

Дополнения в рабочую программу воспитания МАДОУ – детский сад компенсирующего вида № 569

Во исполнение письма Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 24.01.2025 № 02-01-82/904 «О включении в рабочие программы воспитания формирование принципов ведения здорового образа жизни» (приложение), во исполнение плана мероприятий по реализации Концепции сокращения потребления алкоголя в Российской Федерации на период до 2030 года и дальнейшую перспективу, утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от 07.12.2024 № 3610-р, рабочих программ воспитания, разрабатываемых и реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, на основании части 2 статьи 121 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», информации о принципах ведения здорового образа жизни и преимуществах ведения трезвого образа жизни в целях закрепления этих принципов у детей, подростков и молодежи.

Одним из важнейших фактором обеспечения безопасности и стабильности развития государства является состояние здоровья населения, прежде всего детей. Поэтому среди приоритетов в настоящее время важное место занимает формирование здорового образа жизни.

Основные факторы здорового образа жизни:

- отсутствие вредных привычек;
- полноценное и сбалансированное питание;
- физическая активность;
- регулярное осуществление профилактики и прохождение медицинских осмотров;
- режим дня;
- состояние окружающей среды.

Цели:

- Формирование у дошкольников осознанного отношения к своему здоровью как к ценности.
- Развитие навыков здорового образа жизни через физическую активность, правильное питание, личную гигиену и соблюдение режима дня.
- Создание условий для укрепления физического, психического и социального здоровья детей.
- Воспитание у детей потребности в здоровом образе жизни и ответственного отношения к своему организму.

Задачи:

1. Формирование знаний о здоровье и здоровом образе жизни:
 - Дать детям представление о том, что такое здоровье и почему его нужно беречь.
 - Объяснить важность правильного питания, физической активности, сна и личной гигиены.
 - Познакомить с простыми правилами профилактики заболеваний (мытьё рук, закаливание, прогулки на свежем воздухе).
2. Развитие физической активности:
 - Прививать интерес к физической культуре и спорту через игры, упражнения и спортивные мероприятия.

- Развивать основные физические качества (ловкость, выносливость, координацию, силу).
 - Формировать привычку к ежедневной утренней гимнастике и активному отдыху.
3. Приобщение к правильному питанию:
- Учить детей выбирать полезные продукты и объяснять их значение для здоровья.
 - Формировать понимание вреда чрезмерного употребления сладостей, фастфуда и газированных напитков.
 - Воспитывать культуру питания (регулярность, умеренность, аккуратность).
4. Формирование навыков личной гигиены:
- Прививать привычку соблюдать правила личной гигиены (мытьё рук, чистка зубов, уход за телом).
 - Объяснять важность поддержания чистоты в быту (уборка комнаты, уход за одеждой и обувью).
 - Учить детей самостоятельно следить за своим внешним видом.
5. Соблюдение режима дня:
- Формировать понимание важности режима дня для здоровья и хорошего самочувствия.
 - Учить детей планировать своё время (чередование активности и отдыха).
 - Прививать привычку ложиться спать и вставать в одно и то же время.
6. Воспитание эмоционального благополучия:
- Учить детей справляться с негативными эмоциями и стрессом.
 - Развивать навыки общения, дружбы и взаимопомощи.
 - Формировать положительное отношение к себе и окружающим.
7. Профилактика вредных привычек:
- Дать детям представление о вреде курения, алкоголя и других вредных привычек.
 - Формировать осознанное отношение к своему здоровью и окружающей среде.

План мероприятий по формированию принципов ведения здорового образа жизни у обучающихся

Возрастная группа	Мероприятия	Цели
Младшая группа (2–3 года)	1. Утренняя гимнастика с элементами игры.	Приобщение к физической активности, развитие координации.
	2. Игры с мячом (катание, бросание).	Развитие мелкой и крупной моторики.
	3. Беседы о пользе мытья рук.	Формирование навыков личной гигиены.
	4. Прогулки с подвижными играми.	Укрепление здоровья, развитие активности.
Средняя группа (4–5 лет)	1. Зарядка с использованием стихов и песен.	Развитие интереса к физической культуре.
	2. Беседы о пользе овощей и	Формирование представлений

Возрастная группа	Мероприятия	Цели
	фруктов.	о здоровом питании.
	3. Игры-эстафеты ("Пройди через препятствия", "Передай мяч").	Развитие ловкости, командного духа.
	4. Занятия по теме "Как беречь зубы".	Привитие навыков ухода за полостью рта.
Старшая группа (5–6 лет)	1. Спортивные праздники ("День здоровья", "Весёлые старты").	Укрепление физического здоровья, развитие спортивного духа.
	2. Беседы о режиме дня и его важности.	Формирование понимания необходимости режима.
	3. Творческие занятия (рисование, аппликация на тему "Здоровье").	Закрепление знаний о здоровом образе жизни через творчество.
	4. Экскурсии в парк, спортивные мероприятия на свежем воздухе.	Воспитание любви к природе и активному образу жизни.
	5. Проектная деятельность (например, "Почему нужно заниматься спортом?").	Развитие исследовательских навыков, углубление знаний о здоровье.
Подготовительная группа (6–7 лет)	1. Спортивные соревнования между группами.	Развитие командного духа, укрепление физической подготовки.
	2. Беседы о вреде вредных привычек (курение, неправильное питание).	Формирование негативного отношения к вредным привычкам.
	3. Занятия по оказанию первой помощи (в простой форме).	Обучение базовым навыкам самопомощи и помощи другим.
	4. Тематические викторины ("Что такое здоровье?").	Закрепление знаний о здоровом образе жизни.
	5. Совместные мероприятия с родителями (спортивные игры, мастер-классы).	Привлечение родителей к формированию здорового образа жизни у детей.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 454134806024145915483320249861407208698181236599

Владелец Чеканова Елена Станиславовна

Действителен с 14.08.2024 по 14.08.2025