

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №17
"Колокольчик" 3 категории (МБДОУ д/с № 17) 346773, Ростовская обл., Азовский р-н,
с. Стефанинодар,

пер. Калинина, д.1 а, 863 42 91-1-13, ИНН 6101028959 КПП 610101001 БИК 046015001 р/сч
40701810560151000010 ГРКЦ ГУ Банка России по Ростовской областел.863 42 91-1-13, E-mail:
gilivj@mail.ru Адрес сайта: ..<http://kolokolchik17.ru>

Рассмотрено на заседании

педагогического совета МБДОУ д/с № 17

№1 от 06.06.2016г



Утверждаю

Зав. МБДОУ д/с № 17

Сиденко Т.Н.

«06» июня 2016г. №32/2

ПРОГРАММА «ЗДОРОВЫЙ РЕБЁНОК»

Авторы программы:

Воспитатели: Буцан Наталья Александровна

Шаповалова Елена Анатольевна

2016г.

Ростовская область Азовский район с. Стефанинодар

Содержание:

Пояснительная записка.....	3
Цель программы.....	4
Задачи программы.....	4
Законодательно – нормативные документы.....	5
Объекты программы.....	5
Основные принципы программы.....	5
Основные направления программы.....	6
Разделы программы.....	6
I. Развитие материально-технической базы.....	6
II. Работа с детьми.....	7
1.Диагностика.....	7
2.Полноценное сбалансированное питание.....	7
3.Система эффективного закаливания.....	7
4.Организация рациональной двигательной активности.....	8
5.Создание условий организации.....	10
6.Формирование представлений о ЗОЖ.....	10
7.Применение психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.....	11
8.Лечебно профилактическая работа.....	12
9.Летне-оздоровительные мероприятия.....	12
III. Работа с педагогами.....	13
1.Организационные методические мероприятия.....	13
2. Методические рекомендации по оздоровлению.....	14
IV. Работа с родителями.....	15
1.Задачи работы с родителями.....	15
2.Формы работы с родителями.....	15

3.Методы, используемые педагогами в работе.....	16
4.План на 3 года.....	17
5.Ожидаемые результаты реализации программы.....	17
6.Кадровое обеспечение.....	17
7.Рекомендации для родителей.....	18

Пояснительная записка.

В настоящее время улучшение качества образования, состояния здоровья детей, профилактика заболеваний и коррекция имеющихся нарушений у детей являются одним из приоритетных направлений государственных национальных проектов «Образование» и «Здоровье».

Сохранение и укрепление здоровья детей является приоритетным направлением работы нашего ДОУ.

Для выработки грамотного, эффективного плана действий была составлена программа «Здоровый ребёнок», которая стала инструментом ориентации и интеграции усилий всего коллектива к будущим желаемым результатам, но уже не с позиции сегодняшнего дня, а с учетом перспективы.

Программа была разработана на основе исходной оценки всей системы физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ:

- анализ управленческой системы (кадровый состав, работа в инновационном режиме, участие в инновациях, профессиональный уровень педагогов, творческие объединения педагогов;

- научно-методическое обеспечение (программы, методические рекомендации, наработанный опыт в ДОУ);

- конкурентное преимущество ДОУ по физкультурно-оздоровительной работе;

- материально – техническое обеспечение (помещение, оборудование);

- финансовое обеспечение (анализ финансовых возможностей для реализации программы);

- комплексная оценка здоровья дошкольников (анализ заболеваемости: в случаях, днях, в днях на одного ребенка, индекс здоровья);

- анализ результатов физической подготовленности детей;

- характеристика физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ (занятия, кружки, внедрение системы здоровьесберегающих технологий).

Система физического воспитания, включает инновационные механизмы, органически входит в жизнь детского сада, организывает детей, сотрудников, родителей, решает вопросы психологического благополучия, нравственного воспитания, имеет связь с другими видами деятельности, и, самое главное,

нравилась бы детям. Развитие детей обеспечивается за счёт создания развивающей среды и реализации определённых педагогических технологий.

Программа «Здоровый ребёнок» - это комплексная система воспитания:

- ребёнка дошкольника, здорового физически, всесторонне развитого;
- педагога инициативного и раскрепощённого, с развитым чувством собственного достоинства;
- родителей ответственных за здоровье своих детей.

