Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №17 «Сказка»»
городского округа город Шарья Костромской области

УТВЕРЖДЕНА
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №17 Сказка»»
С.Т. Смирнова
Приказ №116 от«19» ноября 2015 г.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад №17 «Сказка»» городского округа город Шарья Костромской области

2015 год

СОДЕРЖАНИЕ

Наименование		Стр.
I.	**ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ……**	**3**
1.1.	**Пояснительная записка…….**	**3**
1.2.	**Нормативно – правовая основа Программы……**	**4**
1.3.	**Цели и задачи программы…….……..**	**5**
1.4.	**Принципы Программы……..……**	**6**
1.5.	**Планируемые результаты……..……..**	**7**
II.	**СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ……..……**	**8**
2.1.	**Мероприятия по реализации Программы…….……**	**8**
2.2.	**Формы работы с детьми…….……**	**12**
2.3.	**Примерный план досугов и развлечений на учебный год……..……**	**13**
2.4.	**Просветительская и мотивационная работа……**	**13**
III.	**ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**	**16**
3.1.	**Здоровьесберегающая инфраструктура Учреждения……**	**16**
3.2.	**Рациональная организация образовательной деятельности……**	**19**
3.3.	**Эффективная организация физкультурно -оздоровительной работы.**	**21**
3.4.	**Реализация дополнительного образования…….……**	**24**

1.Целевой раздел.

1.1.Пояснительная записка.

Программа формирования культуры здоровья и безопасного образа жизни «Быть здоровым – это здорово!» (далее – Программа) муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 17 «Сказка» городского округа город Шарья Костромской области (далее – Учреждение) представляет собой комплексную программу формирования у детей дошкольного возраста знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья, как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию каждого ребёнка, достижению планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования. В современных условиях модернизации дошкольного образования большое значение необходимо придавать состоянию здоровья детей дошкольного возраста, а потому воспитателю особое внимание следует обращать на формирование у дошкольников ценностного отношения к собственному здоровью. Для этого надо не только говорить о значении здоровья для человека, но и вносить в повседневную жизнь детей элементы ценностного отношения к здоровью, прививать дошкольникам полезные привычки и навыки. Другими словами, воспитатель всеми доступными средствами способствует формированию у детей дошкольного возраста культуры здоровья.

Состояние здоровья ребёнка при поступлении в детский сад – это своего рода стартовая позиция, которая определяет успешность ребенка не только на первом году посещения детского сада, но и всего периода дошкольного образования. Низкий уровень здоровья поступающих в детский сад детей не только отрицательно влияет на процесс их адаптации к новым условиям, но и становится причиной дальнейшего ухудшения их здоровья.

Здоровьесберегающие технологии ориентированы на обеспечение психического, физического и нравственного здоровья воспитанников, требуют соблюдения всех гигиенических норм в подборе мебели и оборудования, соблюдения светового и температурного режима, рациональной организации образовательной деятельности. Безопасный образ жизни предполагает исключение воздействия неблагоприятных факторов на физическое и психическое состояние дошкольника, а использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе способствует предотвращению усталости и утомляемости дошкольников, повышению у них мотивации к игровой, творческой, трудовой, познавательной, исследовательской, двигательной деятельности и приросту достижений в каждом виде деятельности.Программа сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей дошкольного возраста:

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- чувствительность к воздействиям при одновременной к ним инертности по своей природе, обусловливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагополучных популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков и всего населения страны в целом;
- активно формируемые комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- особенности отношения воспитанников к своему здоровью, существенно отличающиеся от таковых у взрослых, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни главным образом как ограничения свободы (необходимость лежать в постели, болезненные уколы), неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью, что обусловливает, в свою очередь, невосприятие ребёнком деятельности, связанной с укреплением здоровья и профилактикой его нарушений, как актуальной и значимой.

Наиболее эффективным путём формирования ценности здоровья и здорового образа жизни является направляемая и организуемая воспитателем, психологом, родителями самостоятельная работа, способствующая активной и успешной социализации ребёнка в детском саду, развивающая способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной

организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены. При выборе стратегии воспитания культуры здоровья в дошкольном возрасте учитывается зона актуального развития, так как формирование ценности здоровья и здорового образа жизни — необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы образовательного учреждения, требующий соответствующей здоровьесберегающей организации всей жизни детского сада, включая её инфраструктуру, создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной работы, рационального питания. Одним из компонентов формирования ценности здоровья и здорового образа жизни является просветительская работа с родителями (законными представителями) воспитанников, привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе с детьми, к разработке программы формирования ценности здоровья и здорового образа жизни. Разработка Программы формирования ценности здоровья и здорового образа жизни, а также организация всей работы по её реализации строится на основе научной обоснованности, последовательности, возрастной и социокультурной адекватности, информационной безопасности и практической целесообразности.

