

Детска градина „Щастливо детство” гр.Твърдица, общ.Твърдица, обл.Сливен,
ул. „Цар Калоян“ №27, тел.: 0454/42260, email: dg_tvarditsa@abv.bg

УТВЪРЖДАВАМ!

Директор:

/Янка Костова/

ПРОГРАМА ЗА ЗДРАВНО ОБРАЗОВАНИЕ

I. ФИЛОСОФИЯ НА ПРОГРАМАТА

Здравното образование е насочено към развитие на умения за създаване или поддържане на здравословен стил и условия на живот и за доброволното адаптиране към поведение, благоприятстващо здравето /глава 3 чл.3 от Наредба №13 за ГЗЕИО/.

Здравното образование е неразривно свързано със здравословното хранене и спорта.

Храненето е основен фактор, определящ здравето, растежа и развитието на децата. В ранна детска възраст се възпитават нагласи за вкус към определени храни (например с по-малко мазнини, сол и захар) и чувството за удоволствие от храната; изграждат се хранителни навици, които могат да повлияват хранителното поведение през следващите периоди от живота. Създаването на здравословен хранителен модел в ранен етап от живота е база за поддържането му в по-късна възраст.

Физическата активност на децата е необходима за:

- психологическото и социалното им развитие;
- развитието на мускулна сила, умения за баланс и координация, за растежа;
- поддържане на здравословно тегло;
- по-добър апетит.

Ниската физическа активност на децата, заедно с нерационалното хранене, са основни фактори за свръхтегло и затлъстяване в детска възраст, водещи в следствие към редица здравословни проблеми.

Изградените в детството здравни стереотипи остават в бъдеще като здравни навици и стил на живот. Пълноценното, разнообразно и балансирано хранене, регулярната физическа активност на децата в ранна и предучилищна възраст са не само предпоставка за тяхното здраве, нормален растеж и развитие, но са и основни фактори за създаване на здравословен модел на поведение. Осигуряването на здравословно хранене и добър хранителен статус, както и на подходяща и регулярна физическа активност на децата, дава възможност за ефективно положително повлияване на здравето им в периода на детството и през целия живот, за намаляване на заболяемостта и смъртността от хронични болести, поради което са приоритет в здравните политики на международно, национално и локално ниво.

Осигуряването на адекватно и здравословно хранене на децата, както и на редовен оптимизиран двигателен режим е отговорност на родителите, учителите и на цялото общество.

II. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ НА ЗДРАВНОТО ОБРАЗОВАНИЕ

1.Цел: Осигуряване на възможности за формиране и развиване на здравна култура у децата

2.Задачи:

- Учителите да подбират адекватна информация, продукти и услуги за подобряване на здравето и поддържане на здравословен начин на живот за децата;
- Да се формират основни понятия, свързани с жизнените процеси: хранене, движение, растеж;
- Да се усвои система от правила и изисквания за здравословен начин на живот, както и практически умения за приложение на усвоените знания в различни ситуации;
- Чрез разнообразни дейности да се насърчава стремежа към здравословния начин на живот на децата и семействата;
- Децата от предучилищна възраст, подкрепяни от своите родители и учители, да се научат да вземат решения, свързани с храненето, физическата култура и спорта;
- Чрез осъществяване на основни и допълнителни форми на педагогическо взаимодействие да се достигат рамковите изисквания за здравно образование като знания, умения отношения по ДОС .

III. ДЕЙНОСТИ ЗА ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА ЗДРАВНО ОБРАЗОВАНИЕ

- Проучване и анализ на потребностите от иновативни инструменти за формиране на здравословни навици сред децата от предучилищна възраст;
- Организиране и провеждане на дейности, свързани с Европейския ден на здравословното хранене (08/11), Световния ден на водата (22/03), Световния ден на здравето (07/04) и Световния ден на храните (16/10) и др.;
- Проучване на специализирана литература и разработване на дидактични материали за осъществяване на здравно образование в различните възрастови групи;
- Споделяне на добър педагогически опит;
- Изработване на табла, брошури, постери с препоръки за: здравословно хранене, за хигиенни навици; за двигателни навици.
- организиране на кампании, подкрепящи здравословния начин на живот.

