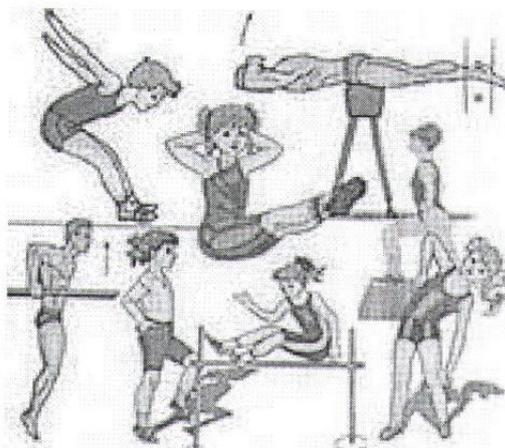


Рассмотрена на заседании  
Педагогического совета  
Пр.№2 от 20.11.2014 г.



Утверждена приказом по  
организации №97 от 27.11.2014 г.  
Ли У.В.  
Заведующий МКДОО д/с №15  
«Топтыжка»

# ПРОГРАММА «ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК» 2014-2017 гг..



с. Кианкиз

*За основу при составлении программы взяты:*

- 1) Программа физического и валеологического развития детей дошкольного возраста «Азбука здоровья» Т. Э. Токаевой.
- 2) Программа «Здоровье» Л. Г. Татарниковой.
- 3) Оздоровительно-развивающая программа «Здравствуй» М. Л. Лазарев
- 4) Доронова Т. Н. «Из детства в отрочество», программа для родителей и воспитателей по формированию здоровья и развитию детей.

Программа направлена на воспитание основ культуры здоровья, формирование представлений ребенка о себе и о здоровом образе жизни, охране здоровья. Программа нацелена на объединение усилий родителей и педагогов для успешного оздоровления и развития детей.

#### **Пояснительная записка.**

Воспитание здорового ребенка – одна из главнейших задач семьи и дошкольного образовательного учреждения. Хорошо, когда здоровый образ жизни является традицией семьи. В дошкольном возрасте в ближайшем окружении, в частности в семье, закладываются основы личности, в сознании ребенка формируется модель семьи, взрослой жизни, которую ребенок подсознательно начинает реализовывать, едва достигнув самостоятельности. Чтобы ребенок рос здоровым, сознательное отношение к собственному здоровью следует формировать в первую очередь у родителей. Роль родителей в сбережении здоровья ребенка при поддержке ДОУ состоит в готовности принимать помощь и поддержку от специалистов ДОУ в вопросах сохранения и укрепления здоровья ребенка.

Здоровье ребенка должно оцениваться в единстве с окружающей средой и адаптационными возможностями организма. Поэтому в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должны находиться семья, включая всех ее членов и условия проживания. ДОУ, т. е.

«вторая семья», где ребенок проводит большую часть своего активного времени. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

**Цель:** помочь родителям в процессе ежедневной деятельности детей дошкольного возраста организовать оздоровительную работу, связанную с формированием мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.

**Задачи:**

- 1) Повысить интерес родителей к участию в физических и оздоровительных мероприятиях вместе с детьми.
- 2) Сформировать положительное отношение к занятиям физкультурой и спортом, к здоровому образу жизни в семье.
- 3) Оказать адресную квалифицированную помощь родителям в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей силами специалистов ДОУ.
- 4) Воспитание у детей потребности в здоровье, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни и выработка индивидуального способа валеологически обоснованного поведения.

**Гипотеза эксперимента.**

Эффективность внедрения в ДОУ программы валеологического образования «Здравствуй» может быть повышена за счет активного включения родителей в образовательный процесс. При этом система работы с семьей должна включать в себя следующее:

- изучение программы всеми участниками образовательного процесса ДОУ, включая родителей;
- формирование у родителей валеологического мировоззрения в процессе проведения теоретических и практических семинаров;

- разработка методов отслеживания домашней оздоровительной работы.

### **Участники программы.**

Программа рассчитана на детей старшего и подготовительного возраста, родителей, педагогов.

### **Ожидаемый эффект.**

- Снижение уровня заболеваемости детей.
- Повышение активности родителей в образовательном процессе, в оздоровлении детей.
- Овладение навыками самооздоровления.

### **Принципы создания программы.**

#### 1. Доступность

- учет возрастных особенностей

#### 2. Систематичность и последовательность

- постепенная подача материала от простого к сложному;
- повторение усвоенных правил и норм в течение всего года;
- индивидуальный подход к каждому ребенку и каждой семье на основе учета их интересов и способностей.