1.2.Нормативно-правовая основа Программы.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы являются:

1. Конституция Российской Федерации;
2. Закон РФ от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ», от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ;
4. Приказ Минобрнауки России от 17 октября 2013 года № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования";
5. Приказ Минобрнауки России от 30 августа 2013 года № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
6. Инструктивно-методическое письмо от 14 марта 2000г. № 65/23-16 "О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения".
7. Письмо Министерства образования России «О нарушениях требований законодательства РФ в области охраны жизни и здоровья обучающихся и воспитанников» от 01.07.2002 № 03-51-98 ин/23-03;
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций";
9. Постановление Администрации Костромской области от 26.12.2013 N 584-а"Об утверждении государственной программы Костромской области "Развитие образования Костромской области на 2014-2020 годы";
10. Устав МБДОУ детский сад № 17 «Сказка» городского округа город Шарья Костромской области.

1.3. Цели и задачи Программы.

Цель программы:создать благоприятные условия, обеспечивающие возможность сохранения здоровья детей дошкольного возраста, сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни (ЗОЖ) и использованию полученных знаний на практике.

Задачи программы:

- ✓ сформировать у детей представление о позитивных факторах, влияющих на их здоровье;

- ✓ научить детей делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- ✓ научить детей выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- ✓ сформировать у детей представления о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- ✓ сформировать у детей представление о рациональной организации режима дня, занятий и отдыха, двигательной активности, научить составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- ✓ дать детям представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.);
- ✓ дать детям представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач;
- ✓ обучить детей элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- ✓ сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- ✓ сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- ✓ сформировать у детей потребность безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья;
- ✓ организовать просветительскую работу с родителями по вопросам приобщения детей к здоровому образу жизни, о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- ✓ вовлекать родителей воспитанников в совместную работу по привитию необходимых практических навыков и умений здорового образа жизни;
- ✓ сформировать у детей и их родителей ответственного отношения к здоровому образу жизни, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, воспитание полезных привычек и пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье.

1.4. Принципы Программы.

В основу Программы положены принципы:

1. Принцип актуальности отражает насущные проблемы, связанные со здоровьем детей, гигиеническими, культурными, социальными нормами и ценностями; обеспечивает знакомство воспитанников с наиболее важной гигиенической информацией.

2. Принцип доступности, в соответствии с которым предлагается оптимальный для усвоения объем информации, предполагающий сочетание изложения гигиенической информации теоретического характера с примерами и демонстрациями, что улучшает его восприятие. Принцип предусматривает использование ситуационных задач с необходимостью выбора и принятия решения, ролевых игр, информационного поиска, рисования, моделирования драматических сцен.

3. Принцип положительного ориентирования. В соответствии с этим принципом уделяется значительное внимание позитивным, с точки зрения здоровья, стилям жизни, их благотворному влиянию на здоровье. Реализация данного принципа - показ положительных примеров. Это более эффективно, чем показ отрицательных последствий негативного в отношении здоровья и поведения.

4. Принцип последовательности предусматривает выделение основных этапов и блоков, а также их логическую преемственность в процессе осуществления содержания Программы.

5. Принцип системности позволяет усвоить знания, имеющие отношения к здоровью, в виде целостной системы.

6. Принцип сознательности и активности направлен на повышение активности воспитанников в вопросах здоровья, что возможно только при осознании ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих. Этот принцип выступает в качестве основополагающего для изучения форм поведения и стилей жизни.

1.5. Планируемые результаты.

Показатели успешной реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни:

