

ПРИНЯТА
Общим собранием работников
МБДОУ «Детский сад №28»
протокол № 1 от 12.01.2017г.



ПРИНЯТА И УТВЕРЖДЕНА
наказом заведующего
МБДОУ «Детский сад №28»
Протокол № 14-ОД от 12.01.2017г.

СОГЛАСОВАНО
Председатель первичной
профсоюзной организации
Е. В. Карцева



**Программа формирования культуры
здорового и безопасного образа жизни воспитанников
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад комбинированного вида №28»**

г. Новомосковск

Пояснительная записка

Воспитание здорового ребенка - одна из главнейших задач семьи и дошкольного учреждения. Хорошо, когда здоровый образ жизни является традицией семьи. Но, зачастую родители, занятые работой, с одной стороны, не могут дать ребенку личный положительный пример здорового образа жизни, а с другой – не противостоят отрицательным внешним влияниям.

Программа разработана в силу особой актуальности проблемы сохранения здоровья взрослых и детей. Отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в ДООУ. Она определяет основные направления, задачи, а также план действий и реализацию их в течение 4 лет. Содержание технологии рассчитано на детей 3 -7 лет.

Цель - сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи:

1. Разработать алгоритм деятельности участников образовательного процесса дошкольного учреждения, ориентированной на соблюдение здорового и безопасного образа жизни.

2. Обеспечить условия для сохранения, укрепления физического и психического здоровья детей в соответствии с их возрастными особенностями.

3. Разработать и апробировать систему педагогических воздействий, направленных на формирование у дошкольников понимания здоровья, как важнейшей ценности.

4. Изучить и внедрить в практику ДООУ современные технологии обучения здоровому образу жизни, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья детей путем развития здоровьесберегающих умений и навыков, формирования привычки думать и заботиться о своём здоровье.

5. Создать оздоровительный микроклимат, соответствующую предметную среду для обеспечения двигательной активности ребёнка.

6. Активизировать педагогический потенциал семьи в вопросах формирования ценностей здоровья через разработку и использование инновационных форм работы с родителями по пропаганде здорового образа жизни.

7. Организовать консультативную помощь родителям по вопросам физического воспитания и оздоровления детей.

8. Воспитывать потребность вести здоровый образ жизни.

Принципы построения

При практической реализации поставленных задач мы основываемся на следующих основных принципах здоровьесберегающих технологий:

1. Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

2. Принцип целостности, комплексности педагогических процессов выражается в непрерывности процесса оздоровления и предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников ДООУ.

3. Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений и навыков.

4. Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

5. Принцип повторения умений и навыков – один из самых важнейших, так как в результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.

6. Принцип индивидуально – личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечает пути совершенствования умений и навыков, построения двигательного режима.

7. Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований и физических нагрузок.

8. Принцип активного обучения обязывает строить процесс обучения с использованием активных форм и методов обучения, способствующих развитию у детей самостоятельности, инициативы и творчества.

9. Принцип коммуникативности помогает воспитать у детей потребность в общении, в процессе которой формируется социальная мотивация здоровья.

10. Принцип креативности личности ребенка заключается в творческом развитии личности детей в процессе эмоционально – двигательного музыкального тренинга.

11. Принцип взаимодействия ДООУ и семьи, преемственности при переходе в школу направлен на создание условий для более успешной реализации способностей ребенка и обеспечения возможности сохранения здоровья при дальнейшем обучении в школе.

12. Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Основные направления реализации программы

№	направление	Задачи
1	Работа с детьми	<ul style="list-style-type: none">- укреплять здоровье детей и улучшать их двигательный статус с учетом индивидуальных возможностей и способностей;- формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью, учить их понимать значение и преимущество хорошего самочувствия;- удовлетворять потребность детей в движении;- стимулировать развитие у детей навыков личной гигиены и осуществлять контроль за их неукоснительным выполнением;- формировать у детей потребность к занятиям физической культурой и эмоционально-положительное отношение ко всем видам двигательной активности;- обогащать представления и умения в подвижных играх и упражнениях;- целенаправленно развивать физические качества;- формировать умение сохранять правильную осанку;- воспитывать чувство уверенности в себе.
2.	Работа с педагогами	<ul style="list-style-type: none">- изучать научные исследования в области охраны здоровья детей, здоровьесберегающих технологий, экологического образования, формирования потребности в здоровом образе жизни;- внедрять современные инновации в области физического развития детей;- образовательные программы и технологии обучения и воспитания с учетом функциональных и возрастных особенностей детей;- неукоснительно соблюдать гигиенические требования к организации жизнедеятельности детей в условиях ДОУ;- повышать квалификацию педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей;- разработать и реализовать просветительские программы для родителей по вопросам сохранения здоровья детей;