#### 3. Наглядность

- учет особенностей мышления

#### 4. Динамичность

- интеграция программы в разные виды деятельности

#### 5. Дифференциация

- учет возрастных особенностей
- создание благоприятной среды для усвоения норм и правил здорового образа жизни ребенка

### **Средства реализации программы.**

Программа рассчитана на три этапа:

**1 этап** – подготовительный.

#### **Задачи:**

- изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме;
- разработать анкеты для родителей и диагностические методики;
- определить педагогические условия взаимодействия ДООУ и семьи;
- разработать перспективный план совместных мероприятий.

**2 этап** – основной.

**Цель:** формирование у всех участников процесса ответственных взглядов в деле сохранения здоровья.

#### **Задачи:**

- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- создание соответствующей предметной среды, стимулирующей двигательную активность детей;
- организация консультативной помощи родителям по вопросам физического воспитания и здоровья детей.

**3 этап** – контрольный (итоговый или обобщающий).

**Цель:** обобщение результатов работы.

**Задачи:**

- проанализировать результаты работы;
- разработать методические рекомендации по проблеме взаимодействия ДООУ с родителями.

**Критерии эффективности программы.**

**1.** Повышение активности родителей, проявляющейся в участии:

- физкультурно-оздоровительных мероприятиях вместе с детьми, проводимых в ДООУ;
- различных формах работы по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей;
- развитии предметно-пространственной окружающей среды в группах и на участке ДООУ.

**2.** Положительная мотивация к здоровому образу жизни в семье:

- устойчивое желание отказаться от вредных привычек;
- посещение кружков, секций оздоровительной направленности;
- активный отдых вместе с детьми;
- проведение закаливающих процедур;
- использование рекомендаций, полученных в ходе педагогического и медицинского просвещения.

**3.** Повышение интереса у родителей к ежедневному посещению детьми детского сада. Снижение числа пропусков посещений детьми детского сада по болезни.

## *Приложение*

### **Перспективный план работы с родителями и детьми.**

#### Сентябрь 2015 г.

1. Анкетирование родителей
2. Оформление уголка здоровья
3. Консультация «Роль семьи и детского сада в воспитании здорового ребенка»
4. Диагностика состояния здоровья детей
5. День Здоровья «В гостях у осени»

#### Октябрь 2015 г.

1. Общее родительское собрание «Основные направления воспитательно-образовательной и оздоровительной работы с детьми»
2. Выставка овощных блюд, включающих лук, чеснок
3. Выставка литературы «Без лекарств и докторов»
4. Игры, которые лечат
5. Точечный массаж при ОРЗ

#### Ноябрь 2015 г.

1. Консультация «Изготовление чесночных бус для профилактики заболеваний верхних дыхательных путей»
2. День открытых дверей «Роль оздоровительных упражнений для развития равновесия, гибкости»
3. Беседа «Закаливающие процедуры дома и в ДОУ»
4. Фотовыставка «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья»

5. Занятие «Добро пожаловать в страну здоровья»

Декабрь 2015 г.

1. Анкетирование родителей

2. Вечер вопросов и ответов «О здоровье всерьез»

3. Показ фрагментов физкультурных занятий с использованием нетрадиционного оборудования

3. Выступление родителей на тему «Физкультурное оборудование в домашних условиях»

4. Памятка «Что делать до прихода врача? »

Январь 2016 г.

1. День здоровья «Путешествие в страну здоровья»

2. Консультация «Как уберечь детей от простуды»

3. Фотостенд «Культура здоровья»

4. Рукописная книга «ЗОЖ»

Февраль 2016 г.

1. Развлечение «Папа и я – спортивная семья»

2. Консультация «Основы правильного питания»

3. «Лыжня зовет!» катание на лыжах

4. Фотогазета «Самые спортивные»

Март 2016 г.

1. Дегустация витаминного чая

2. Развлечение «Моя мама лучше всех! »

3. Консультация «Роль витаминов в детском питании»
4. Экспресс-игра «Оздоровление дошкольников по принципу Не навреди»
5. Проект «Подари здоровье детям»

Апрель 2016 г.

1. Спортивное развлечение «Веселые старты»
2. Выставка семейных поделок «Очумелые ручки»
3. Беседа «Здоровье ребенка в наших руках»
4. Занятие-Путешествие в Царство здоровья.

Май 2016 г.

1. Семинар-практикум «Здоровый ребенок – умный ребенок»
2. Диагностика состояния здоровья
3. Консультация «Контрастное, воздушное и водяное закаливание»
4. Фотомонтаж «Отдыхаем всей семьей»
5. Мини-походы в лес

### **Используемая литература**

1. Журнал «Управление» 2004 - №1; 2006 -№1, №4, № 7;
2. Журнал «Дошкольная педагогика», 2006 -№.3
3. Оздоровительно- развивающая программа «Здравствуй» М. Е. Лазарев;
4. Доронова Т. Н. «Из детства в отрочество»;
5. Программа физического и валеологического развития детей дошкольного возраста «Азбука здоровья» Т. Э. Токаевой;
6. Программа «Здоровье» Л. Г. Татарниковой