

## ***ПРОГРАМА НА ОБЩИНА БУРГАС***

### ***„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 равитието 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, Община Бургас разработи програма „Четири годишни времена за здравето на нашите деца”.

**Целева група на програмата:**

Деца в яслени и градински групи, родители, персонал на детските градини.

**Основна цел:**

Извеждане ежедневно на открито на всички деца от яслени и градински групи в детските заведения.

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

**Подцели :**

1. Създаване на условия за изпълнение на заложените в учебните планове ситуации, чрез изнасянето им на открито.
2. Задоволяване потребността на детето от двигателна активност, от положителни емоции, от познаване на света около него и себеутвърждаване.
3. Приобщаване на родителите към активен начин на живот.

**Основни насоки :**

1. Да се осигури на децата ежедневен престой на открито, по време на който се обучават, играят и спортуват, с изключение на следните метеорологични условия:
  - Температура под 0 градуса по Целзий
  - Силен вятър
  - Дъжд
  - Мъгла
  - Замърсен въздух
2. Ежедневният престой на открито да се осъществява в следния часови интервал:
  - Във всеки подходящ момент, съобразно дневният режим на групата

*Пример:*

  - Сутрин от 10:00 до 12:00 часа
  - Следобед след 16:00 часа
  - По преценка на учителя, децата могат да бъдат извеждани и извън детската градина за наблюдение на обекти от природната и социална среда, разходки и туризъм.
3. Родителите осигуряват подходящо облекло за децата, според атмосферните условия.

## **Дейности:**

- 1. Планиране и провеждане на задължително регламентирани и нерегламентирани ситуации по различните образователни направления на открито.*

Съгласно действащата нормативна уредба ученето в ранна детска възраст е под формата на игра, която е основна дейност в детската градина. Извеждането на образователния процес на открито подобрява успеваемостта при възприемане на учебния материал, защото се опира на учене чрез преживяване и действие, така важно за развитието на всички психични процеси у децата. Интегрирайки различните образователни направления учителят помага на децата да изградят по-пълна и точна представа за света около тях.

Безспорно ситуацията в направление „Околен свят“ биха били много по-ползотворни и близки до детето, когато то има възможност да е пряк наблюдател и откривател.

Това важи в пълна сила и за всички останали образователни направления – Математика, Български език, Изобразително изкуство, Музика.

Безценна е възможността на децата да развиват и обогатяват своите математически познания сред природата - да откриват и сравняват по форма и големина природни обекти; да сравняват количества на обектите от един вид; да се ориентират в пространството, откривайки конкретни природни обекти; да разпознават частите на денонощието директно в природата и редица други задачи.

Директният контакт с природата дава възможност за развитие на свързаната реч. Съставянето на кратки описателни разкази, възприемане на художествен текст, заучаване на стихотворение в природна среда е за предпочитане пред наблюдението на картинен материал в детската група. Непосредственият контакт с природата развива и обогатява активния и пасивния речник на децата. Разказите по лични преживявания от непосредственото общуване със заобикалящия свят са богати и емоционално наситени.

Изобразителните дейности и музиката в естествена среда биха разгърнали детското въображение, творчество и емоционална интелигентност.

Изнасянето на всяка от образователните ситуации на открито ще даде възможност на децата да развиват 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.

Посредством всяка активност на открито ще се даде възможност на децата да откриват и създават правила за съвместна дейност. Така опирайки се на отборност, екипност, позитивна среда, ще се ограничат и изключат проявите на „детска агресия“.

## *2. Спорт на открито*

Престоят 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, закаляване на различните физиологични системи и усъвършенстване на техните функции, активизиране на сърдечната дейност, учестване на пулса и подобряване на кръвообръщението; увеличава се подвижността на костно-ставния апарат, подобряване на мускулатурата и изграждането на правилна стойка, благотворно въздействие върху зрителния, слуховия и осезателния сензори, добро средство срещу умора и стрес.

Спортът на открито ще способства за:

- Развитие и обогатяване на моториката на детето и формиране на двигателни умения и навици за изпълнение на елементи от спортове, съобразени с възрастта и възможностите му.
- Повишаване на физическата дееспособност.
- Обогатяване на игровата двигателна дейност и подпомагане на детето за приспособяване и прилагане на овладени основни движения в конкретни и опростени двигателни задачи.
- Създаване на условия за изпълнение на заложените в учебната програма ситуации.
- Стимулиране на развитието на психомоториката, общата активност, двигателната усетливост, подобряване на психическото развитие и състоянието на централната нервна система.
- Достъпност за различни възрастови групи и с различни възможности.

- Комплексно физиологично въздействие върху организма на децата.
- Изменчивостта на ситуациите - промяната на позиции в пространството, времето и отношенията по време на игрите са ценно средство за развиване на познавателните и психични процеси.
- Здравен ефект в съчетание с допълнителните средства на физическото възпитание.

### *3. Игри на открито*

Игрите на открито ще дават 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. В това се заключава основната им функция и значение за развитието на личността на детето по посока на:

- Нравственото развитие – дисциплинираност и организираност;
- Естетическото развитие – близостта на играта до изкуствата създава възможност да се използва и за естетическо възпитание. Чувствата на детето, свързани с инициативност и творчество са близки до естетическите чувства;
- Физическото развитие – децата усвояват двигателен опит. В играта се създават условия за развитието и усъвършенстването на разнообразни движения. Децата овладяват физически качества;
- Психическото развитие – в играта се формират различни психически процеси като мислене, памет, внимание, воля. Създават се предпоставки за диференциране на различните видове дейности. В нея се извършват различни новообразувания и настъпват качествени изменения в детската личност;

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.

В дългосрочен план програмата предвижда:

- Споделяне на добър опит. Създаване на банка с ресурси;
- Отчитане на въздействието на програмата върху подрастващото поколение;

- 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;
- Интеграция с Програмата „Да бъдем заедно“ за гарантиране устойчивост на дейностите.

Община Бургас дава възможност на всяка детска градина, според своето разположение и специфични особености, да разшири и допълни тази програма.