

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад № 4 «Радуга»
Поспелихинский район Алтайский край

Программа первичной профсоюзной организации

«**З**доровье - **О**снова **Ж**изни»



Разработчики проекта:
педагогический коллектив МБДОУ «Детский сад № 4 «Радуга»

с. Поспелиха
2018г.

Содержание

1	Паспорт проекта	3
2	введение	4
3	актуальность	4
4	Цель и задачи	5
5	Пути реализации	5
6	Методы и приемы	6
7	Основные подходы к определению понятия здоровья	7
8	Направления и содержание работы	7
9	Двигательная активность детей	7
10	Профилактическая работа	7
11	Физкультурно – оздоровительная работа	8
12	Обеспечение психологического благополучия	8
13	Учебно – воспитательная работа	9
14	Этапы и сроки реализации программы	9
15	План реализации программы	10
16	Ожидаемые результаты	14
17	Потенциал программы	15

Паспорт программы

Наименование организации	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 4 «Радуга» с. Поспелиха,
Разработчики программы	Творческая группа членов профсоюза МБДОУ «Детский сад № 4 «Радуга»
Участники	Административный, педагогический коллектив, МБДОУ «Детский сад №4 «Радуга», работник медучреждения, семьи и воспитанники ДОУ
Название программы	«Здоровье – Основа Жизни»
География проекта	Программа реализуется на базе МБДОУ «Детский сад № 4 «Радуга» с. Поспелиха и адресована для воспитанников старшего дошкольного возраста и их семей.
Цель программы	Сформировать у дошкольников основы здорового образа жизни, добиться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих. Повысить интерес родителей (законных представителей) к ЗОЖ.
Задачи программы	<p>Формировать представление дошкольников о здоровье, об умениях и навыках, содействующих его поддержанию, укреплению и сохранению.</p> <p>Формировать устойчивую мотивацию старших дошкольников к здоровьесбережению.</p> <p>Развивать осознанное отношение к своему здоровью, навыкам личной гигиены и самоконтроля за их выполнением.</p> <p>Повышать компетентность педагогов и родителей воспитанников по проблеме внедрения и использования в процессе образовательной деятельности и повседневной жизни здоровьесберегающих технологий.</p> <p>Оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщение их к</p>

	здоровому образу жизни.
Ожидаемые результаты	<p>Повысится информационная осведомленность родителей и воспитанников о ЗОЖ.</p> <p>Сформируются основы здоровье-сберегающего образа жизни, понимание ценности здоровья.</p> <p>Повысится интерес и желание участников программы к ЗОЖ, спорту и участию в мероприятиях пропагандирующих ценность семьи.</p> <p>Улучшится здоровье и качество жизни.</p>
Срок реализации программы	2018 год

Ведение

Все, что мы можем делать - это менять себя, свое сознание и свою жизнь.

И тогда начнет меняться мир вокруг нас.

Успешным в различных областях жизнедеятельности может быть человек, который ориентирован на здоровый образ жизни.

Актуальность

Сегодня актуальность темы здорового образа жизни очевидна каждому.

За последние десятилетия отмечается ухудшение показателей здоровья детей. На это влияют многие негативные факторы: ухудшающаяся экологическая обстановка, снижение уровня физического развития и другие. Особое место занимают семейные факторы: увеличение неполных семей, недостаток у родителей знаний, времени для полноценного удовлетворения физического развития ребенка.

Поэтому проблема сохранения и укрепления здоровья дошкольников становится особенно актуальной. Сегодняшние дети - это будущее государства. В рамках государственной концепции сохранения здоровья детей большое внимание уделяется укреплению здоровья детей, и, прежде всего, формированию здорового образа жизни ребенка. Здоровьесберегающий характер обучения и воспитания особенно важен в дошкольных образовательных учреждениях, начинать приучать детей заботиться о своем здоровье необходимо с малых лет.

Актуальность нашей программы определяется следующим: необходимость в организации эффективного взаимодействия ДООУ и семьи в приобщении старших дошкольников к здоровому образу жизни.

