, психологических и физиологических возможностей и способностей. От того, насколько успешно удастся сформировать и закрепить в сознании взрослых людей принципы и навыки здорового образа жизни зависит, в последующем, вся их деятельность, способствующая раскрытию потенциала каждой личности и повышению вероятности достижения положительных результатов при формировании правильного отношения к своему здоровью у подрастающего поколения, начиная с дошкольного возраста.

Формирование здорового образа жизни (далее ЗОЖ) - многоплановая комплексная задача, для успешного разрешения которой необходимы усилия всех звеньев государственного и общественного механизма, способного обеспечить восстановление, сохранение и улучшение здоровья. Формирование здорового образа жизни является главным рычагом первичной профилактики как начального, а потому решающего звена в укреплении здоровья населения через изменение его образа жизни и оздоровление, через борьбу с негигиеническим поведением и вредными привычками и преодоление других неблагоприятных сторон. Организация здорового образа жизни в соответствии с государственной программой усиления профилактики заболеваний и укрепления здоровья требует совместных усилий государственных, общественных объединений, медицинских учреждений и самого населения.

Одной из приоритетных задач социальной политики является создание условий для ведения здорового образа жизни, распространение стандартов здорового образа жизни. Стратегическое планирование оздоровительной работы в МАДОУ д/с № 27 «Колокольчик» учитывает:

-научно-методическое сопровождение и региональные подходы к проблеме оздоровления всех участников образовательных отношений и формирование у них привычки к здоровому образу жизни;

* применение системного подхода к оздоровлению всех участников образовательных отношений и формированию у них привычки к здоровому образу жизни;
* проектирование образовательной деятельности по физическому развитию и оздоровлению всех участников образовательных отношений, с использованием современных здоровьесберегающих технологий;
* индивидуальное психолого-педагогическое и медицинское сопровождение работников с учетом их состояния здоровья;
* наличие информационно-методической базы в дошкольной образовательной организации по вопросам оздоровления работников МАДОУ;

- пропаганда здорового образа жизни среди родителей воспитанников и социума.

# Организация работы по профилактике заболеваний и пропаганде здорового образа жизни в муниципальном автономном дошкольном образовательном учреждении детский сад № 27 «Колокольчик» комбинированного вида городского округа город Кумертау Республики Башкортостан

регламентируется следующей нормативной базой:

* федеральный уровень:
* Указ Президента Российской Федерации от 9 октября 2007 года №1351 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года»;
* Федеральный Закон №52-ФЗ от 30.03.1999 г. «О санитарно­

эпидемиологическом благополучии населения»;

* Федеральный закон от 21.11.2011 №323-ФЗ (с изменениями и

дополнениями) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;

* Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-Ф3 «Об образовании»;
* Федеральный Закон №38-ФЗ от 30.03.1995 г. «О предупреждении

распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)»;

* Постановление Правительства РФ от 1 декабря 2004 г. N 715 "Об утверждении Перечня социально значимых заболеваний и Перечня заболеваний, представляющих опасность для окружающих";
* Федеральный Закон №157-ФЗ от 17.09.1998 г. «Об иммунопрофилактике инфекционных болезней»;
* Федеральный Закон №329-ФЗ от 04.12.2007 г. «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
* Рекомендация 2010 года о ВИЧ/СПИДе и сфере труда (№ 200) и Свод практических правил МОТ по вопросу «ВИЧ/СПИД и сфера труда» (2001 год), Группа технической поддержки по вопросам достойного труда и Бюро МОТ для стран Восточной Европы и Центральной Азии. - Москва: МОТ, 2013;
* Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ № 544-н от 18 октября 2013 г. «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»;
* уровень ДОУ:
* устав МДОУ;
* коллективный договор муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада муниципального автономного дошкольного образовательного учреждении детский сад № 27 «Колокольчик» на 2015 - 2017 годы;
* правила внутреннего распорядка для работников муниципального автономного дошкольного образовательного учреждении детский сад № 27 «Колокольчик» комбинированного вида городского округа город Кумертау Республики Башкортостан
* положение о распределении стимулирующего фонда оплаты труда педагогических работников муниципального автономного дошкольного образовательного учреждении детский сад № 27 «Колокольчик» комбинированного вида городского округа город Кумертау Республики Башкортостан.

Укрепление здоровья сотрудников становится одним из основополагающих компонентов современного образовательного учреждения и предполагает формирование культуры здоровья у всех субъектов образовательного процесса. Не менее значимым представляется предупреждение такого широко распространенного явления как «синдром профессионального выгорания», «синдром хронической усталости» среди сотрудников, привитие стремления к активной профессиональной деятельности. Для улучшения общей ситуации по сохранению и укреплению здоровья сотрудников образовательного учреждения и достижения более высоких результатов в работе возникла необходимость организации в коллективе работы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни посредством внедрения в образовательную деятельность муниципального автономного дошкольного образовательного учреждении детский сад № 27 «Колокольчик» комбинированного вида городского округа город Кумертау Республики Башкортостан программы по реализации основных принципов здорового образа жизни.