- ✓ создание личностно-ориентированной системы смыслов воспитанников, отношение к здоровью, как основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
- ✓ стабильно высокие результаты выполнения детьми образовательной Программы (целевые ориентиры), наличие положительной динамики мониторинга здоровья;
- ✓ 100% выполнение требований Сан ПиН;
- ✓ посещение спортивных секций не менее 80% дошкольников;
- ✓ уменьшение количества поведенческих рисков, опасных для здоровья;
- ✓ степень удовлетворенности всех участников образовательного процесса комплексностью и системностью работы коллектива Учреждения по сохранению и укреплению здоровья;
- ✓ наличие положительных результатов созданной системы по формированию ценностных установок и жизненных приоритетов на здоровье, здоровый образ жизни и самореализацию у всех участников образовательного процесса;
- ✓ наличие здоровьесберегающей предметно-пространственной среды;
- ✓ отсутствие перегрузок, расписание учебных занятий в соответствии с требованиями Сан ПиН (выполнение санитарно-гигиенических нормативов, использование здоровьесберегающих технологий в педагогическом процессе, отсутствие воздействий неблагоприятных для здоровья детей факторов (экологически чистая вода, воздушно – тепловой режим и т.д.);
- ✓ повышение уровня компетентности педагогического коллектива по использованию здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;
- ✓ высокий уровень мотивации воспитанников к занятиям физической культурой и участию в спортивных мероприятиях;
- ✓ положительная динамика участия в массовых спортивных акциях и соревнованиях;
- ✓ активное взаимодействие Учреждения с родителями и социальными партнерами по вопросам укрепления и сохранения здоровья.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.

2.1. **Мероприятия по реализации Программы.**

№	Наименование мероприятия	Сроки исполнения	Ответственные
I. Подготовка педагогических кадров			
1.	Участие в городском педагогическом объединении инструкторов по физической культуре, городском проблемном семинаре по социально – коммуникативному развитию детей дошкольного возраста	По мере проведения	Воспитатели
2.	Обучение на курсах повышения квалификации	По заказу на обучение и плану курсов КОИРО	Воспитатель по ФК
3.	Оказание методической помощи при разработке и проведении мероприятий, связанных с пропагандой	В течение года	Старший воспитатель

	ЗОЖ.		Фельдшер
II. Развитие материально-технической базы здоровьесберегающей образовательной среды			
1.	Составление акта о приемке образовательного учреждения	Август	Заведующий Учреждения
2.	Приобретение учебного, методического, спортивного оборудования и технологического оборудования для пищеблока.	В течение года	Заведующий Учреждения Начальник ХО Старший воспитатель
III. Рациональная организация совместной и самостоятельной деятельности воспитанников			
1.	Составление расписания занятий, учебного плана.	Сентябрь	Старший воспитатель
2.	Проведение мероприятий по соблюдению санитарно-гигиенических норм и правил, изучению ПДД, ТБ, ОБЖ	1 раз в квартал	Все педагоги
3.	Реализация индивидуальных образовательных программ для детей с ограниченными возможностями здоровья	В течение года	Все педагоги
IV. Воспитание культуры здоровья участников образовательного процесса			
1.	Приобретение познаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья (в ходе занятий физической культурой, бесед, просмотра учебных фильмов, в системе дополнительного образования, включая встречи со спортсменами, тренерами, представителями профессий, предъявляющих высокие требования к здоровью)	В течение года	Старший воспитатель Воспитатели
2.	Преемственность со школой по вопросам, связанных с воспитанием культуры здоровья.	В течение года	Старший воспитатель Воспитатели подготовительной к школе группы
3.	Просветительская работа с родителями (лекции, беседы, индивидуальные консультации и т.п.)	В течение года	Воспитатели Фельдшер
V. Создание условий для обеспечения безопасного здоровьесберегающего процесса			
1.	Соблюдение санитарно-гигиенических требований, санитарно-гигиенического состояния во всех помещения согласно санитарным правилам и нормам действующих СанПиН.	В течение года	Все сотрудники Учреждения

2.	Обеспечение постоянного контроля состояния помещений Учреждения, исправность электрических розеток, наличие аптечек, инструкции и журналов по охране труда	В течение года	Заведующий Начальник ХО
3.	Проведение занятий с детьми, педагогическими, техническими работниками и другим обслуживающим персоналом по изучению правил обеспечения безопасности; проведение тренингов по действиям в чрезвычайных ситуациях	В течение года	Заведующий Старший воспитатель Воспитатели
4.	Отработка действий коллектива детского сада в чрезвычайных ситуациях	Ежегодно	Заведующий
VI. Развитие физической и двигательной активности воспитанников.			
1.	Проведение динамических пауз для предупреждения преждевременного умственного утомления и профилактики нарушений зрения, осанки и возникновения застойных явлений в кровообращении и дыхании	Ежедневно	Воспитатели Музыкальный руководитель
2.	Мониторинг уровня и состояния здоровья для выявления детей групп риска	ежеквартально	Фельдшер
3.	Дополнительное образование	В течение года	Все педагоги
VII.Использование воспитательного потенциала совместной и самостоятельной деятельности воспитанников			
1.	Планирование работы по формированию здоровьесберегающей среды в детском саду в соответствии с требованиями ФГОС ДО	При планировании работы на год	Заведующий Старший воспитатель
2.	Ведение пропаганды ЗОЖ среди детей и родителей.	В течение года	Воспитатели Фельдшер
VIII. Организация работы с родительской общественностью			
1.	Организация информационной поддержки родителей через систему родительского всеобуча	В течение года	Заведующий Старший воспитатель Воспитатели
2.	Индивидуальные консультации	В течение года	Воспитатели
3.	Организация совместной работы педагогов и родителей по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, походов, экскурсий	В течение года	Все педагоги
4.	Выставки научно-методической литературы по здоровьесбережению, профилактике заболеваний, вредных привычек, безопасности детей	По мере необходимости	Старший воспитатель