IV.ОСИГУРЯВАНЕ НА ВЪЗМОЖНОСТИ ЗА ЗДРАВНО ОБРАЗОВАНИЕ В ДЕТСКАТА ГРАДИНА ЧРЕЗ ОБРАЗОВАТЕЛНА, ПРАКТИЧЕСКА И КОНСУЛТАТИВНА ДЕЙНОСТ

Образователна дейност:

- образователни ситуации с тематична здравна насоченост;
- допълнителни форми на педагогическо взаимодействие според потребностите и интересите на децата за здравословен начин на живот;
- интерактивни игри с учители и родители;

Консултативна дейност:

- консултиране на учители и предоставяне на методическа подкрепа за реализиране на здравното образование в детската градина;
- консултиране, подкрепа и мотивиране на родителите, учителите и лицата, които полагат грижи за децата със здравословни проблеми

Практическа дейност:

- разработване и реализиране на мини-проекти със съдържателни характеристики;
- практикуми с деца и родители, ръководени от педаг. и медиц. специалисти;
- активна двигателна дейност , оптимизиран двигателен режим чрез игри и спорт

Мерки	Срок	Отговорници
1. Приемане на Програмата за здравно образование и определяне на екип за реализиране на дейностите по здравно образование на децата в детската градина	м.септември 2020 година	Директор, Педагогически съвет
2. Изготвяне на план за реализиране на Програмата по здравно образование		Екип – Здравно образование
3. Оценяване на рисковите и защитните фактори за детето и неговата среда.	Постоянен	Медицински сестри, педагогически екипи на групите, екип - ЗО
4. Провеждане на тематични срещи, разговори и беседи с родители.	По график на групите	Педагогически екипи по групи, медицински сестри – детска градина
5. Обследване и документиране на здравословния статус на всяко детето, посещаващо ДГ	Съгласно нормативни изисквания	Медицински сестри – детска градина.
6. Планиране на образователно съдържание по превенция на здравето за осъществяване на интегрирано обучение чрез различните образователни направления.	Постоянен	Педагогически екипи по възрастови групи
7. Екипна работа между учителите и другите педагогически специалисти.	Постоянен	Педагогически екипи по възрастови групи
8. Реализиране на обучителни, практически и развлекателни дейности, свързани със здравословното хранене	По плана за ЗО	Екип-ЗО, педагогически екипи по групи
9. Реализиране на туристически, спортни и състезателни дейности	По плана за ЗО	Екип-ЗО, педагогически екипи по групи
10. Мотивиране на родителите за включване на децата им в допълнителни занимания със спортна насоченост за свободното време – танци, бойни изкуства, бягане и др.; за системно упражняване на подходящи спортни и туристически дейности на цялото семейство	Постоянен	Педагогически екипи по възрастови групи
11. Провеждане игри на открито и осъществяване на закалителни процедури	Постоянен	Педагогич.екипи по групи, медицински сестри
12. Предоставяне на методическа помощ на учители и родители за превенция на затлъстяването при децата, на нездравословното хранене, за преодоляване на проблемното обездвижване на децата.	По Плана за ЗО	Медицински сестри – детска градина
13. Организиране на съвместни инициативи с различни заинтересовани институции, в подкрепа на здравословното хранене и спорта	По Плана за ЗО	Директор, Екип-здравно образование

**V. РАМКОВИ ИЗИСКВАНИЯ ЗА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ ОБУЧЕНИЕТО ПО
ЗДРАВНО ОБРАЗОВАНИЕ; МОДУЛИ ЗА РЕАЛИЗИРАНЕ НА ЗДРАВНОТО
ОБРАЗОВАНИЕ В ДЕТСКАТА ГРАДИНА**

