

Детска градина – „Делфинче „ гр. Св. Влас
8256 ул.„Гоце Делчев“ №1 тел./факс 0554 68 226 email: odz_delfinche@abv.bg
Булстат: 000048842 Директор: GSM - 0893 303 781



УТВЪРЖДАВАМ:
Сузана Г. Говедарска

Заповед №1828-003 / 15.09.2017г.

МОДЕЛ ЗА ПРЕВЕНЦИЯ И ОБУЧЕНИЕ
НА ДЕЦАТА
по най-важните рискови фактори
ЗА ЗДРАВЕ



Целта на МОДЕЛА е подобряване на здравето, двигателната активност, превенция на ранна употреба на алкохол и тютюнопушене. Развитието на децата от 1 до 7-годишна възраст в ДГ-„Делфинче“ и намаляване на риска от хронични заболявания, чрез подобряване на храненето и физическата им активност. Развитие и утвърждаване на положителните промени в храненето, осигурявано от детската градина,

*подобряване на материално- техническата база и условията за организирано хранене на децата,

*подобряване на информираността и обучение на децата в ДГ за принципите на здравословно хранене и физическа активност,

*формиране на знания и нагласи сред родителите и цялата общественост за подобряване на храненето и физическата активност на децата

*подобряване на условията за физическа активност и спорт в ДГ. 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.

Законът за здравето регламентира извършването на профилактични дейности с цел опазване на здравето на населението. Във връзка с това Министерството на здравеопазването

е разработило Национална здравна стратегия 2020, която е приета от Министерски съвет и се прилага от здравните специалисти с цел подобряване здравето на населението в страната. Дейностите по информиране на населението са заложили и в Националната програма за превенция на хроничните незаразни болести 2014-2020 г., приета с Решение № 538 на Министерския съвет от 2013 г.

Посочената нормативна база , стои в основата на настоящия Модел за превенция и обучение на децата за здраве.

Здравното възпитание е част от гражданското образование. Изградените в детството здравни стереотипи ще останат като здравни навици и стил на живот.

Проучванията сочат още, че днешното дете овладява вредни навици свързани с урбанизацията на съвременната среда /нерационално хранене, перманентно действащия стрес, екологично замърсената среда, хиподинамия/ още от най –ранна възраст.

Различни науки изучават здравето на хората. Валеологията не е поредната наука имаща за обект на изследване човешкото здраве, тя обосновава по нов начин проблема за здравословен живот част, от който е здравословното хранене.

Актуалността на проблема за здравното хранене на детето, като част от подготовката му за училище се определя от многото и различни причини. Валеологията [“valeo” – бъди здрав, “ logos” - наука] е сравнително млада наука. Според И.И. Брекман тя е комплексна наука за здравето и здравия човек, защото изучава физическите и психическите възможности на човека, както и закономерностите в развитието им, начините за тяхното усъвършенстване. Крайната цел е укрепването на физическото, психическото и нравственото здраве.

Предмет на валеологията е сферата на човешкото здраве. Основни проблеми на проучване са: здравето като биосоциална категория; механизми за опазване на здравето; методи за оценка на индивидуалното здраве; практически способности за съхраняване и укрепване на здравето.

Обект на изучаване е здравия човек, а целта ѝ е да формира модели и технологии за съхранение и укрепване на здравето чрез научнообосновани теоретични знания и свързаните с тях практически умения. Валеологията се разглежда като метанаучна теория и практика на здравето.

Подходите за научно обосноваване на здравното възпитание са:

- ✓ *Валеологичният подход* – при създаване и прилагане на система за здравно възпитание /здравословно хранене/ на децата от предучилищна възраст;
- ✓ *Човекосъобразния подход* – човекът се явява събирателен образ на общочовешките възможности и достижения;
- ✓ *Личностен подход* – обединяването на свободата, любовта и опита в полза на хуманистичното възпитание на детето;
- ✓ *Ситуационен подход* – да моделира или използва естествено възникнали ситуации и чрез подходящи техники да ги прилага във възпитателната практика;
- ✓ *Екологичният подход* – методическа основа за преосмисляне на антропоцентризма и възприемане на новата парадигма био/еко/центризма – осмислящ по нов начин взаимодействието на човека с природата.

✓

1. Същност и цел на здравното образование:

Развиване на умения за създаване или поддържане на здравословен стил и условия на живот и за доброволното адаптиране към поведение, благоприятстващо здравето.

2. Основни задачи:

- Формиране на основни понятия, свързани с основните жизнени процеси: хранене, движение, растеж;
- Да се усвои система от правила и изисквания за здравословен начин на живот и екологично поведение;
- Да се усвоят практически умения за приложение на усвоените знания в различни ситуации;

3. Очаквани резултати:

- ✓ Прилага правила за лична хигиена и осъзнава последиците от неспазването им върху човешкия организъм;
- ✓ Има познания за значението на пълноценното хранене за здравето на човека и изброява причини, които влияят неблагоприятно върху човешкия организъм;
- ✓ Оценява отговорността за своите постъпки и поведение при рискови за здравето ситуации;
- ✓ Разбира вредата от тютюнопушенето и замърсеността на въздуха;
- ✓ Назовава по-важни замърсители на околната среда /почва, вода, въздух/ и вредното им действие върху човешкия организъм;
- ✓ Оценява необходимостта от спазване на хигиена за нормално функциониране на човешкия организъм.