IX. Организация совместной деятельности с внешней социокультурной средой			
1.	Совместная деятельность с различными учреждениями внешней социокультурной среды, заинтересованными в пропаганде ЗОЖ и профилактике табакокурения и ПАВ.	При планировании работы на год	Заведующий Старший воспитатель
X. Традиционные мероприятия по формированию культуры безопасного здорового образа жизни			
1.	Ежедневные мероприятия: физкультминутки, физкультурные упражнения и подвижные игры	Ежедневно	Воспитатели
2.	Непосредственно образовательная деятельность по ФК	Три раза в неделю	Воспитатель по ФК
3.	Организация условий для самостоятельной двигательной деятельности детей	Ежедневно	Воспитатели
4.	Дни здоровья	В течение года	Воспитатель по ФК
5.	Мама, папа, я – спортивная семья!	В течение года	Воспитатель по ФК
6.	Спортивные соревнования «Веселые старты»	В течение года	Воспитатель по ФК
7.	Спортивные игры, игры – эстафеты, катание на лыжах	В течение года	Воспитатель по ФК
8.	Совместная деятельность с детьми по профилактике ЗОЖ, ДДТТ.	В течение года	Воспитатели
9.	Неделя безопасности дорожного движения	Ежеквартально	Старший воспитатель Воспитатели
10.	Участие в городских спортивных мероприятиях	Май	Воспитатель по ФК

Примерное содержание Программы по возрастным группам.

Ступень образования	Содержательные линии
Младшая группа (3-4 года)	Овладение основными культурно – гигиеническими навыками, навыками самообслуживания, знаниями о том, какая польза от прогулок, зачем нужно быть здоровым. Соблюдение элементарных правил безопасности в помещении и в общении со сверстниками, при встрече с незнакомыми людьми и животными. Знание своего адреса, собственного имени, Ф.И.О. родителей.
Средняя группа (4-5 лет)	Понимание отношения к самому себе, к своему собственному здоровью; понимание того, зачем человеку нужен отдых, зачем нужен свежий

	воздух, о пользе витаминов, какие продукты полезны. Соблюдение элементарных правил личной безопасности в быту, природе, социуме. Знание основных частей тела и правил заботы о них (гигиена, самообслуживание, элементарный труд).
Старшая группа (5-6 лет)	Понимание «Мы за здоровый образ жизни», знание основ физиологических особенностей здоровья мальчиков и девочек, основных способов закаливания. Осознание понятий «спорт в моей жизни», «спорт в моей семье». Соблюдение правил безопасного поведения в быту, на природе, в социуме, на дороге, при пожаре. Понимание значения соблюдения правильного режима дня для здоровья.
Подготовительная к школе группа (6-7 лет)	Знание и соблюдение правил личной безопасности в быту, на природе, в социуме. Знание и приобретение навыков безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях (пожар, ураган и т.д.), на дороге, в лесу, на реке, в период весеннего паводка и т.п. Осознанное понимание значения правильного питания, соблюдения режима дня, прогулки для здоровья. Умение организовывать свой режим дня. Желание заботиться о своем здоровье. Знание особенностей организма (строение и функции), правил оказания первой медицинской помощи (обморожение, ушиб, ссадина, царапина и др.)

2.2. **Формы работы с детьми**

Непосредственно-образовательная деятельность	Совместная деятельность	Самостоятельная деятельность
• Физическая культура. 1. раза в неделю; в том числе на свежем воздухе	• Закаливающие процедуры. • Гигиенические процедуры. • Солнечные и воздушные ванны. • Проветривание помещения. • Дневной сон. • Профилактика ОРВИ и ОРЗ (по плану) • Совместная деятельность на свежем воздухе 1 раз в неделю Утренняя гимнастика • Гимнастика после сна; • Прогулка; • Двигательная активность на свежем воздухе; • Игры, спортивные упражнения; • Спортивные праздники, развлечения; • День здоровья;	Условия: • Оборудование для двигательной, игровой деятельности детей в помещениях и на прогулочных участках, • Спортивная площадка, • Центры двигательной активности в группах.