Област на компетентност	Очаквани резултати: Знания, умения и отношения В резултат на обучението детето ...	Модули за реализиране; форми на работа; теми
Психично здраве и личностно развитие	<ul style="list-style-type: none"> • осъзнава собствената си ценност и уникалност и тази на другите хора; • умее да открива и описва разлики и прилики с другите хора 	<p><u>Модул - Работа с деца:</u> „Какво мога да правя най - добре?“, „С това не се справям, защото...“, „Колко си приличаме всички и колко сме различни!“, „Нашите правила за съвместен живот в групата“, „Какво е да си различен?“, „Приятели и врагове. Уважение сътрудничество и разбирателство“.</p> <p><u>Модул - Работа с родители:</u> Беседи, консултации</p>
Физическо развитие и дееспособност	<ul style="list-style-type: none"> • назовава основни части на човешкото тяло; • показва положително отношение към развиване на двигателни качества, сила и издръжливост 	<p><u>Модул - Работа с деца:</u> Беседи, презентации, спортни празници и туристич.мероприятия „Защо децата трябва да спортуват?“, „Кой спорт е най-подходящ за мен?“, „Здрав дух, здраво тяло“, „Спорът - здраве и красота“, „Повече време за спорт и туризъм, по-малко пред телевизора“.</p> <p><u>Модул - Работа с родители:</u> Включване в спортни и туристически мероприятия на ДГ; мотивиране за занимания със спорт на семейството през своб. време</p> <p><u>Модул - Работа с институции:</u> Съвместно организ. на спортни празници, състезания и др. с представители на РЗИ, СУ, НЧ; разпростр. на брошури и инф.материали</p>
Превенция на употребата на психоактивни вещества	<ul style="list-style-type: none"> • познава и назовава предмети и вещества, забранени за деца 	<p><u>Модул - Работа с деца:</u> Беседи, презентации „Опасни предмети и вещества - кибрит, запалки, лекарства и др.“</p> <p><u>Модул - Работа с родители:</u> Дискусии, здравни беседи „Как да съхраним живота и здравето?“, „Вредата от тютюнопушенето и алкохола“</p> <p><u>Модул - Работа с институции:</u> Срещи с личн. лекари; с представители на РСПБЗН и РУП</p>
Безопасност и първа помощ	<ul style="list-style-type: none"> • назовава нещата /предмети, дейности, поведения/, които са опасни в обкръжаващата среда; • умее да търси и намира помощ, когато има нужда от нея 	<p><u>Модул - Работа с деца:</u> Беседи, презентации, ситуационни игри; образователни постановки „Играчка – плачка“, „Телефон 112“, „Опитай с добро“</p> <p><u>Модул - Работа с родители:</u> Лекции, практикуми, инструктажи „Защита на живота в критични ситуации“, „Формиране на чувство за отговорност у</p>

		<p>децата за собственото здраве и сигурност“, „Оказване на първа помощ“, „Причини за конфликтите. Принципи и техники на ненасилие“, „Вредата от агресивното поведение“.</p> <p><u>Модул - Работа с институции:</u> Среци с лекари; с представители на РСПБЗН и РУП</p>
Сексуално здраве и сексуално преносими инфекции	<ul style="list-style-type: none"> • има полож. отношение към собственото си тяло; • има представа за своя пол; • има елемент. представи за разликата между половете 	<p><u>Модул - Работа с деца:</u>Беседи, худ.литература -спис. „Първите седем“ - „Аз съм момиче, ти си момче“</p> <p><u>Модул - Работа с родители:</u>Консултации, дискусии „Неудобните въпроси на децата“</p>
Лична хигиена	<ul style="list-style-type: none"> • демонстрира основни хигиенни навици; • проявява елементарни умения за спазване на здравословен дневен режим; • разбира значението на хигиенните навици за здравето; • познава и описва хигиенни навици за поддържане на здравето на зъбите и устната кухина 	<p><u>Модул - Работа с деца:</u> Презентации, худ. произведения от „Здравна читанка“ и др., куклени етюди, ситационни игри</p> <p>„Лична хигиена, чистота и здраве - задължителните правила“; „Нашият дневен режим“; „Здрави, чисти, бели зъбки“</p> <p><u>Модул – работа с родители:</u> Беседи, дискусии „Хигиената на човешкото тяло“, „Еднакви изисквания в ДГ и семейството“</p> <p><u>Модул: Работа с институции:</u> Посещение в здр. заведение, /мед.кабинет в ДГ/; Профилактични прегледи на децата от общопрактикуващ лекар и зъболекар</p>
Хранене	<ul style="list-style-type: none"> • обяснява значението на храната като източник на енергия за ежедневно функциониране, порастването и развитието; • има представа за полезни и вредни храни; • спазва здравословен режим на хранене 	<p><u>Модул - Работа с деца:</u> Презентации, худ.литература-„Здравна читанка“ и др., куклени етюди, ситуационни игри, развлечения</p> <p>„Моето меню“, „Пирамида на здравословното хранене“, „Плодове и зеленчуци“</p> <p><u>Модул – работа с родители:</u> Беседи, анкети, консултации, участия в развлечения; „Как да се храним и живеем здравословно?“; „Полезни и вредни храни“</p>

Реализирането на Програмата за здравно образование ще допринесе за утвърждаване на положителните промени в храненето, осигурявано от детската градина, за придобиване на знания от децата за принципите на здравословно хранене и физическа активност, за повишаване на информираността и формиране на положителни нагласи сред родителите и обществеността, за водене на здравословен начин на живот.

Настоящата програма е приета на заседание на Педагогическия съвет с Протокол №1 / 15.09.2020 г.

Програмата се актуализира в началото на всяка учебна година и при настъпили промени в нормативните актове, ако Педагогическият съвет прецени, че спецификата на образователно-възпитателния процес налага това.