

**Аннотации к программе здоровья «В стране Здоровичков, или Секреты здоровья»
МОУ Детского сада № 376 на 2025-2030г.г.**

На фоне экологической и социальной напряженности в стране, на фоне *неблагоприятного* риска «цивилизации», чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. *Этому* искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении. Не следует забывать, что только в дошкольном учреждении самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения *здоровья* приведут к положительным результатам.

С этой позиции в центре работы по полноценному физическому развитию и укреплению здоровья детей должна находиться, по-первых, семья, включая всех ее членов и условия проживания; во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего времени, т.е. социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

Сегодня к актуальным проблемам детского здоровья относятся: детские стрессы, тревожность, агрессия, гиподинамия (нарушение функций организма при ограничении двигательной активности). Двигательная активность ребенка способствует развитию его физиологических систем, и как следствие, определяет характер нормального функционирования растущего организма. Исследования М.Д. Маханевой, В.Г. Алямовской свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», т.е. количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что и в детском саду, и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении (за столом, у телевизора, играя в тихие игры на полу). Это увеличивает статическую нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Гиподинамия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует заболеванию детей ожирением.

Программа «В стране Здоровичков, или Секреты здоровья» разработана с учетом приоритетных направлений работы детского сада № 376, направленных на сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей дошкольного возраста, на воспитание у них основ культуры здоровья, формирования представлений о здоровом образе жизни, правилах безопасного поведения, гигиене.

Программа «В стране Здоровичков, или Секреты здоровья» предполагает возможность самостоятельного отбора педагогами детского сада № 376 содержания обучения и воспитания, позволяющего использовать в работе как традиционные, так и инновационные программы, и методы, способствующие укреплению и сохранению здоровья дошкольников.

Целью программы является сохранение и укрепление здоровья детей, формирование основ здоровьесберегающего сознания, направленного на понимание единства физического и духовного, посредством сотрудничества воспитателей с педагогом-психологом, учителем-логопедом, медицинской сестрой, инструктором по ФК, создания единого здоровьесберегающего пространства семьи и детского сада.

Реализация программы предусматривает решение следующих задач:

1. Создать условия, гарантирующие охрану и укрепление физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса, в том числе в двигательной деятельности.
2. Обеспечить организационно-педагогические, медико-социальные и материально-технические условия для оптимального психофизического развития детей, эмоционального благополучия, повышения их познавательной активности, функциональных и адаптивных возможностей в здоровьесберегающем пространстве детского сада № 376.
3. Формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия семьи и детского сада № 376 на основе реализации традиционных и инновационных форм оздоровления детей.