	• Неделя здоровья	

2.3. **Примерный план спортивных досугов и развлечений на учебный год.**

Месяц	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Сентябрь	В гостях у сказки	Веселый праздник	Веселая физкультура	Играем в сказку
Октябрь	За золотым ключиком в лес	Сказочное путешествие гномов	Путешествие в лес	Праздник зверей
Ноябрь	Проказы старухи Зимы	Птицы – веселые странники	День рождения бабушки Яги	Веселые старты
Декабрь	Зимушка-зима	Новогоднее приключение	Санный поезд	Мы мороза не боимся
Январь	Развеселая Матрешка	В гостях у Матрешки	Целебная сила цвета	Народные игры
Февраль	Праздник пап	Школа Мишки Топтыжки	Ай, да папы, ай, да сыночки!	Бравые солдаты
Март	Волшебные превращения	Любимый цирк	Путешествие по странам и континентам	Приключение на море
Апрель	Мой веселый звонкий мяч	Праздник зарядки	Юные космонавты	Юные космонавты
Май	Мы едем, едем, едем	Путешествие на лесную поляну	День яркого солнца	Праздник Африки

2.4. Просветительская и мотивационная работа.

Просветительская и мотивационная работа, ориентированная на здоровый образ жизни, направлена на формирование у детей дошкольного возраста представления о человеке как о главной ценности общества. Она формирует элементарные представления ребёнка о себе самом, о функциях своего собственного организма, детям даются начальные представления о здоровье, основных способах закаливания организма, о способах укрепления здоровья средствами физической культуры и спорта.

Основные направления просветительской и мотивационной работы

Направление деятельности	Задачи	Содержание
Санитарно-просветительская работа по формированию	1. Знакомство детей, родителей с основными понятиями – здоровье,	– Проведение дней здоровья, проведение мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, формированию

здорового образа жизни	здоровый образ жизни. 2. Формирование навыков здорового образа жизни, гигиены, правил личной безопасности. 3. Обеспечение условий для мотивации и стимулирования здорового образа жизни	навыков ЗОЖ, гигиены и личной безопасности; а также совместных мероприятий со школой.
Профилактическая деятельность	1. Обеспечение условий для ранней диагностики заболеваний, профилактики здоровья. 2. Создание условий, предотвращающих ухудшение состояние здоровья. 3. Обеспечение помощи детям, перенесшим заболевания, в адаптации к детскому саду. 4. Профилактика травматизма.	– Система мер по улучшению питания детей: режим и качество питания; разнообразие меню; пропаганда культуры питания в семье. – Система мер по улучшению санитарии и гигиены: генеральные уборки групповых помещений, кварцевание групп; соблюдение санитарно-гигиенических требований. – Система мер по предупреждению травматизма: оформление уголков по технике безопасности; проведение инструктажа с детьми. – Профилактика утомляемости: проведение подвижных игр в режиме дня; физкультминуток, оборудование зон отдыха.
Физкультурно-оздоровительная, спортивно-массовая работа	1. Укрепление здоровья детей средствами физической культуры и спорта. 2. Пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье. 3. Всемерное развитие и содействие детскому и взрослому спорту и туризму.	– Увеличение объёма и повышение качества оздоровительной и спортивно-массовой работы в Учреждении: организация подвижных игр; спортивных соревнований; спартакиады, дни здоровья, … – Привлечение к организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе с детьми тренеров ДЮСШОР, родителей.

Просветительская работа с родителями направлена на повышение компетентности родителей в вопросах здоровьесбережения и пропаганду семейных ценностей, семейного воспитания и здорового образа жизни.

Просветительская работа с родителями включает:

- привлечение к просветительской работе специалистов партнёрских организаций: детская поликлиника, детская библиотека, специалисты ЦДиК, инспекторы пожарной охраны и ГИБДД.
- проведение бесед, лекций, круглых столов, семинаров, консультации, курсов по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т. п.;

- приобретение для библиотеки методического кабинета необходимой научно-методической литературы;
- организация совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек, спортивно- оздоровительных праздников, туристических походов;
- привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований «Папа, мама, я – спортивная семья»;
- систематическое обновление сменного уголка здоровья «Азбука здоровья»;
- оформление страницы сайта Учреждения материалами по пропаганде здорового образа жизни.

Формы просветительской работы с родителями могут быть следующие: родительские собрания, родительские клубы, родительские конференции, дискуссии, практикумы, спортивные и досуговые мероприятия, походы и экскурсии.