На основании проблемы была сформулирована тема: **«Взаимодействие с семьями воспитанников по формированию знаний и приобщение к здоровому образу жизни»**

Цель: сформировать у дошкольников основы здорового образа жизни, добиться осознанного выполнения правил здоровьесбережения и ответственного отношения, как к собственному здоровью, так и здоровью окружающих. Повысить интерес родителей к ЗОЖ.

Задачи:

- Формировать представление дошкольников о здоровье, об умениях и навыках, содействующих его поддержанию, укреплению и сохранению.
- Формировать устойчивую мотивацию старших дошкольников к здоровьесбережению.
- Развивать осознанное отношение к своему здоровью, навыкам личной гигиены и самоконтроля за их выполнением.
- Повышать компетентность педагогов и родителей воспитанников по проблеме внедрения и использования в процессе образовательной деятельности и повседневной жизни здоровьесберегающих технологий.
- Оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщение их к здоровому образу жизни.

Пути реализации

- Обеспечение эмоциональной комфортности, позитивного психологического самочувствия ребёнка и социально-эмоционального благополучия дошкольника.
- Отбор и внедрение эффективных инновационных здоровьесберегающих технологий.
- Профилактическая работа.
- Взаимодействие с родителями (законными представителями).
- Обеспечение системности в организации здоровьесберегающей деятельности.

Методы, приёмы, средства реализации:

С педагогами:

- Консультации
- рекомендации
- Семинары-практикумы
- Участие в спортивных мероприятиях села и профсоюзной организации

С родителями:

- Папки-передвижки
- Родительские собрания
- Буклеты
- Акции
- Консультации
- Участие в мероприятиях сада, села, района, края
- Участие в спортивных акциях, конкурса различного уровня
- Оформление наглядно демонстрационных стендов
- Индивидуальные консультационные, дни «открытых дверей»

Базой для реализации программы является МБДОУ «Детский сад № 4 «Радуга» с. Пospelиха, Пospelихинского района.

Основные подходы к определению понятия здоровья

В соответствии с Уставом Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) под здоровьем понимается «состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

При этом под физическим здоровьем понимается текущее состояние функциональных возможностей органов и систем организма.

Психическое здоровье рассматривается как состояние психической сферы человека, характеризующееся общим душевным комфортом, обеспечивающее адекватную регуляцию поведения и обусловленное потребностями биологического и социального характера.

Социальное здоровье понимается как система ценностей, установок и мотивов поведения в социальной среде.

Таким образом, для всестороннего развития ребенка необходимо формирование и развитие всех составляющих здоровья.

Направления и содержание работы

Двигательная активность детей

Образовательное учреждение реализует основную общеобразовательную программу дошкольного образования на основе ФГОС. Программа включает совокупность образовательных областей, которые обеспечивает разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по пяти, одной из которых является физическое развитие. Физическое развитие включает в себя ряд образовательных областей: «Физическая культура», «Здоровье», «Безопасность».

Психологи отмечают, что потребность детей дошкольного возраста в двигательной активности достаточно высока, но не всегда она реализуется на должном уровне. Часто в семье ограничивается самостоятельная двигательная активность детей, дети всё больше времени проводят за компьютерными играми, конструированием, просмотром телепередач. Двигательная активность – один из главных механизмов, обеспечивающих полноценное развертывание генетической программы. Чем больше двигательных действий совершает ребенок, тем быстрее он развивается. За первые 7 лет жизни ребенок проходит огромный и важный путь в развитии движений — от хаотичных элементарных движений до сложных двигательных действий (ходьба, бег, прыжки, метания и др.). Этому способствуют подвижные игры и упражнения.

Профилактическая работа

Охрана жизни и здоровья детей: в образовательном учреждении соблюдаются правила и меры безопасности. Здоровье детей в ДОО не подвергается опасности, за этим следят воспитатели, медсестра, заведующий. Существуют определенные правила охраны жизни и здоровья детей. Проводятся технические осмотры помещения, соблюдаются правила пожарной безопасности. Прогулочные участки и спортивная площадка отвечает всем правилам безопасности. О любом недомогании ребенка сразу сообщается медицинскому работнику и родителю (законному представителю).