Программа «Здоровый ребёнок» предполагает возможность самостоятельного отбора воспитателями, узкими специалистами ДОО содержания обучения и воспитания. Предлагаются различные методики, формы позволяющие использовать в работе как традиционные методы и приемы, так и инновационные для укрепления и сохранения здоровья детей, педагогов и родителей.

Цель программы:

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

Задачи программы «Здоровый ребёнок»:

- Охранять, укреплять, развивать здоровье детей, совершенствовать их физическое развитие, повышать защитные свойства организма, улучшать физическую и умственную работоспособность;
- Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное положительное отношение к своему здоровью;
- Воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуры;
- Развивать основные физические способности (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях;
- Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, обучать новым видам движений, физических упражнений, основанных на приобретённых знаниях и мотивациях ;
- Способствовать усвоению гигиенических правил и норм, культуры быта, связывая воедино элементы анатомических, физиологических и гигиенических знаний;
- Создавать оптимальный режим дня, обеспечивающий гигиену нервной системы ребёнка, комфортное самочувствие, нервно – психическое и физическое развитие;
- Обеспечивать проведение квалифицированной диагностики состояния здоровья и развития детей с учётом современных научных подходов,

мониторинга и оценки влияния оздоровительных технологий на организм ребенка.

Законодательно-нормативные документы:

- Конституция РФ, ст. 43, 72.
- Конвенция о правах ребенка (1989г.).
- Федеральный закон «Об образовании» РФ
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» приказ Минобрнауки № 1014 от 30.08.2013г.;
- "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях" 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013г.
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО), утвержденный приказом Минобрнауки № 1155 от 17.10.2013г.;
- Устав МБДОУ
- Типовое положение о ДОУ.

Объекты программы:

- Дети ДОУ;
- Педагогический коллектив;
- Родители детей, посещающих ДОУ.

Основные принципы программы:

- научность (использование научно-обоснованных и апробированных программ, технологий и методик);
- оступность (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- активность (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);
- сознательность (осознанное понимание и отношение детей к своему

здоровью);

- единство диагностики и коррекции (правильная интерпретация результатов медицинской, педагогической, психофизической диагностики; планирование способов, методов и приёмов коррекции, развития и оздоровления на основе полученных данных);
- систематичность (реализация лечебно-оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю);
- оптимальность (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки).

Основные направления программы:

- воспитательно-оздоровительное,
- лечебно – профилактическое,
- коррекционно-педагогическое.

Программа реализуется через следующие разделы:

- Развитие материально – технической базы ДОУ.
- Работа с детьми.
- Работа с педагогами.
- Работа с родителями.

I. Развитие материально – технической базы:

- Музыкальный и спортивный уголок, со всем необходимым музыкально-спортивным оборудованием.

Имеется:

музыкальный центр, телевизор, DVD – приставка, необходимые музыкальные инструменты, дидактические игры; гимнастические скамейки, спортивные маты, гимнастическая стенка, наклонные доски, ребристые доски, лестницы для перешагивания и развития равновесия, резиновые коврики, нестандартное оборудование, мячи, обручи, мешочки с песком, канаты, кегли и другое. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий;

- Игровая площадка оснащена необходимым инвентарём и оборудованием;

- Имеются разные виды картотек: подвижные игры с необходимыми шапочками и другими атрибутами; для развития основных видов движения, картотека физкультминуток и пальчиковых игр и др.
- в группе имеется уголок движения ,где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов;
- В методическом кабинете имеется литература по вопросам коррекции и психодиагностики дошкольников, развивающие игры.

II. Работа с детьми:

Осуществляется воспитателями, младшим воспитателем , музыкальным руководителем. Она включает в себя 9 разделов:

1. Диагностика.

- воспитатели группы диагностируют знания, умения, навыки, предусмотренные программой, наблюдают за поведением ребёнка в повседневной жизни, выявляют часто болеющих детей, страдающих хроническими заболеваниями;
- музыкальный руководитель обследует состояние уровня музыкального развития.

При организации оздоровительной, лечебно-профилактической и коррекционной работы, учитывается физиологическое и психологическое состояние детей, в режим дня и сетку занятий вносятся изменения

2. Полноценное сбалансированное питание.

Принципы организации питания:

- выполнение режима питания;
- гигиена приёма пищи;
- ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания;
- эстетика организации питания (сервировка);
- индивидуальный подход к детям во время приема пищи;

- правильность расстановки мебели.