Примерный план работы с родителями.

Месяц	Мероприятия
Сентябрь	Папка – передвижка «Влияние пальчиковой гимнастики на умственное развитие ребенка» Практикум «Подвижные игры».
Октябрь	Консультация «Профилактика плоскостопия» Папка – передвижка «Спортивный уголок дома»
Ноябрь	Информация «Расти здоровым, малыш!» о пользе ежедневных прогулок на свежем воздухе» Совместные досуги и развлечения, посвященные Дню матери. Консультация – практикум «Подвижные и малоподвижные игры»
Декабрь	Практикум «Упражнения для мышц туловища» Папка – передвижка «Время кататься на лыжах и санках!»
Январь	Выступление на родительском собрании «Приобщение детей дошкольного возраста к физической культуре и спорту»
Февраль	Рекомендации «Как правильно просыпаться» Совместный спортивный праздник «Мой папа самый, самый…»
Март	Родительское собрание «растим детей здоровыми, крепкими и жизнерадостными!» Совместный спортивный праздник «Мамочку люблю!»

Апрель	Памятка «Подвижные игры на прогулке. Поиграйте с детьми!» Консультация «Как заниматься спортом дома»
Май	Консультация «О летнем отдыхе детей» Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья»

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

3.1.**Здоровьесберегающая инфраструктура Учреждения.**

Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения включает:

- создание локальной нормативно – правовой базы по сохранению здоровья и обеспечению безопасности образовательного учреждения, обеспечивающей введение ФГОС ДО и реализацию государственной политики в сфере образования;
- сбор и анализ информации, отчёт, информационная презентация результатов, оценка и прогнозирование состояния безопасной здоровьесберегающей среды в Учреждении на последующий период;
- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной нагрузки детей дошкольного возраста;
- введение в работу образовательной программы дополнительного образования «Азбука пожарной безопасности»;

- соответствие состояния и содержания здания и помещений Учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья воспитанников
- наличие и необходимое оснащение помещений для питания воспитанников, а также для хранения и приготовления пищи;
- организацию качественного горячего питания детей, в том числе горячих завтраков;
- оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём;
- наличие помещений для медицинского персонала;
- наличие необходимого (в расчёте на количество воспитанников) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с воспитанниками (логопеды, воспитатели по физической культуре, психологи, медицинские работники);
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

В здании детского сада созданы необходимые условия для сбережения здоровья воспитанников. Все имеющиеся помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда воспитанников.

Инфраструктура Учреждения

№ п/п	Объект	Инфраструктура
1	Здание детского сада	Типовое, кирпичное, двухэтажное с центральным водоснабжением, канализацией, системой отопления, принудительной вентиляцией, рассчитанное на тринадцать групп. Оснащено пожарной сигнализацией, сигнализацией экстренного вызова полиции вневедомственной охраны, световым освещением запасных выходов и эвакуационным освещением.
2	Территория детского сада	Изолированные игровые участки каждой возрастной группы, спортивная площадка, огород. Вокруг здания асфальтная дорожка с разметкой для обучения детей правилам дорожного движения. На хозяйственной территории расположены: хозблок, два контейнера для ТБО.
3	Групповые помещения	Группы изолированные, имеют групповые, раздевальные, умывальные и туалетные помещения. Стационарные спальни. Дневной сон, питание, непосредственно образовательная деятельность, совместная деятельность взрослого и детей в ходе режимных моментов, праздники, досуги развлечения организуются в групповых комнатах. Бытовые условия в групповых помещениях и кабинетах соответствует современным требованиям – проведено горячее водоснабжение, заменена электропроводка и лампы искусственного освещения, своевременно проводится промывка системы отопления. Развивающая среда в группах для самостоятельной деятельности детей разделена на игровые центры с учетом возраста, интересов и полового различия детей.
4	Музыкальный зал	Проведение музыкальных занятий, праздничных мероприятий, утренников. Зал укомплектован необходимым музыкальным оборудованием, в т.ч. пианино, синтезатором, проектором, экраном, музыкальным центром, ноутбуком, колонками, микрофонами, детскими музыкальными инструментами, аккордеоном, баяном.
5	Физкультурный зал	Проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий, праздничных спортивных мероприятий. Зал укомплектован необходимым спортивным инвентарем, тренажерами для детей, детским спортивным комплексом, шведской стенкой.
6	Методический кабинет	Кабинет укомплектован учебным оборудованием, учебно-методическими пособиями, необходимыми для выполнения образовательной программы дошкольного образования