Помещения, в которых находятся дети, ежедневно убираются и проветриваются. Воспитатели не только обучают и развивают детей, но и следят за тем, чтобы здоровье воспитанников ДОО не пострадало, а наоборот окрепло и улучшилось.

Организация рационального питания: Здоровье детей невозможно обеспечить без рационального питания, которое является необходимым условием их гармоничного роста, физического и нервно-психического развития, устойчивости к действию инфекций и других неблагоприятных факторов внешней среды.

Закаливание детей дошкольного возраста в ДОУ: состоит из системы мероприятий входящие в режимные моменты и мероприятия, воздушные ванны, солнечные ванны, водные процедуры, правильно организованную прогулку, являются частью физкультурных занятий, полоскание полости рта.

С-витаминация: закреплять знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержатся витамины.

Профилактическая работа по предупреждению заболеваний: своевременное выявление и изоляция больного ребенка, строгое соблюдение карантинных мероприятий могут уменьшить число заболевших детей в учреждении.

Физкультурно – оздоровительная работа

Организация оптимального режима двигательной активности в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей.

Формирование у детей осознанной потребности в физической культуре.

Ознакомление детей с традициями большого спорта.

Обеспечение психологического благополучия

Для полноценного развития ребёнка в ДОУ созданы необходимые условия, обеспечивающие высокий уровень охраны жизни и здоровья детей.

В учреждении имеются групповые комнаты с приемной, отдельной спальней и санузлом для каждой возрастной группы, современный медицинский кабинет, музыкальный зал, физкультурный зал, кабинет психолога, логопедический кабинет.

В каждой возрастной группе создана благоприятная предметно – развивающая среда, которая осуществляет следующие функции: организующую, воспитывающую и развивающую. РПС в каждой группе соответствует возрастным и половым различиям детей, целесообразна, разнообразна, доступна, полифункциональна.

Предупреждение интеллектуальных нагрузок: основным средством реализации содержания воспитания и обучения в детском саду является план по непосредственно образовательной деятельности, который

позволяет распределить программный материал на весь учебный год и обеспечить целостность педагогического процесса.

Создание психологического комфорта в детском саду для сохранения и укрепления психологического здоровья и развития личности ребенка зависит от воспитателя. Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям.

Учебно-воспитательная работа

Формирование общей культуры личности воспитанников (КГН): воспитание культурно-гигиенических навыков (КГН) направлено на укрепление здоровья ребенка. Вместе с тем оно включает важную задачу – воспитание культуры поведения. Забота о здоровье детей, их физическом развитии начинается с воспитания у них любви к чистоте, опрятности, порядку. Соблюдение правил личной гигиены, привычка следить за чистотой тела, полости рта и носа не только говорят о культуре ребенка, но и являются гигиенической основой для сохранения здоровья в течение всей жизни.

Воспитание потребности в ЗОЖ: сегодня сохранение и укрепление здоровья детей одна из главных стратегических задач развития страны. Искусство долго жить, состоит, прежде всего, в том, чтобы научиться с детства следить за своим здоровьем. То, что упущено в детстве, трудно наверстать. Поэтому приоритетным направлением в дошкольном воспитании, сегодня является повышение уровня здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни.

Этапы и сроки реализации проекта

1 этап - организационно-подготовительный (январь 2018 г):

- привлечение педагогического коллектива к разработке программы «Здоровье – Основа Жизни»;
- постановка проблемы, разработка методики реализации программы;
- изучение нормативно-правовой базы федерального, регионального уровней по реализации задач ЗОЖ;
- привлечение к работе в проекте необходимых специалистов.

2 этап – основной:

- разработка комплексного плана мероприятий (январь-февраль);

- выполнение работы согласно основному содержанию данной программы на 2018 год.

3 этап – итоговый (январь 2019г.)