3. Система эффективного закаливания.

Основные факторы закаливания:

- закаливающее воздействие органично включается в каждый элемент режима дня;
- закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности;
- закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, других режимных моментах, положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей;
- постепенно расширяются зоны воздействия и увеличивается время проведения закаливающих процедур.

В детском саду проводится обширный комплекс закаливающих мероприятий:

- соблюдение температурного режима в течение дня;
- правильная организация прогулки и её длительности;
- соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей;
- облегченная одежда для детей в детском саду;
- сон без маек;
- дыхательная гимнастика после сна;
- мытьё прохладной водой рук по локоть, шеи, верхней части груди (индивидуально);
- полоскание рта лечебными настоями и прохладной водой;
- комплекс контрастных закаливающих процедур по «дорожке здоровья» (игровые дорожки);

Методы оздоровления:

- ходьба по сырому песку (летом), влажному коврику (в межсезонье).
- контрастное обливание ног (летом);
- дозированный оздоровительный бег на воздухе (в течение года), в том числе по дорожкам препятствий;
- хождение босиком по спортивной площадке (летом);
- релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия);
- использование элементов психогимнастики на занятиях по физкультуре.

4. Организация рациональной двигательной активности.

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями.

Основные принципы организации физического воспитания в детском саду:

- физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья;
- сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами;
- обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики, упражнений на повышение выносливости кардиореспираторной системы (занятия строить с учетом группы здоровья-подгрупповые);
- медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья;
- включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

Формы организации физического воспитания:

- туризм (прогулки, экскурсии, походы);
- дозированная ходьба;
- оздоровительный бег;
- физкультминутки;
- физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»;
- утренняя гимнастика;
- индивидуальная работа с детьми.

Физкультурные занятия разнообразны по форме и содержанию в зависимости от задач:

- Традиционные.
- Игровые: в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности.
- Сюжетно-игровые, дающие положительные эмоциональные впечатления, например, «Прогулка в осеннем лесу» и др.
- Тематические занятия: «Осень в гости к нам пришла»; они могут быть с одним предметом, например, «Поиграй со мной, дружок» (мяч).
- Занятия :
- тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр.

- зачёты для проведения диагностики по основным видам движения и развития и физических качеств (1 раз в квартал).

-походы.

- в форме оздоровительного бега;

- на «экологической тропе».

- музыкальные путешествия - тесная интеграция музыки и движений. Дети изображают животных, птиц, подражают их голосам, повадкам.

Важным условием является проведение всех занятий в музыкальном сопровождении.

В работе по развитию здоровья детей:

- необходимо проводить специальные коррекционные занятия для детей с нарушением осанки и плоскостопия;

- организация занятий по подгруппам.

5. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей.

- Стереотипно повторяющиеся режимные моменты: время приёма пищи (четырёхразовое), укладывание на дневной сон; общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений. Остальные компоненты оздоровительного режима динамические.
- Полная реализация (по возможности ежедневная) следующей триады: оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.
- Достаточный по продолжительности дневной и ночной сон детей.
- Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями.
- Санитарно – просветительская работа с сотрудниками и родителями.

6. Формирование представлений о здоровом образе жизни.

Основная идея:

Каждая минута пребывания ребёнка в детском саду должна способствовать решению задачи: формирование здорового образа жизни, которая осуществляется по следующим направлениям:

- Привитие стойких культурно – гигиенических навыков.
- Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи.
- Формирование элементарных представлений об окружающей среде.

- Формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений.
- Развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов.
- Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма.
- Выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить своё состояние и ощущения.
- Обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах.
- Вести систематическую работу по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

7. Применение психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.

Принципы:

- выявление факторов, способствующих возникновению и развитию стрессовых состояний у детей;
- применение психолого – педагогических приёмов, направленных на купирование и предупреждение и угасание нежелательных аффективных проявлений. В комплекс этих приёмов входят индивидуальные беседы воспитателя с ребёнком и родителями, применение подвижных, сюжетно – ролевых и особенно режиссерских игр, музыкотерапия, использование и анализ продуктивных видов деятельности детей, отдельные приёмы рациональной психотерапии;
- обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня каждого ребенка;
- создание благоприятного психологического климата в группах и в ДООУ в целом;
- обучение детей приёмам мышечного расслабления – базового условия для аутогенной тренировки;
- рациональное применение музыкотерапии для нормализации эмоционального состояния детей и других методов психокоррекции;
- использование на физкультурных занятиях элементов психогимнастики.