		Учреждения, в том числе и для привития детям навыков здорового образа жизни. Имеется электронное рабочее место, интерактивная доска старшего воспитателя и воспитателей, оргтехника и технические средства обучения. Обеспечивается ведение педагогической документации и планирования. Кабинет обслуживается старшим воспитателем. Часы работы кабинета с 8.00 – 16.00.
7	Медицинский блок	Имеется специальная медицинская мебель, холодильник для хранения медикаментов, холодильник для хранения вакцин, контейнеры для отходов разных категорий, стационарная бактерицидная лампа. Медицинский кабинет обслуживает фельдшер и медсестра. Часы работы кабинета с 8.00 – 18.08. Прививочный кабинет функционирует по мере необходимости, предварительно проводится уборка и обработка помещения, кварцевание. Имеется изолятор.
8	Пищеблок	Помещение оборудовано необходимым технологическим оборудованием, в т.ч. тремя электрическими плитами, пароконвектоматом, электрической овощерезательной машиной, электрической протирочной машиной, электрической протирочно - овощерезательной машиной, электромясорубкой, разделочными столами из нержавеющей стали, ваннами из нержавеющей стали, раковинами, водонагревателями, картофелечисткой, холодильниками для молочных, мясных, рыбных и гастрономических продуктов, холодильником для суточных проб, вытяжкой. Имеются котлы и гастроемкости. Все электроборудование заземлено. Питание четырехразовое, горячее, осуществляется согласно примерного 10-ти дневного меню, составленного на основе СанПиН и утвержденного начальником Управления образования. Продукты хранятся на складе, оборудованном холодильниками, морозильными камерами и в овощехранилище.
9	Прачечная	Оборудована необходимым оборудованием, в т.ч. двумя автоматическими стиральными машинами, центрифугами, двумя электрогладильными машинами, сушилкой для белья, электрическими утюгами, гладильными досками., швейной машинкой
Примечание		
В настоящее время составляется проектно – сметная документации на замену асфальтного покрытия вокруг Учреждения и ремонт хозблока		

Состав специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с детьми

Должность	Количество
Старший воспитатель	1
Воспитатель	24

Музыкальный руководитель	3
Педагог- психолог	1
Учитель-логопед	4
Итого:	33

3.2. Рациональная организация образовательной деятельности.

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной нагрузки воспитанников каждого возрастного периода;
- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям детей дошкольного возраста;
- введение любых инноваций в педагогический процесс только под контролем специалистов;
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;
- индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам дошкольного образования (адаптированные программы);
- ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и детьми с ограниченными возможностями здоровья под строгим контролем медицинских работников.

3.3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы.

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима воспитанников, нормального физического развития и двигательной подготовленности детей дошкольного возраста, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья воспитанников и формирование культуры здоровья, включает:

- рациональную и соответствующую организацию образовательной деятельности по физической культуре и совместной деятельности в режимных моментах;
- полноценную и эффективную работу с детьми всех групп здоровья (на занятиях физкультурой, в совместной двигательной деятельности, на прогулке, в индивидуальной работе);
- организацию динамических перемен, физкультминуток во время педагогического процесса, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных кружков и секций (дополнительное образование) и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований, олимпиад, походов и т. п.). Реализация этого блока зависит от администрации Учреждения, воспитателя по физической культуре, воспитателей и медицинского работника.

Модель оптимального двигательного режима детей 3-5 лет

1. Самостоятельная двигательная деятельность (Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей).			
Утро	Прогулка дневная	Вечер	Прогулка вечерняя
30 мин.	40 мин.	40 ч.	40 минут.
2. Совместная физкультурно-оздоровительная деятельность			
	Виды занятий	Особенности организации	
2.1	Утренняя гимнастика в чередовании с ритмической.	Ежедневно на открытом воздухе или в зале. Длительность 8-10 мин.	
2.2	Двигательная разминка.	Ежедневно в перерыве между занятиями (с преобладанием статических поз). Длительность от 7-10 минут.	
2.3	Физкультминутка/динамическая пауза.	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий. Длительность 3-5 мин.	
2.4	Подвижные игры и физические упражнения утром и на прогулке и вечером.	Ежедневно, подгруппами, подобранными с учетом уровня ДА детей. Длительность в каждый временной 25-30 мин.	
2.5	Оздоровительный бег	Два раза в неделю, подгруппами по 5-7 человек, во время утренней прогулки. Длительность 2-5 мин.	
2.6	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительность 10-12 мин.	
2.7	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей. Длительность не более 10 мин.	

