

Аннотация программы «Здоровье»

Данная программа направлена на сохранение и укрепление здоровья детей. Формирование здоровья ребенка, уровень его физической подготовленности, объем приобретаемых двигательных умений в значительной степени зависит от того, какими программами пользуются его педагоги.

Цель данной программы: обеспечить разностороннее и гармоничное развитие ребенка, его полноценное здоровье, развитие движений и физических качеств, сформировать убеждения и привычки здорового образа жизни на основе валеологических знаний. Реализация программы осуществляется через всю воспитательно-образовательную работу ДОУ: не только в плане физического воспитания, но и обучения в целом, организации режима, лечебно-профилактической работы, индивидуальной работы по коррекции, личностно-ориентированного подхода при работе с детьми, вооружение родителей основами психолого- педагогических знаний, их просвещение. Особенностью организации и содержания образовательного процесса должен стать интегрированный подход, направленный на воспитание у дошкольника потребности в ЗОЖ.

Обеспечение физического и психического здоровья реализуется через программу дополнительного образования по физической культуре «Йожики» с использованием элементов хатха-йоги.

Сохранению и укреплению здоровья детей способствуют следующие моменты организации обучения и воспитания детей в ДОУ:

1. Медико-профилактическая работа.
2. Психологическое здоровье.
3. Социальное здоровье.
4. Физкультурно - спортивная деятельность.
5. Охрана труда и здоровья участников воспитательного процесса.
6. Пропаганда здорового образа жизни.

Используются здоровьесберегающие технологии, методики и отдельные элементы:

1. *Медико – профилактическая технология.*

Медико-профилактическая деятельность обеспечивает сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами СанПИН.

Задачи этой деятельности:

- организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- организация и контроль питания детей, физического развития, закаливания;
- организация профилактических мероприятий, способствующих резистентности детского организма (иммунизация, щадящий режим в период адаптации, проветривание).
- организация контроля и помощи в обеспечении требований санитарно-эпидемиологических нормативов – СанПиНов
- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

Мониторинг за состоянием здоровья и физическим развитием детей осуществляется медицинскими работниками и воспитателями ДОУ. Вся работа по физическому воспитанию детей в ДОУ строится с учётом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Для этого на основании индивидуальных медицинских карт врач дошкольного учреждения составляет по каждой возрастной группе сводную схему, которая помогает инструктору по ФК, медицинским работникам, воспитателям иметь чёткую картину о состоянии здоровья детей всей группы и каждого ребёнка в отдельности.

2. *Физкультурно-оздоровительная технология.*

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка и осуществляется инструктором по физической культуре, воспитателем в непосредственно образовательной деятельности, утренней гимнастики, физкультминутки, динамические паузы, досуги, физкультурные праздники, оздоровительный бег, дыхательная гимнастика, активный отдых. Разработана и внедряется дополнительная образовательная программа по физической культуре «Йожики» с использованием элементов хатха-йоги.

Задачи этой деятельности:

- развитие физических качеств;
- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников,
- формирование правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;
- воспитание повседневной физической активности;
- оздоровление средствами закаливания;
- организация двигательной активности.

Основные принципы организации двигательной активности в детском саду:

1. Физическая нагрузка должна быть адекватна возрасту, полу ребёнка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья.
2. Двигательную активность необходимо сочетать с общедоступными закаливающими процедурами.
3. Обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики.
4. Медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья.
5. Проведение физкультурных мероприятий с учетом медицинских ограничений и сроков медотводов.
6. Включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

Формы организации двигательной активности в ДОУ:

- физические занятия в зале и на спортивной площадке;
- утренняя гимнастика;
- гимнастика после дневного сна;
- физкультминутки;
- физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»
- кружок «Йожики».

Пути реализации рациональной двигательной активности детей:

- выполнение режима двигательной активности всеми педагогами ДОУ
- преобладание циклических упражнений на физкультурных занятиях для тренировки и совершенствования общей выносливости как наиболее ценного оздоровительного качества
- использование игр, упражнений соревновательного характера на физкультурных занятиях и занятиях по плаванию

3. *Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка.*

В данной системе взаимодействуют диагностическое, консультативное, коррекционно- развивающее, лечебно-профилактическое и социальное направления.

Задачи этой деятельности:

- обеспечение эмоционального комфорта и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду, семье;
- обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника, создание в дошкольном учреждении целостной системы, обеспечивающей оптимальные условия для развития детей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, состояния соматического и психического здоровья.

4. *Технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов.*

На улучшение здоровья малышей, их благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни ребёнка в детском саду, заботливое и внимательное отношение к нему взрослых, высокое чувство ответственности всего коллектива за каждого воспитанника. Поэтому необходимо уделять большое внимание подбору и расстановке кадров на группы с учётом их деловых качеств, опыта и психологической совместимости. Помня о том, что результаты физического развития, зависят, прежде всего, от профессиональной подготовки педагогов, их педагогических знаний.

Педагог, стоящий на страже здоровья ребенка, воспитывающий культуру здоровья ребенка и родителей, прежде всего сам должен быть здоров, иметь валеологические знания, должен уметь объективно оценивать свои достоинства и недостатки, связанные с профессиональной деятельностью, составить план необходимой самокоррекции и приступить к его реализации. Организована секция «Йогатерапия для педагогов».

5. *Технологии валеологического просвещения родителей.*

От того, как правильно организован режим дня ребенка, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка, зависит его настроение, состояние физического комфорта. Здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в образовательном учреждении, закрепляется лишь тогда, когда находит каждодневную поддержку дома.

Информационно-просветительская деятельность помогает родителям ознакомиться с различными формами работы по физическому воспитанию в дошкольном учреждении, информируются о состоянии здоровья и физическом развитии, об уровне двигательной подготовленности их ребёнка.

Так же привлекаются к участию в различных совместных физкультурных досугах и праздниках. В целях сотрудничества с родителями используется система мероприятий, к которым относятся: родительские собрания, консультации, конференции, конкурсы, спортивные праздники, праздники здоровья, семейный клуб, папки-передвижки, беседы, личный пример педагога, практические показы практикумы, индивидуальные беседы.

6. *Здоровьесберегающие образовательные технологии.*

Этот вид деятельности предполагает воспитание валеологической культуры, или культуры здоровья, дошкольников.

Задачи этой деятельности:

– сформировать у детей осознанное отношение к здоровью и жизни, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать его.

Образовательная деятельность предполагает проведение занятий и бесед с дошкольниками:

- о необходимости соблюдения режима дня,
- о важности гигиенической и двигательной культуры,
- о здоровье и средствах его укрепления,
- о функционировании организма и правилах заботы о нем,

Дети приобретают навыки культуры и здорового образа жизни, знания правил безопасного поведения и разумных действий в непредвиденных ситуациях

7. Пропаганда здорового образа жизни

Цель: повысить психологическую и педагогическую компетентность родителей в области воспитания и взаимодействия с детьми; привлечь родителей воспитанников к сотрудничеству: совместно решать задачи адаптации, развития, воспитания и обучения детей (выработать коллективные решения и единые требования к воспитанию детей в ДОУ и семье); содействовать сплочению родительского коллектива; вовлечению их в жизнедеятельность детского сада; пропагандировать опыт успешного семейного воспитания, предотвращать возможность совершения родителями неверных действий по отношению к ребенку.

Содержание работы: консультации; родительские собрания; семинары - практикумы; периодическая печать; работа с сайтом; индивидуальная работа с родителями.