С целью формирования устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, сохранения и укрепления здоровья сотрудников ДОУ с 2015 года по 2017 год (сроки) была разработана и реализована программа по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни (далее - Программа), которая предусматривала работу по нескольким направлениям (создание нормативных, организационных, финансовых, кадровых и материально - технических условий, создание мотивационных условий, мероприятия по поддержке здорового образа жизни и занятий физкультурой и массовым спортом, информационная поддержка, результативность мероприятий по поддержке здорового образа жизни и занятий физкультурой и массовым спортом) и решение следующих задач на каждом этапе реализации Программы.

на I этапе (январь - февраль 2015г.)

* создание нормативных, организационных, информационных, материально­технических, финансовых, кадровых, мотивационных (включая стимулирующие) условий в ДОУ для формирования здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья сотрудников;
* активизировать взаимодействие коллектива и первичной профсоюзной организации ДОУ по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни;
* организация взаимодействия ДОУ с социальными партнерами;
* обеспечить контроль за состоянием здоровья и уровнем заболеваемости сотрудников ДОУ (включая нетрудоспособность по причине ухода за ребенком);

на II этапе (март 2015г. - ноябрь 2015 г.)

* обеспечить взаимосвязь между образовательной, здоровьеформирующей, здоровьесберегающей деятельностью в ДОУ всех участников образовательных отношений;
* способствовать реализации профилактических и оздоровительных мероприятий с учетом дифференцированного и личностно-ориентированных подходов;
* способствовать формированию и/или принятию духовно-нравственных ориентиров к ведению здорового образа жизни;
* способствовать формированию устойчивой потребности в регулярных занятиях физкультурой и массовым спортом, их популяризации среди сотрудников, педагогов, воспитанников ДОУ и их родителей, жителей микрорайона;
* обеспечить здоровое питание сотрудников ДОУ;
* способствовать реализации комплекса мер по профилактике социально­значимых заболеваний (ВИЧ/СПИД, табакокурение, употребление алкоголя и наркотиков) и отказу от вредных привычек;
* организовать выездные оздоровительные мероприятия;

на III этапе (декабрь 2015 г.)

* подвести итоги реализации Программы. Проводится анкетирование педагогов, учебно-вспомогательного и обслуживающего персонала, родителей воспитанников МАДОУ д/с № 27 «Колокольчик».

Программа по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни муниципального автономного дошкольного образовательного учреждении детский сад № 27 «Колокольчик» комбинированного вида городского округа город Кумертау Республики Башкортостан (далее - Программа), в рамках каждого направления (создание нормативных, организационных, финансовых, кадровых и материально-технических условий, создание мотивационных условий, мероприятия по поддержке здорового образа жизни и занятий физкультурой и массовым спортом, информационная поддержка, результативность мероприятий по поддержке здорового образа жизни и занятий физкультурой и массовым спортом) содержит план мероприятий по поддержке здорового образа жизни, программу и план мероприятий по профилактике социально-значимых заболеваний (ВИЧ/СПИД, табакокурение, употребление алкоголя и наркотиков) и отказу от вредных привычек, план мероприятий по привлечению к занятиям физкультурой и массовым спортом.

Целевая аудитория Программы - сотрудники ДОУ, воспитанники ДОУ и их родители, жители микрорайона.

Программа состоит из четырех модулей.

• I модуль — поддержка здорового образа жизни состоит из мероприятий пяти планов:

* план работы физкультурно-оздоровительной работы для сотрудников и их детей МАДОУ д/с № 27 «Колокольчик» в 2015-2017г.;
* план физкультурно-оздоровительной работы для родителей воспитанников МАДОУ д/с № 27 «Колокольчик» в 2015-2017г.;
* план физкультурно-оздоровительных мероприятий МАДОУ д/с № 27 «Колокольчик» для родителей микрорайона в 2015-2017г.;
* план физкультурно-оздоровительных мероприятий для сотрудников и педагогов МАДОУ д/с № 27 «Колокольчик» в 2015-2017г.
* план размещения тематической информации на интернет-сайте МАДОУ д/с № 27 «Колокольчик» в 2015-2017г.;

- план проведения акций, спартакиад, спортивных праздников в рамках реализации муниципального проекта «Формирование модели здоровьесбережения участников образовательных отношений муниципальных ДОУ» в 2015-2017г.

• II модуль — профилактика социально-значимых заболеваний представлен планом мероприятий по профилактике наркомании, употребления алкоголя и курения табака среди сотрудников и родителей воспитанников МАДОУ д/с № 27 «Колокольчик» в 2015-2017г. и профилактической программой «Профилактика ИППП, ВИЧ, СПИД» на 2015-2017годы.

