

ПРОГРАМА НА СТОЛИЧНА ОБЩИНА

„Четири годишни времена за здравето на нашите деца“

По последна статистика на СЗО децата в България под 5-годишна възраст са в топ 5 по затлъстяване в Европа. Основна причина за това е липсата на достатъчно движение или твърде краткото време, прекарано в игри на открито.

Ежедневният престой на открито укрепва детското здраве, подобрява терморегулационните механизми и увеличава устойчивостта на организма на различни по вид външни въздействия. Намалява 2-3 пъти честотата на заболяванията при децата.

За да боледува по-малко, детето трябва системно да се калява и да има достатъчна физическа активност. Игрите, разходките, туризма, целогодишно провеждани на открито са чудесен начин да стане това. Излагането на слънце дори за няколко минути на ден, доставя на организма витамин D, повишава имунната защита и подобрява цялостно здравето.

Желанието ни е по посока равнатието на по-здрави физически и емоционално деца във всяка детска градина, изграждане на позитивен организационен климат, утвърждаване на позитивна дисциплина и развиване на училищна общност. Чрез планираните дейности на открито всеки ден ще се гарантира достигане до детето, подкрепа в ученето, научаването, участието и разгръщането на неговия потенциал, както и укрепване на неговото здраве и емоционални връзки. Игрите навън са свързани с повече движение, отколкото тези в закрити помещения. Това помага на децата да укрепват своята мускулатура и има превантивно действие срещу гръбначни изкривявания.

Обучението и по-дълъг престой на открито на децата от най-ранна възраст е необходимост, която много държави са осъзнали преди десетилетия. Практика във всяка Европейска държава е ежедневното извеждане на децата на открито през всички сезони. Децата играят, учат и творят на открито, правят дълги разходки и туристически походи всеки ден, независимо от атмосферните условия, разбира се, в подходящо облекло, осигурено от родителите. В резултат на този ежедневен и целогодишен активен престой на чист въздух, децата са по-калени, по-жизнени и активни, и в същото време по-спокойни и съсредоточени в следващите учебни занимания и дейности.

Имайки предвид всичко това, Столична община разработи програма „Четири годишни времена за здравето на нашите деца”.

Основна цел:

Осъществяване на ежедневен престой и дейности на открито на децата от гореизброените детски градини.

Повишаване на познавателната, творческа и двигателна култура на децата от най-ранна детска възраст, чрез обучение и игри на открито.

Подцели :

1. Създаване на условия за изпълнение на открито на заложените по образователни направления ситуации.
2. Повишаване на физическата активност, опознаване на света, създаване на положителни емоции чрез екосъобразно поведение.
3. Приобщаване на родителите към дейностите на открито в детските градини.

Основни насоки :

1. Да се осигури на децата ежедневен престой на открито, по време на който се обучават, играят и спортуват.
2. Родителите осигуряват подходящо облекло за децата, според атмосферните условия.

Исключение по т. 1. се допуска при следните метеорологични условия:

- Температура под - 5 градуса по Целзий
- Силен вятър
- Силен дъжд
- Мъгла
- Замърсен въздух

Ежедневният престой на децата навън ще повиши физическата и двигателна култура, ще превърне спорта и закаляването в осъзната и желана необходимост. Научни изследвания и разработки доказват ползата и благоприятното въздействие на спорта и игрите на открито върху детския организъм – повишаване на жизнения тонус, учестване на дишането, закаляването на различните физиологични системи и усъвършенстване на техните функции, активизиране на сърдечната дейност, учестване на пулса и подобряване на кръвообръщението, увеличаване подвижността на костноставния апарат, подобряване на мускулатурата и изграждането на правилна стойка, благотворно въздействие върху зрителния, слуховия и осезателния апарат, добро средство срещу умора и стрес.

Игрите на открито ще дадат възможност на децата сами да се организират за игра, да комуникират активно, да спазват игровите правила, да изграждат добри взаимоотношения, да преодоляват конфликти. В

игрите на открито ще се осъществява трансфер на знания. Чрез тях ще се моделират социални отношения между всички участници. Децата ще избират модели, които да следват. А възрастните ще бъдат партньори – водачи към по-голямата общност, в откривателството на интересите и постигането на целта – детето да се чувства свободно, значимо, щастливо, да играе на открито на воля всеки ден. Съвместните дейности с родителската общност ще повиши степента на доверие между родителите и институцията детска градина.

Провеждането на педагогическите взаимодействия на открито ще даде възможност на децата да развият нагледно-действеното и нагледно-образното мислене, ще се избегне модела на фронтална работа и ще се подобрят комуникативните им умения чрез работата им в екип. Всяко едно активно наблюдение на обект в естествената му среда е достатъчно условие за придобиване на трайни, приложими знания и компетентности, което е основната цел на образователния процес в детската градина.

Устойчивост на Програмата:

- Споделяне на опит от Програмата;
- Отчитане на въздействието на Програмата върху целевата група;
- Привличане на все по-голям кръг от родители, като активни партньори и доброволци в реализиране дейностите по програмата;
- Видимост за изпълнение и устойчивост на дейностите по тази програма чрез ежедневно отчитане на „Календар на здравето“. Учителката и медицинската сестра в групата отразява времевия интервал за престоя на децата на открито, което е достъпно на информационните табла на групите;
- Мониторинг на Програмата пред Столичен общински съвет.

Контролът по изпълнение на Програмата се възлага на заместник-кмета на Столична община - направление „Култура, образование, спорт и младежки дейности“.