- диагностика удовлетворенности участников программы;
- анализ результатов программы;
- определение перспектив дальнейшего развития программы.

План

По реализации программы «Здоровье – Основа Жизни» на 2018г.

№ п/п	№ мероприятия	Название мероприятия, события	Дата	финансовое обеспечение	Ответственный
<p>1. Тематический блок «Все о здоровом образе жизни» (Информационно-образовательные мероприятия по вопросам профилактики заболеваний, сохранения здоровья, пропаганды здорового образа жизни и занятий физической культурой и спортом)</p>					
1	1.1	Родительское собрание «Здоровый образ семьи – основа здоровой нации»	Сентябрь	2500,00 (изготовление памяток, буклетов)	Педагогический коллектив
2	1.2	Информирование по вопросам профилактики заболеваний, сохранения здоровья, пропаганды ЗОЖ, занятий спортом и т.д.	В течение года		Педагогический коллектив
3	1.3	Разработка, изготовление и распространение буклетов, рекомендаций пожалуйста	В течение года		Педагогический коллектив
4	1.4	Оформление информационного стенда в каждой приемной и холле детского сада «Мы за ЗОЖ»	В течение года	20 000,00	Педагогический коллектив
5	1.5	Беседы с воспитанниками «Спорт в нашей жизни», «Как сберечь и приумножить свое здоровье»	В течение года	2 500,00 Изготовление лепбуков, семейных альбомов «Спорт в нашей семье»,	Педагогический коллектив
6	1.6	Консультация для родителей «Спортивные развлечения и	февраль		Педагогический коллектив

		игры для всей семьи»		папки передвижки -	
7	1.7	Родительское собрание в группах «Предупрежден, значит вооружен»	ноябрь		Педагогический коллектив
8	1.8.	Всероссийской акции «Моя семья – мои истоки»	март	1000,00 оформление выставки	Педагогический коллектив, воспитанники и родители (законные представители)
2. Тематический блок «Наше здоровье» (Организационные и профилактические мероприятия по формированию здорового образа жизни среди воспитанников и их семей)					
1	2.1	Информирование родителей (законных представителей) по вопросам здорового питания, условий пребывания детей в учреждении	В течение года		Коллектив в ДОУ
2	2.2	«Лыжня здоровья» участие коллектива, родителей воспитанников в профсоюзном спортивном мероприятии района	Март 2018	3000,00 изготовление атрибутики, эмблемы команды, расходы на транспорт	Коллектив в ДОУ
3.	2.3	«Сильные, смелые, ловкие» спортивное мероприятие рамках ДОУ	Октябрь 2018	2000,00 приобретение медалей, грамот, кубков.	воспитанники и их семьи, педагогический коллектив
4	2.4	Участие в акции «День здоровья» (в рамках села)	Апрель 2019	0	воспитанники и их семьи, педагогический коллектив
5	2.5	Заочное участие педагогов и воспитанников ОУ во всероссийском конкурсе «Спорт как альтернатива пагубным	Март 2018	0	Педагогический коллектив

		привычкам»			
6	2.6	«Добровольческий отряд» - районная акция для ОУ, воспитанников и их семей	2018	3000,00 изготовление атрибутики, эмблемы команды, расходы на транспорт	Воспитанники и их семьи, педагогический коллектив
7	2.7	Участие семьи в районном конкурсе «Папа, мама, я – спортивная семья!»	Ноябрь 2018	0	воспитанники и их семьи, педагогический коллектив
8	2.8	День здоровья (в рамках ДОУ)	Октябрь февраль апрель	0	воспитанники и их семьи, педагогический коллектив
9	2.9	«Здоровый профсоюз» занятия для членов коллектива ОУ	В течение года	0	Коллектив в ДОУ
10	2.10	«Под крылом Профсоюза» - педагогический туристический слет	сентябрь (ежегодно)	5000,00 изготовление атрибутики, эмблемы команды, расходы на транспорт	Коллектив в ДОУ
11	2.11	Краевой конкурс «Моя семья - Жемчужина Алтая -2018»	Апрель 2018	5000,00 изготовление атрибутики, эмблемы команды, расходы на транспорт	воспитанники и их семьи, педагогический коллектив
12	2.12	Тематические занятия по экологии	ежемесячно	3000,00 изготовление тематических кукол, наглядного материала	Педагогический коллектив
3. Тематический блок «Чистота, залог здоровья»					