2.9	Хождение по солевым дорожкам во второй половине дня с последующими играми.	Длительность всего комплекса от 8 до10 мин.
Физкультурно – массовые занятия		
2.10	Физкультурный досуг	Один-два раза в месяц на воздухе совместно со сверстниками одной-двух групп. Длительность 35 мин.
2.11	Физкультурно-спортивные праздники	Два раза в год, внутри детского сада. Длительность 35-40 мин.
2.14	Неделя здоровья (каникулы)	Два три раза в год (последняя неделя квартала).
3. Учебные занятия		
3.1	По физической культуре	Три раза в неделю фронтально, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительность 1 занятия от 15 до 20 мин.

Модель оптимального двигательного режима детей 5-7 лет в ДОУ

1. Самостоятельная двигательная деятельность (Ежедневно, под руководством воспитателя, в помещении и на открытом воздухе.Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей).			
Утро	Прогулка дневная	Вечер	Прогулка вечерняя
25 мин.	45 мин.	1 ч.	45 минут.

2. Совместная физкультурно-оздоровительная деятельность		
	Виды занятий	Особенности организации
2.1	Утренняя гимнастика в чередовании с ритмической.	Ежедневно на открытом воздухе или в зале. Длительность 10-12 мин.
2.2	Двигательная разминка.	Ежедневно в перерыве между занятиями (с преобладанием статических поз). Длительность от 7-10 минут.
2.3	Физкультминутка/динамическая пауза.	Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий. Длительность 3-5 мин.
2.4	Подвижные игры и физические упражнения утром и на прогулке и вечером.	Ежедневно, подгруппами, подобранными с учетом уровня ДА детей. Длительность в каждый временной 25-30 мин.
2.5	Оздоровительный бег	Два раза в неделю, подгруппами по 5-7 человек, во время утренней прогулки. Длительность 3-7 мин.
2.6	Индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно во время вечерней прогулки. Длительность 12-15 мин.
2.7	Прогулки-походы в лес или близлежащий парк (пешие, лыжные)	Один - два раза в месяц, во время, отведенное для физкультурного занятия, организованных воспитателем игр и упражнений. Длительность **60-120** мин.
2.8	Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно, по мере пробуждения и подъема детей. Длительность не более 10 мин.
2.9	Хождение по солевым дорожкам во второй половине дня с последующими играми.	Длительность всего комплекса от 10 до 30 мин.
2.10	Разные виды массажей	Ежедневно после занятий и дневного сна. Длительность от 3 до 5 минут.

Физкультурно – массовые занятия		
2.11	Физкультурный досуг	Один-два раза в месяц на воздухе совместно со сверстниками одной-двух групп. Длительность 45 мин.
2.12	Игры-соревнования между возрастными группами или со школьниками начальных классов	Один раз в квартал на воздухе или в зале. Длительность не более 60 мин.
2.13	Физкультурно-спортивные праздники	Два раза в год, внутри детского сада. Длительность 45-60 мин.
2.14	Неделя здоровья (каникулы)	Два три раза в год (последняя неделя квартала).
3. Учебные занятия		
3.1	По физической культуре	Три раза в неделю фронтально, проводятся в первой половине дня (одно на воздухе). Длительность 1 занятия от 20до 30 мин.

План физкультурно - оздоровительных мероприятий

	Виды мероприятий	**Сроки выполнения**	**Ответственные**
1	Соблюдение режима дня в любое время года	Постоянно	фельдшер, воспитатели
2	Проветривание помещений в любое время года	Постоянно	фельдшер, воспитатели
3	Проведение физкультурных занятий на воздухе	Постоянно	воспитатели
4	Полоскание горла; включение в рацион питания соков, овощей, фруктов	Постоянно	фельдшер
5	Витаминизация III блюда витамином С	Осенне-зимний период	фельдшер
6	Проведение спортивных праздников, спортивных развлечений, игр.	1 раз в месяц	муз.рук-ли, воспитатели
7	Катание на санках, лыжах, ледянках.	Зима	воспитатели
8	Разные виды оздоровительных гимнастик (дыхательная, для глаз, для горла, гимнастика маленьких волшебников)	Постоянно	воспитатели
9	Соблюдение режима пребывания на свежем воздухе	Постоянно	фельдшер, воспитатели
10	В теплый период воздушные ванны в сочетании с солнечными в облегченной одежде.	Постоянно	фельдшер, воспитатели
11	Воздушные ванны без маек (+16,+18оС) игры с водой, водные процедуры, босохождение	По состоянию погоды	воспитатели
12	Соблюдение питьевого режима.	Постоянно	фельдшер, воспитатели
13.	Закладывание оксолиновой мази в нос для профилактики		фельдшер