4. Модули за реализиране на здравното образование в детската градина:

Модул: Работа с деца.

Област на компетентност: *психично здраве и личностно развитие.*

Очаквани резултати:

- ✓ Осъзнава собствената си ценност и уникалност и тази на другите хора;
- ✓ Умее да открива и описва прилики и разлики с другите хора.

1. Тема: „Аз и моят свят“:

- Формиране на представа за собственото „Аз“;
- „Какво мога да правя най – добре?“;
- „С какво не се справям защото...“
- „Колко всички си приличаме и колко сме различни!“

2. Тема: „Аз и другите“:

- „Създаване на правила за съвместен живот в групата“;
- „Хубаво ли е да си различен?“;
- „Приятели и врагове. Сътрудничество, уважение и разбирателство“.

Област на компетентност: лична хигиена и хранене.

Очаквани резултати:

- ✓ Демонстрира основни хигиенни навици и прилага система от правила за лична хигиена;
- ✓ Разбира значението на хигиенните навици за здравето;
- ✓ Познава и описва хигиенни навици за поддържане на здравето на зъбите и устната кухина;
- ✓ Обяснява значението на храната като източник на енергия за ежедневното функциониране, порастването и развитието. Има представа за полезни и вредни храни;
- ✓ Спазва здравословен режим на хранене.

1. Тема: „Екология и здраве“:

- „Лична хигиена, чистота и здраве – правилата, които са задължителни“;
- „Необходимост от спазване на дневен режим“;
- „Как да се храним и живеем здравословно?“;
- „Хигиена на устната кухина“;
- „Вредата от телевизията и компютъра“.

2. Тема: „Екология и здраве – отговорност за себе си“:

- „За чиста детска градина“ – разделно събиране на отпадъци;
- „Да засадим дръвче“;
- „Полезни и вредни храни“;
- „Разрушаване на околната среда и последици за човека“.

Област на компетентност: Физическо развитие и дееспособност.

Очаквани резултати:

- ✓ Назовава основни части на човешкото тяло;
- ✓ Показва положително отношение към развиване на двигателни качества, сила и издръжливост.

1. Тема: „Спорт“:

- „Защо децата трябва да спортуват?“;
- „Кой спорт е най-здравословен за децата?“;
- „Здрав дух, здраво тяло“;
- „Спорът – здраве и красота“.

2. Тема: „Туризм“:

- „Най – красивите места в България, които трябва да посетим“;
- „Повече време за спорт и туризъм, а не пред телевизора“.

Област на компетентност: превенция на употребата на психоактивни вещества.

Очаквани резултати:

- ✓ Познава и назовава предмети и вещества забранени за деца.

1. Тема: „Младите хора и зависимостите – как да съхраним живота и здравето“:

- „Вредата от тютюнопушенето и алкохола“;
- „Опасни предмети и вещества – кибрит, запалки, лекарства и др.

Област на компетентност: *безопасност и първа помощ.*

Очаквани резултати:

- ✓ Назовава нещата /предмети, дейности, поведения/, които са опасни в обкръжаващата среда;
- ✓ Умее да търси и намира помощ, когато има нужда от нея.

1. Тема: „Защита на живота и реакции в критични ситуации“.

- „Формиране на чувство за отговорност за собственото здраве и сигурност“;
- „Нашето здраве е в нашите ръце“;
- „Оказване на първа помощ“;
- „Причини за конфликтите. Принципи и техники на ненасилие“;
- „Вредата от агресивното поведение“.

Област на компетентност: *сексуално здраве и сексуално преносими инфекции.*

Очаквани резултати:

- ✓ Има положително отношение към собственото си тяло;
- ✓ Има представа за своя пол;
- ✓ Има елементарни представи за разликите между половете.

1. Тема: „Аз и моето тяло“

- „Аз съм момиче, а ти си момче – междуполово разбирателство“;
- „Хигиената на човешкото тяло“.

Модул: Работа със семейството:

Очаквани резултати:

- ✓ Формиране на активна родителска позиция;
- ✓ Повишаване компетентността на родителите по въпросите на здравното образование;
- ✓ Активно включване на родителите в различни мероприятия.

Форми на работа:

- Родителски срещи;
- Беседи;
- Практикуми;

- Анкети;
- Инструктажи;
- Ден на отворените врати;
- Дискусии;
- Консултации;
- Празници и развлечения;
- Изложби;
- Конкурси;
- Спортен празник.
- Йога
- Футбол

Модул: Работа с институции:

Форми на работа:

- Беседи с представители от различни институции – РЗИ;
- Посещение в здравно заведение, /кабинета на медицинската сестра в ДГ/;
- Профилактични прегледи на децата от общопрактикуващ лекар и зъболекар;
- Театрални постановки със здравна тематика.