• III модуль — привлечение к занятиям физкультурой и массовым спортом (включая сдачу норм ГТО), представлен планом мероприятий по привлечению к занятиям физкультурой и массовым спортом сотрудников, воспитанников МАДОУ д/с № 27 «Колокольчик» и их родителей, жителей микрорайона в 2015-2017годах.

Программа рассчитана на 3 года при проведении с сотрудниками теоретических и практических занятий. Количество слушателей определяется их мотивацией. Работа в МАДОУ д/с № 27 «Колокольчик» по поддержке здорового образа жизни и занятий физкультурой и массовым спортом предполагает организацию мероприятий согласно программе/планам и проводятся согласно циклограмме деятельности ДОУ, в режиме вариативности, в 4-ю неделю каждого месяца предпочтительно. Планы мероприятий/программа, соответствующие каждому модулю Программы прилагаются.

Планируемые результаты.

* участие в регулярных занятиях физкультурой и массовым спортом, их популяризации среди сотрудников, педагогов, воспитанников ДОУ и их родителей, жителей микрорайона;
* внимание сотрудников ДОУ к здоровому питанию;
* внимание сотрудников ДОУ к профилактике социально-значимых заболеваний (ВИЧ/СПИД, табакокурение, употребление алкоголя и наркотиков) и отказу от вредных привычек;
* заинтересованность сотрудников ДОУ к участию в выездных оздоровительные мероприятия.

Материально-технические условия для оздоровления сотрудников и детей ДОУ: физкультурный зал, спортплощадка, спортивные уголки в группах, оборудованные игровые участки на территории с учетом сезонных и погодных изменений в природе, облучатель ультрафиолетовый кварцевый, ионизатор воздуха «Аэроион - 25», для обеспечения работников чистой питьевой водой имеется котел для кипячения воды.

В МАДОУ д/с № 27 «Колокольчик» оборудован медицинский кабинет, кабинет массажа, процедурный кабинет, изолятор (детский).

В МАДОУ д/с № 27 «Колокольчик» оборудован пищеблок для приготовления горячего питания (диетического) в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы в

дошкольных образовательных организациях. СанПиН 2.4.1.3049-13. Условия для приема пищи сотрудниками ДОУ созданы следующим образом:

* в групповом помещении - для педагогов и учебно-вспомогательного персонала (должностные обязанности педагога - демонстрировать правила приема пищи детям);
* в отдельном помещении пищеблока - для работников пищеблока.

Кадровые условия:

- профилактические и оздоровительные мероприятия Программы осуществляют опытные специалисты МАДОУ д/с № 27 «Колокольчик», реализующие творческие и инновационные подходы к организации образовательной деятельности по физическому развитию и оздоровлению всех участников образовательных отношений: инструктор по физической культуре (включая тренеров по «Каратэ», по спортивной «Фитнес аэробики»), хореограф, старшая медицинская сестра, медицинская сестра диетическая;

- медицинские, профилактические осмотры взрослых и детей осуществляют сотрудники социальных партнеров: врач-педиатр городской детской

поликлиники, терапевты и узкие специалисты городской взрослой поликлиники.

Приложение №1

УТВЕРЖДЕНО

Приказом МАДОУ

д/с № 27 «Колокольчик»