		- организовывать спортивно-оздоровительную работу, дифференцированную в зависимости от физических и психоэмоциональных особенностей ребенка.
3.	Работа с родителями	<ul style="list-style-type: none"> - формировать мотивацию здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни у членов семьи, - обогащать опыт оздоровительной деятельности в семье, способствовать накоплению у родителей знаний по грамотной организации оздоровительной деятельности в семье; - активизировать родительский интерес, творчество, самостоятельный поиск способов решения проблем в области здоровья; - оказывать адресную помощь родителям в вопросах сохранения и укрепления здоровья; - изучать, обобщать и распространять положительный опыт семейного воспитания; - создать установку на совместную работу с целью решения всех психолого-педагогических проблем развития ребенка; - валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье

Ожидаемые результаты:

- Внедрение научно-методологических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ и семье.
- Формирование у дошкольников основ валеологического сознания, потребности заботиться о своём здоровье.
- Обеспечение программного уровня развития движений и двигательных способностей детей.
- Повышения уровня адаптации к современным условиям жизни.
- Улучшение соматических показателей здоровья дошкольников, снижения уровня заболевания.
- Оптимальные условия для развития индивидуальности ребенка через осознание своих возможностей и способностей.
- Позитивное влияние образа жизни на состояние здоровья.

- Осуществление здоровьесберегающей организации образовательного процесса.
- Владение элементарными навыками оздоровления: самомассаж, закаливающие процедуры, уход за полостью рта.

Аспекты отслеживания:

- заболеваемость ОРЗ, ОРВИ – статистический учет по результатам годовых отчетов ДООУ по посещаемости и причин отсутствия детей;
- общее физическое развитие детей; • -оценка уровня адаптации детей к ДООУ (психолого-педагогическое отслеживание);
- оценка личностных психофизических особенностей ребенка;
- оценка уровня знаний, умений, навыков ребенка.

Нормативно-правовое обеспечение технологии:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»»; •
- Программа развития МБДОУ «Детский сад №28»;
- •Устав МБДОУ «Детский сад №28»;

Для реализации задач, намеченных программой «ЗОЖ», в ДООУ созданы следующие условия:

- зал для физкультурных занятий, который оборудован необходимым инвентарём: несколько гимнастических скамеек, спортивные маты, гимнастические стенки, наклонные доски, ребристые доски, лестницы для перешагивания и развития равновесия, массажные коврики для профилактики плоскостопия, мячи, обручи, мешочки с песком, канаты, кегли и другое необходимое оборудование. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий;
- спортивная площадка для занятий на воздухе;
- картотеки: утренних гимнастик и подвижных игр;
- в каждой возрастной группе имеются центры двигательной активности, где дети занимаются как самостоятельной двигательной деятельностью, так и совместной деятельностью с педагогами;

- оздоровительный комплекс: тренажерная комната;
- кабинет логопеда для индивидуальной коррекционной работы;
- кабинет педагога-психолога;
- медицинский блок (медицинский кабинет, изолятор);
- закаливающие процедуры: закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, в режимных моментах.

Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы с детьми В соответствии с принятой в нашем дошкольном учреждении программой оздоровительной работы, реализуется система работы по следующим направлениям:

Оптимизация режима
Организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима.
Определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей (в соответствии с временными нормами, определенными в режиме двигательной активности дошкольников разных возрастных групп)
Организация двигательного режима
Физическая культура
Утренняя гимнастика
Подвижные игры и индивидуальные игровые упражнения
Музыкально-ритмическая деятельность с акцентом на формирование эмоционально- музыкальной доминанты
Физкультурные досуги и праздники
Дни здоровья
Физкультурные минутки (оздоровительные паузы)
Пальчиковая гимнастика
Охрана психического здоровья детей, эмоциональное развитие
Использование приемов релаксации: минуты тишины, динамические паузы
Совместная музыкально-образовательная деятельность
Игры с песком и водой
Музыкотерапия
Использование упражнений, игр, этюдов на развитие эмоций

Профилактические мероприятия
Самомассаж
Упражнения дыхательной гимнастики
Упражнения для профилактики плоскостоп
Гимнастика глаз
Соблюдение санитарно-гигиенического режима
Лечебно-профилактическая работа
Витаминотерапия
Общеукрепляющий чай с лимоном, напиток из шиповника
Оздоровление фитонцидами
Чесочно-луковые добавки в первое блюдо
Образовательный аспект работы с детьми и информационно-просветительская работа с родителями
Совместная деятельность в режимных моментах с детьми, в том числе и проектная
Совместная образовательная деятельность области «Физическое развитие»
Инструктаж по правилам поведения и использования детьми материалов, оборудования и сооружений
Мониторинг уровня физического развития
Медико-педагогические совещания: анализ состояния здоровья детей; анализ заболеваемости; анализ адаптации
Информирование родителей (устно, письменно): беседы, консультации, памятки, буклеты для родителей
Родительские собрания по вопросам укрепления здоровья детей, анкетирование