(Организованные мероприятия, направленные на благоустройство)					
1.	1.1	Участие в добровольческих акциях «Чистый парк», «Наша помощь всем нужна»	Апрель, Октябрь	0	Коллекти в ДОУ
2.	1.2	Субботник на территории ОУ	Сентябрь, апрель	2500,00 приобретение детского садового инвентаря, семян для рассады.	Коллекти в ДОУ
3	1.3	«Цветущий детский сад» работа на клумбах ДОУ	Май-сентябрь (ежегодно)		Коллекти в ДОУ
4	1.4	«Садоводы» работа педагога с воспитанниками на клумбах	Весна, лето, осень		Коллекти в ДОУ
4. Тематический блок «Мы растем здоровыми» (Мероприятия, направленные на сохранение и укрепления здоровья детей в ДОУ)					
1.	1.1	Соблюдение общих режимных моментов	ежедневно	0	Коллекти в ДОУ
2	1.2	Создание психологического комфорта в группе	ежедневно	8000,00 изготовление (приобретение) уголков уединения	Коллекти в ДОУ
3	1.3	Воспитание КГН (культурно-гигиенические навыки)	ежедневно	2000,00 приобретение средств гигиены	Коллекти в ДОУ
4	1.4	Дневной сон	ежедневно	0	Коллекти в ДОУ
5	1.5	Соблюдение режима проведения НОД (непосредственная образовательная деятельность) и отдыха	ежедневно	0	Коллекти в ДОУ
6	1.6	Проведение прогулок в 1 и 2 половину дня	ежедневно	8000,00 приобретение спортивного выносного материала (мячи, кольцебросы, скакалки, обручи, кегли...)	Коллекти в ДОУ

7	1.7	РППС (развивающая предметно-пространственная среда) в групповых соответствует возрасту воспитанников	В течение года	40 000,00 регулярное оснащение групповых в соответствии с возрастными особенностями воспитанников центрами игровой деятельности.	Коллекти в ДОУ
8	1.8	Витаминация 3-х блюд	В течение года	1500,00 (приобретение витамина –С)	Коллекти в ДОУ
9	1.9	Соблюдение температурного и питьевого режима	ежедневно	20 000,00 Бутилированная вода	Коллекти в ДОУ
10	1.10	Профилактические мероприятия: самомассаж, корректирующая ходьба, закаливающие процедуры, гимнастика для глаз, кинезиологические упражнения и др.	В течение года	0	Коллекти в ДОУ
11	1.11	Информационно-просветительская работа (беседы с воспитанниками)	В течение года	0	Коллекти в ДОУ

Ожидаемые результаты программы

Повысится информационная осведомленность родителей и воспитанников о ЗОЖ.

Сформируются основы здоровьесберегающего образа жизни, понимание ценности здоровья.

Повысится интерес и желание участников программы к ЗОЖ, спорту и участию в мероприятиях пропагандирующих ценность семьи.

Улучшится здоровье и качество жизни всех участников программы.

Потенциал программы

Предполагается долгосрочная цикличная работа с использованием традиционных и новых форм работы, направленной на формирование у воспитанников, членов их семей – ответственности за свое здоровье и здоровье других людей.

Перспективы развития программы:

1. Разработка и реализация программы ЗОЖ для детей среднего дошкольного возраста и их семей.
2. Оснащение спортивной площадки оборудованием для детей среднего дошкольного возраста.
3. Ведение работы по распространению информации и положительного опыта реализации программы ЗОЖ через публикации и интернет источники.
4. Привлечение в реализацию программы ЗОЖ членов первичных профсоюзных организаций филиалов МБДОУ "Детский сад 4 "Радуга".