Для осуществления вышеназванных принципов в детском саду созданы необходимые условия:

- Развивающая среда организована с учётом потребностей и интересов детей. Педагоги стараются эстетично оформить интерьер групповой, раздевальной, спальной комнат, чтобы ребёнок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке.
- Сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребёнку.
- Отношения между работниками детского сада строятся на основе сотрудничества и взаимопонимания.
- В детском саду создан «Экологический центр», как место для занятий, наблюдений, отдыха и общения.
- В группах детского сада оборудованы «уголки уединения», где дети могут рассмотреть фотографии своей семьи, поиграть с любимой игрушкой, отдохнуть от шума, расслабиться на диванчике.
- Эмоциональное благополучие ребёнка в детском саду достигается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлекательных развлечений, тематических досугов, праздников. Проходят в детском саду празднования дней рождения, ярмарки, посиделки, экологические мероприятия, спортивные праздники и развлечения: «Масленица», «Веселые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья» и др. Большой популярностью стали пользоваться как у детей, так и у родителей музыкальные спектакли.
- Снижение утомляемости ребёнка на занятиях достигается мотивацией к занятию, построением занятий на интересе ребёнка и индивидуальном подходе к каждому ребёнку.
- Появлению положительных эмоций способствуют сюжетно – ролевые игры – драматизации, режиссёрские игры, театрализованная деятельность, где каждый участник – актёр.

Перспектива:

Учить детей приёмам релаксации, выполняя упражнения не менее трёх раз в день (через 1,5 – 2 часа) индивидуально.

8. Лечебно-профилактическую работу осуществляют воспитатели. Она включает в себя:

1. Дополнительные физкультурные занятия специализированного воздействия.
2. Физкультурные занятия босиком.
3. Подвижные игры и физические упражнения на улице.
4. Утреннюю зарядку на улице с обязательным бегом на выносливость и

дыхательными упражнениями.

5. Дыхательную гимнастику после сна.

6. Спортивные игры и соревнования.

7. Интенсивное закаливание стоп.

8. Элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.

9. Общеукрепляющие упражнения.

9. Летне-оздоровительные мероприятия.

Формы организации оздоровительной работы:

-Закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон без маек, ходьба босиком;

-Физкультурные занятия в природных условиях (на спортивной площадке, на экологической тропе).

-Туризм;

-Физкультурные досуги и развлечения: утренняя гимнастика на воздухе;

-Интенсивное закаливание стоп;

-Витаминизация: соки, фрукты, ягоды, овощи.

III. Работа с педагогами.

Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, построенная на следующих принципах:

актуализация внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль;

просветительная работа по направлениям программы «Здоровый ребёнок» и т.д.;

консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья, проигрывание с ними возможных проблемных ситуаций: больной педагог – здоровый воспитанник; здоровый педагог – больной воспитанник; больной педагог – больной воспитанник;

консультации воспитателей по основам психотерапии, нейрофизиологии;

обучение педагогов приёмам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приёмам личной самодиагностики.

1. Организационные методические мероприятия:

1. Знакомство и внедрение в практику работы ДООУ новых программ, технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
2. Разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуально – психологическом подходе.
3. Внедрение новых технологических методов коррекции и реабилитации в упражнениях для детей с различными видами нарушений в психическом и физическом развитии, а также системы их социального сопровождения после выпуска из дошкольного учреждения.
4. Внедрение современных методов мониторинга здоровья. Разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья.
5. Диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
6. Диагностика среды жизнедеятельности ребёнка, включая образовательную, психологическую, семейную среду и экологию места обитания.
7. Создание информационной базы по психологическим, педагогическим, экономическим, санитарно – гигиеническим и методическим составляющим здоровья детей.
8. Разработка и внедрение психологических, педагогических, валеологических и медицинских методов коррекции
9. Внедрение сбалансированного полноценного разнообразного питания. Организация межведомственных скоординированных действий по уменьшению детского травматизма и отравлений.
10. Пропаганда здорового образа жизни.
11. Обучение дошкольников здоровому образу жизни, приёмам личной самодиагностики, саморегуляции, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

2. Методические рекомендации по оздоровлению:

- Мероприятия по формированию у дошкольников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.

- Максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду на занятиях по физкультуре, в перерывах между занятиями, использование физкультурных минуток, включение элементов психогимнастики, пальчиковой гимнастики на развивающих занятиях.
- Необходимо широкое использование игровых приёмов создание эмоционально – значимых для детей ситуаций, обеспечение условий для самостоятельной практической личносно и общественно значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять творчество, инициативу, фантазию.
- Привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.
- Обучение дошкольников здоровому образу жизни.
- Обучение дошкольников приёмам личной самодиагностики, саморегуляции.
- Беседы, валеологические занятия.
- Психологические тренинги.

IV. Работа с родителями.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями.

Если мы хотим вырастить нравственно и физически здоровой поколение, то должны решать эту проблему «всем миром»: семья, детский сад, общественность.

1. Задачи работы с родителями:

Повышение педагогической культуры родителей.

Пропаганда общественного дошкольного воспитания.

Изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.

Установка на совместную работу с целью решения всех психолого – педагогических проблем развития ребёнка.

Вооружение родителей основами психолого – педагогических знаний через психологические тренинги, консультации, семинары.

Валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.

Включение родителей в воспитательно - образовательный процесс.

2. Формы работы с родителями:

1. Проведение родительских собраний, семинаров – практикумов, консультаций.
2. Педагогические беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
3. Дни открытых дверей.
4. Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
5. Показ занятий для родителей (как уже посещавших дошкольное учреждение, так и вновь прибывших).
6. Совместные занятия для детей и родителей.
7. Круглые столы с привлечением специалистов детского сада (логопеда, инструктора по физическому воспитанию, психолога, медицинской сестры, врача).
8. Родительский всеобуч: «Здоровый ребёнок».
9. Организация совместных дел.

Для успешной работы с родителями использовать **план изучения семьи**:

Структура семьи и психологический климат (сколько человек, возраст, образование, профессия, межличностные отношения родителей, отношения родителей с детьми, стиль общения).

Основные принципы семейных отношений (гуманизм или жестокость, ответственность или анархия, взаимное доверие или подозрительность, взаимопомощь или невнимание и т.п.).

Стиль и фон семейной жизни: какие впечатления преобладают – положительные или отрицательные, причины семейных конфликтов.

Социальный статус отца и матери в семье, степень участия в воспитательном процессе, наличие желания воспитывать ребёнка.

Воспитательный климат семьи, уровень педагогической культуры, подготовленность родителей, знание своего ребенка, адекватность оценок своего поведения.

3. Методы, используемые педагогами в работе:

Анкета для родителей.

Беседы с родителями

Беседы с ребёнком.

Наблюдение за ребёнком.

Изучение продуктивной деятельности ребенка;

Посещение семьи ребёнка.(педагогический патронаж)

С целью улучшения профилактической работы рекомендуется провести с родителями цикл бесед, лекций:

1. Причины частых и длительно текущих острых респираторных заболеваний.
2. Профилактика ОРЗ в домашних условиях.

3. Хронические очаги инфекции у взрослых в семье как причина частых ОРЗ у детей.
4. Закаливающие процедуры дома и в дошкольном учреждении.
5. Значение режимных моментов для здоровья ребёнка.
6. О питании дошкольников.
7. Воспитание культурно – гигиенических навыков у дошкольников.
8. Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья ребёнка

4. План на ближайшие 3 – 4 года.

Продолжить проведение совместных мероприятий: «Дней Здоровья», туристических походов, праздников, субботников.

Для обогащения родителей знаниями о малыше разработать серию семинаров – практикумов «Давайте узнавать малыша вместе» с привлечением специалистов.

Организовывать новую форму работы с родителями – дни семейных увлечений «Что умею сам – научу детей» (в вечернее время).

Вовлечение родителей в инновационный педагогический процесс, консультации, беседы.

5. Ожидаемые результаты реализации программы.

Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребёнка.

Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний.

Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.

Обеспечение статистического учёта, контроля и анализ на всех уровнях.

Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников.

Повышение квалификации работников дошкольных учреждений.

Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

Кадровое обеспечение программы «Здоровый ребёнок»

Заведующая ДОУ:

- общее руководство по внедрению программы «Здоровый ребёнок»;

- контроль за соблюдением охраны жизни и здоровья детей.
- нормативно – правовое, программно – методическое обеспечение реализации программы «Здоровый ребёнок»;
- проведение мониторинга (совместно с педперсоналом);
- контроль за реализацией программы «Здоровый ребёнок».

Воспитатели:

- внедрение здоровьесберегающих технологий;
- пропаганда ЗОЖ;
- закаливание (физкультурные занятия на воздухе, при открытых окнах, утренняя гимнастика в сочетании с воздушными ваннами).
- пропаганда методов оздоровления в коллективе детей;
- дыхательная гимнастика;- обеспечение условий для предупреждения травматизма в ДОУ;
- контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно – гигиенических условий при реализации программы «Здоровый ребёнок».

Повар:

- контроль за соблюдением технологии приготовления блюд рационального питания;
- проведение краткосрочной диетотерапии.

Младший воспитатель:

- соблюдение санитарно – охранительного режима;
- помощь педагогам в организации физкультурно – оздоровительных мероприятий.

7. Рекомендации для родителей по формированию адекватной самооценки у детей, уверенности в себе, стойкости к невзгодам.

Наше время – время стрессов. Стресс проник в повседневность не только как слово, но и как центральное явление современного общества. Всемирная организация здравоохранения признала: стресс – самая большая угроза здоровью в XXI веке.

Грустная статистика показывает, всё чаще на развитие детей влияют психогенные

факторы, т.е. условия, которые вызывают нервно – психические заболевания, травмируют душу. К сожалению, нередко эти психогенные факторы процветают в семьях воспитанников.

Уважаемые родители! Помните! Из всех прививок, которые получает человек в жизни самая сильная – это «семейный иммунитет» - это прививка против болезней тела и души. Данный иммунитет ребенок приобретает, если в семье эмоциональное благополучие. Здоровье ребёнка напрямую связано с его душевным равновесием и эмоциональным благополучием. Ребёнок, находящийся в спокойном, уравновешенном состоянии, меньше болеет, легче переносит случившиеся заболевания, быстрее выздоравливает.

Задумывались ли вы, какие установки дали вам ваши родители, не являются ли они внутренними указателями на вашем жизненном пути?

Внимательно рассмотрите таблицу родительских установок и подумайте о последствиях, прежде чем что-то категорично заявить своему ребёнку; не говорите своему ребёнку того, чего бы вы ему на самом деле не желали и, чтобы у ребёнка не развился в последствии комплекс неполноценности, вызванный устойчивым представлением о своей физической, психической или моральной ущербности.

Подумайте, какие установки вам мешают жить, и не давайте их своим детям, если не хотите, чтобы что – то из вашей жизни повторилось в ваших детях. Как часто вы говорите детям:

- Я сейчас занята... - Посмотри, что ты натворил! - Это надо делать не так...
- Неправильно! - Когда же ты научишься? - Сколько раз тебе говорила!
- Нет! Я не могу! - Ты сведёшь меня с ума! - Что бы ты без меня делал!
- Вечно ты во всё лезешь! - Уйди от меня! - Встань в угол!

Все эти «словечки» крепко закрепляются в подсознании ребёнка, и потом не удивляйтесь, если вам не нравится, что ребёнок отдалился от вас, стал скрытен, ленив, недоверчив, неуверен в себе.

Слова, ласкающие душу ребёнка:

- Ты самый любимый!
- Ты очень много можешь!
- Спасибо!
- Что бы мы без тебя делали?!
- Иди ко мне!
- Садись с нами!
- Я помогу тебе...
- Я радуюсь твоим успехам!
- Чтобы ни случилось, твой дом – твоя крепость.
- Расскажи мне, что с тобой.

Чувства вины и стыда ни в коей мере не помогут ребёнку стать здоровым и счастливым. Не стоит превращать жизнь в уныние, иногда ребёнку вовсе не нужна оценка его поведения и поступков, его просто надо успокоить. Сам ребёнок – не беспомощная «соломка на ветру», не робкая травинка на асфальте, которая боится, что на неё наступят. Дети от природы наделены огромным запасом инстинктов, чувств и форм поведения, которые помогут им быть активными, энергичными и жизнестойкими. Многие в процессе воспитания зависят не от опыта и знаний родителей, а от умения чувствовать и догадываться.