

Аннотация к программе «Здоровячок»

*«Здоровье-это драгоценность, и, при том, единственная, ради которой
стоит не жалеть времени, сил, трудов и великих благ»*

Мишель де Монтень

*«Жизнерадостный ребенок обладает большим иммунитетом против
эпидемий»*

Я.Корчак

Программа «Здоровячок» направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, эколого-валеологическое воспитание, психо-эмоциональное благополучие, воспитание ОБЖ. Основанием для разработки была выявленная проблема: Недостаточный уровень развития здоровьесберегающей среды в ДООУ. Средний уровень знаний и практических умений педагогов и родителей в области оздоровления ребенка и обеспечения его физического развития.

В результате была поставлена Цель: Совершенствование здоровьесберегающей и здоровьесформирующей среды в ДООУ. Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование навыков личной гигиены, творческого воображения, приобретение детьми опыта творческой деятельности и расширение индивидуального двигательного опыта, осознание детьми ценности здорового образа жизни.

Сформулированы Задачи:

1. Объединить усилия сотрудников и родителей для эффективной организации оздоровительной работы;
2. Повысить функциональные и адаптационные возможности организма детей за счет внедрения здоровьесберегающих технологий;
3. Обеспечить квалифицированную диагностику состояния здоровья и развития детей с учетом современных научных подходов, мониторинга и оценки влияния оздоровительных технологий на организм ребенка;
4. Воспитание у детей личной физической культуры, вооружение первоначальными знаниями, умениями, навыками, развитие потребности в физическом совершенствовании, чувства заботы о своем здоровье и привитие привычки к здоровому образу жизни.

Основные направления программы:

1. оздоровительное;
2. физическое развитие;
3. коррекционное;
4. эколого-валеологическое;
5. психо-эмоциональное благополучие;
6. комплексная диагностика;
7. ОБЖ (ребенок и здоровье, ребенок дома, ребенок и дорога, ребенок и природа, ребенок и другие люди);
8. материально-техническое обеспечение ППРС.

Содержание раздела «Здоровье» реализуется вне занятий в процессе профилактической и оздоровительной работы, при проведении режимных моментов. Начальные представления о здоровом образе жизни дети получают

на физкультурных занятиях, в ходе которых проводится «минутка здоровья», во время проведения физкультурных досугов и праздников, спортивных развлечений. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей обеспечивается за счет сбалансированного режима пребывания детей в дошкольном учреждении.

Методика работы с детьми строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком, делается акцент на самостоятельное экспериментирование и поисковую деятельность. Познавательный материал сочетается с практическими заданиями (оздоровительные упражнения для глаз, осанки, дыхательные упражнения, психогимнастические этюды) Используется интегрированный подход к проведению Урока здоровья и безопасности (познавательная деятельность детей может сочетаться с изобразительной, музыкальной деятельностью, речевым и физическим развитием). Используются сказочные и игровые персонажи, проблемные ситуации, связанные с ними.

Занятия по валеологии, ОБЖ проводятся в совместной деятельности 1 раз в неделю.

Наличие речевых нарушений у детей дошкольного возраста усложняет и видоизменяет процесс работы над основными задачами по физвоспитанию. Достижение цели обеспечивается постановкой широкого круга образовательных, воспитательных, коррекционных и развивающих задач, решение которых осуществляется логопедом и воспитателями на специальных индивидуальных и фронтальных занятиях, а также созданием единого речевого режима в детском саду.

При необходимом оснащении программы техническими средствами, частично реализация программы возможна с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

Используются медико-профилактические технологии

- организация мониторинга здоровья дошкольников;
- организация и контроль питания детей;
- физического развития дошкольников;
- закаливания;
- организация профилактических мероприятий;
- организация обеспечения требований СанПиНов;
- организация здоровьесберегающей среды;
- развитие физических качеств;
- становление физической культуры детей;
- дыхательная гимнастика;
- массаж и самомассаж;
- профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки;
- воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.

Соблюдается психологическая безопасность

-комфортная организация режимных моментов;

- оптимальный двигательный режим;
- правильное распределение интеллектуальных и физических нагрузок;
- доброжелательный стиль общения взрослого с детьми;
- целесообразность в применении приёмов и методов;
- использование приёмов релаксации в режиме дня.

Оздоровительная направленность воспитательно-образовательного процесса

- создание условий для самореализации;
- учёт гигиенических требований;
- бережное отношение к нервной системе ребёнка;
- учёт индивидуальных особенностей и интересов детей;
- представление ребёнку свободы выбора;
- создание условий для оздоровительных режимов;
- ориентация на зону ближайшего развития.

Виды здоровьесберегающих технологий

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- динамические паузы;
- подвижные и спортивные игры;
- релаксация;
- различные гимнастики.

Технологии обучения здоровому образу жизни:

- физкультурные занятия;
- проблемно-игровые занятия;
- коммуникативные игры;
- занятия из серии «здоровье»;
- самомассаж кончиков пальцев;

Коррекционные технологии:

- арт-терапия;
- технология музыкального воздействия;
- сказкотерапия;
- цветотерапия;
- психогимнастика;
- анималотерапия;
- куклотерапия;
- песочная терапия.

Одним из основных направлений деятельности по формированию физически и психически здорового ребенка является **работа с родителями**:

Эффективные формы работы с семьёй по физическому воспитанию детей:

- Совместные физкультурные досуги, праздники, дни здоровья, недели здоровья;

- Дни открытых дверей, где родители имеют возможность присутствовать на утренней гимнастике, физкультурном занятии;
- Индивидуальные задания, которые позволяют решить сразу несколько задач: повысить двигательную активность детей, подтянуть отстающего в движении ребёнка, дать родителям конкретное содержание для общения, столь необходимое и взрослому и ребёнку. Домашние задания должны быть строго индивидуальны, небольшие по объёму, конкретны по содержанию;
- Демонстрации передового опыта семейного воспитания: интервью, выставки, встречи с родителями, конференции, мастер-классы;
- Проектная деятельность.

Организация предметно-развивающей среды в **групповых помещениях** осуществляется с учетом возрастных особенностей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться. В групповых помещениях созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной деятельности детей. В группах оборудованы спортивные уголки, уголки здоровья, уголки ОБЖ. Для обеспечения психологического комфорта уголки уединения.