от 26.01.2015 № 11-од

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

ПО ПОДДЕРЖКЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ РАБОТНИКОВ

МАДОУ Д/С№ 27«КОЛОКОЛЬЧИК»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № пп | Мероприятия | Дата | Ответственный |
| 1. Организационно-методическая работа | | | |
| 1.1 | Проведение анкетирования и тестирования отношения сотрудников МАДОУ к ЗОЖ. | Сентябрь,  май | инструктор по ФК |
| 1.2 | Индивидуальные и групповые беседы о влиянии образа жизни на состояние здоровья, лекции о методах оздоровления профилактике социально значимых заболеваний (ВИЧ/СПИД, туберкулёз, гепатит ит.д.) | Раз в квартал | Заведующий ДОУ, старшая медсестра |
| 1.3 | Создание благоприятного психологического климата в МАДОУ | Постоянно | Заведующий ДОУ, профком |
| 2. Информационно-просветительская работа | | | |
| 2.1 | Анализ заболеваемости сотрудников | 1 раз в квартал | Профком |
| 2.2 | Организация тематических выставок литературы из фондов библиотеки МАДОУ. | В течении года | Старший воспитатель |
| 2.3 | Подписка на газету «ЗОЖ» и другие печатные издания по вопросам ЗОЖ. | 2 раза в год | Старший воспитатель |
| 2.4 | Формирование в коллективе отрицательного эмоционально-оценочного отношения к вредным привычкам. | В течении года | Ст. медсестра |
| 2.5 | Издание информационного листка, буклета по борьбе с алкоголизмом | 2 раза в год | Ст. медсестра |
| 2.6 | Размещение знаков о запрете курения на территории МАДОУ посетителями и сотрудниками учреждения | В течении года | Зам.зав.по АХЧ |
| 2.7 | Поддержание в должном состоянии отдельного оборудованного помещения для приема пищи | В течение года | Зам.зав.по АХЧ |
| 3. Охрана труда и создание безопасных условий труда | | | |
| 3.1 | Аттестация рабочих мест сотрудников МАДОУ. | 1 раз в 5 лет | Заведующий ДОУ |
| 3.2 | Обеспечение сотрудников, согласно аттестации рабочих мест, спецодеждой,  спецобувью, средствами индивидуальной защиты, аптечками, моющими и обезвреживающими средствами. | В течении года | Заведующий ДОУ, зам.зав.по АХЧ |
| 3.3 | Контроль над состоянием охраны труда и выполнением мероприятий по охране труда и технике безопасности. | 1 раз в месяц | Ответственный по ОТ |
| 4. Массовая работа по оздоровлению | | | |
| 4.1 | Осуществление ежегодного медицинского осмотра сотрудников МАДОУ. | 1 раз в год | Заведующий ДОУ, старшая медсестра |
| 4.2 | Обследование сотрудников на рабочем месте (забор крови на сахар, консультация специалистов) | В течении года | Старшая медсестра. |
| 4.3 | Санаторно-курортное лечение  сотрудников с хроническими заболеваниями. | По мере необходимости | Профком |
| 4.4 | Обеспечение работников чистой питьевой водой | В течении года | Заведующий ДОУ, зам.зав.по АХЧ |
| 4.5 | Организация работы «Клуба «Гармония» с проведением практических и теоретических занятий на бесплатной основе для сотрудников МАДОУ. | 1 четверг каждого месяца | Инструктор по ФК, музыкальный руководитель |
| 4.6 | Проведение Дней здоровья | 1 раз в квартал | Профком |
| 4.7 | Занятия на тренажерах:  - беговая дорожка  - массажеры для тела  - массажеры стоп. | В течении года | Профком инструктор по ФК, |
| 4.8 | Лечебная физкультура  Массаж биологически активных точек :  - точечный массаж по Уманскому  - массаж Су Джок терапии  - самомассаж.  Дыхательная гимнастика:  - по Стрельниковой  - арттерапия.  Релаксация:  - психологическая разгрузка  - медитация под музыку. | В течении года | Профком инструктор по ФК, |
| 4.9 | Проведение занятий по аэробике. | 2 раза в неделю | Инструктор по ФК |
| 5. Индивидуальная работа | | | |
| 5.1 | Консультации с практическим показом по методам и средствам профилактики и лечения заболеваний. | По мере необходимости | Старшая медсестра |
| 5.2 | Обеспечение для сотрудников доступной психологической помощи. | По мере необходимости | Старшая медсестра |
| 5.3 | Консультации по физкультурно-оздоровительной работе. | По мере необходимости | Инструктор по ФК |
| 6. Спортивно-массовая работа | | | |
| 6.1 | Формирование физической культуры личности сотрудников с учетом их индивидуальных способностей, состояния здоровья и мотивации. | Постоянно | Инструктор по ФК |
| 6.2 | Участие сотрудников в общегородских физкультурно-оздоровительных мероприятиях:  - «Кросс наций»  - «Лыжня России»  - лыжные гонки среди работников образования  - плавание  - вело турнир  - настольный теннис  - волейбол. | По мере проведения | Председатель молодежной организации |
| 6.3 | Активный отдых на природе (выезд на базу,  катание на лыжах, на велосипедах). | 1 раз в месяц | Заведующий ДОУ, председатель молодежной организации, профком |
| 6.4 | Спортивные соревнования между сотрудниками ДОУ и родителями воспитанников ДОУ. | апрель | Инструктор по ФК |
| 7. Материально-техническая база | | | |
| 7.1 | Спортивный зал, оснащенный тренажерами и оборудованием для занятий. | Постоянно | Инструктор по ФК |
| 7.2 | Медицинский кабинет, оснащенный аппаратами: кварцевая лампа, массажеры, ростомер, электронные весы, аппарат по измерению давления- тонометр, аппарат по измерению сахара в крови и др. | По мере необходимости | Старшая медсестра |
| 7.3 | Музыкальный зал, оснащенный  музыкальным центром, мультимедийным оборудованием, музыкальным синтезатором | 2 раза в неделю | Музыкальный руководитель |
| 7.4 | Зона отдыха. | По мере необходимости | Музыкальный руководитель |
| 8. Контроль за результативностью мероприятий по формированию здорового образа жизни | | | |
| 8.1 | Контроль заболеваемости сотрудников | По итогам года | Профком |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |