

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 30»

ПРИНЯТО на заседании
педагогического совета

№ 17 от 31.05.2022

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад №
30»



Е.В. Жебанова/

Приказ № 108 от 01.06.2022

ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ

муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад № 30»

Иваново, 2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Целевой раздел	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Актуальность программы	3
1.1.2. Цель и задачи программы	4
1.1.3. Основные принципы и подходы программы	4
1.1.4. Анализ значимых для программы характеристик	6
1.1.4.1. Индивидуальные особенности воспитанников МБДОУ №30	6
1.1.4.2. Анализ созданных условий	8
1.1.5. Сроки реализации программы	9
1.1.6. Основные направления программы здоровьесбережения	9
1.1.7. Ожидаемые результаты реализации программы здоровьесбережения	11
2. Содержательный раздел	13
2.1. Проблемно-ориентированный анализ	13
2.2. Мероприятия по реализации основных направлений в здоровьесберегающей деятельности ДОУ на период 2022-2027 гг.	14
2.3. Валеологическое образование детей	21
2.4. План медицинской работы	24
2.5. Формы и методы оздоровления детей	26
2.6. Контроль за результатами реализации программы	30
3. Организационный раздел	33
3.1. Описание материально-технического обеспечения	34
3.2. Описание обеспечения методическими материалами	35
3.3. Обеспеченность программы средствами обучения и воспитания	36
3.4. Распорядок дня	36
3.5. Описание организации предметно-пространственной среды	47
Приложения	48

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Программа здоровьесбережения составлена в соответствии с нормативно правовыми документами, регламентирующими деятельность ДОУ:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» №273 от 29.12.2012 г.;
- Письмо Министерства образования от 02.06. 1998 г. № 89 34 -16 «О реализации права ДОУ на выбор программы и педагогических технологий»;
- Конституция РФ ст. 43,72;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (далее ФГОС ДО) (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года № 1155);
- Устав муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 30»;
- Образовательная программа муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 30».

1.1.1. Актуальность программы

Опираясь на знания педагогики и особенностей физического развития детей дошкольного возраста нужно понимать, что дошкольный возраст охватывает жизнь ребенка от рождения до семи лет. Именно в этот период осуществляется наиболее интенсивный рост и развитие важнейших систем организма и их функций, тем самым закладывается фундамент для всестороннего физического и духовного развития способностей будущего поколения. Дошкольный возраст наиболее благоприятен для: постепенного, поэтапного закаливания организма; овладения гигиеническими нормами, начиная с младшего возраста; приобретения элементарных, а в дальнейшем и с усложнением, двигательных умений; понимания важности здорового образа жизни (далее - ЗОЖ).

Исследования последних лет выявили устойчивую тенденцию к существенному снижению показателей здоровья и темпов развития детей дошкольного возраста, что обусловлено ухудшением социально-экономических и экологических условий жизни, несбалансированным питанием. Так, при рассмотрении проблемы сохранения здоровья детей в дошкольных образовательных учреждениях отмечается, что до поступления в детский сад выявляется 27,5% детей, имеющих проблемы со здоровьем, в 6 лет – 43,2%, в 7 лет – 58,3% - то есть больше чем в 2 раза. Нарушение осанки наблюдается до поступления в детский сад – 24,5 %, в 6 лет – 66,6%, в 7 лет – 86,4% - то есть в 3,5 раза. Непосредственно перед поступлением в первый класс регистрируются высокие показатели нарушений осанки (92,6%), показатели сколиоза (12,2%). Кроме того, вдвое увеличивается доля болезней органов пищеварения, она отмечается у 50-60% дошкольников и системы кровообращения (у 42-56% детей). Другие исследования указывают на резкое увеличение числа детей с серьезными отклонениями в психической сфере, а так же выделяют еще одну особенность современной патологии детей - это переход острых форм заболеваний в хронические и рецидивирующие. К современным тенденциям в области состояния здоровья детей дошкольного возраста относится следующее: - феномен децелерации, то есть снижение темпов физического развития; - феномен профологического синдрома, при котором отмечается дисгармоничность и диспропорциональность; - феминизация, при которой стираются гендерные различия; - психосоматическая астенизация.

Эти дети на этапе поступления в школу характеризуются низким уровнем школьной зрелости, испытывают трудности в учении и освоении социальной роли ученика, имеют повышенный риск школьной дезадаптации.

Согласно ФГОС ДО, физическое воспитание дошкольников должно предусматривать систему физических упражнений приносящих ребенку положительные эмоции, исключение стрессовых ситуаций и страха перед выполнением движений, достаточную интенсивность и большое разнообразие двигательных действий, многовариативность форм физкультурно-оздоровительной работы и активного отдыха детей, возможность индивидуального и дифференцированного подхода к подбору упражнений,

частую смену нагрузок и отдыха в режиме дня ребенка, преемственность в деятельности детей разных возрастных групп дошкольной образовательной организации; гибкий график проведения оздоровительных мероприятий в зависимости от состояния здоровья, утомления, климатических и погодных условий; сезонность применения физических упражнений; ежедневное проведение занятий по физической культуре; взаимосвязь физического воспитания с другими сторонами воспитания. Все вышеперечисленное, оказывает огромное положительное влияние на укрепление физического здоровья ребенка.

Здоровый, жизнерадостный, пылкий, активный ребёнок – результат взаимопонимания и единства усилий педагогического коллектива и родителей.

1.1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: Создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.

Достижение поставленной цели предусматривает решение ряда задач:

- Обеспечить качественную работу дошкольного учреждения по укреплению и сохранению здоровья детей.
- Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью.
- Привлекать родителей к формированию у детей ценностей здорового образа жизни.
- Развивать способность педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме посредством внедрения авторских разработок

Разработанная программа отражает комплексный подход к проблеме здоровьесбережения детей в МДОУ, определяет основные направления коррекционно-оздоровительной деятельности на период 2022-2027 гг. и мероприятия по реализации намеченной цели.

1.1.3. Основные принципы и подходы программы

1. Уважение личности ребенка.
2. учет индивидуальных потребностей ребенка, связанных с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья
3. сотрудничество МБДОУ с семьей
4. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений
5. Личностно- развивающий и гуманистический характер взрослых (родителей, педагогов) и детей.
6. Принцип научности – подкрепление всех необходимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно-обоснованными и практически апробированными методиками.
7. Принцип доступности – использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей.
8. Принцип активности и сознательности – участие педагогов и родителей в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
9. Принцип систематичности - реализация лечебно– оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично, а не от случая к случаю
10. Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
11. Принцип адресности и преемственности – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья воспитанников.

Программа основывается на следующих научно обоснованных подходах: культурно-историческом, деятельностном, личностном, аксиологическом, культурологическом, системном и др.

Таблица 1.1. Подходы к реализации программы здоровьесбережения

Наименование	Характеристика
<i>Культурно-исторический</i> подход к развитию человека (Л.С.Выготский)	учёт интересов и потребностей ребёнка дошкольного возраста, его зоны ближайшего развития, ведущей деятельности возраста; понимание взрослого как главного носителя культуры в процессе развития ребёнка; организацию образовательного процесса в виде совместной деятельности взрослого и детей и др.) с учётом современной социокультурной среды, в том числе особенностей российского общества и основных тенденций его развития
Деятельностный подход	связан с организацией целенаправленной деятельности в общем контексте образовательного процесса: ее структурой, взаимосвязанными мотивами и целями; видами деятельности; формами и методами развития и воспитания; возрастными особенностями ребенка при включении в образовательную деятельность
Личностно-ориентированный подход	предусматривает организацию образовательного процесса с учетом того, что развитие личности ребенка является главным критерием его эффективности (создание условий для развития личности на основе изучения ее задатков, способностей, интересов, склонностей, с учетом признания уникальности личности, ее интеллектуальной и нравственной свободы, права на уважение)
Культурологический подход	ориентирует образование на формирование общей культуры ребёнка, освоение им общечеловеческих культурных ценностей.
Аксиологический (ценностный) подход	предполагает организацию всего образовательного процесса на основе общечеловеческих ценностей (добро, красота, справедливость, ответственность и др.), большое внимание уделяется формированию у детей чувства принадлежности в первую очередь к своей семье, ближайшему социуму (например, друзьям по дому, двору, группе), своей стране.
Компетентностный подход	в котором основным результатом образовательной деятельности становится формирование готовности воспитанников самостоятельно действовать в ходе решения актуальных задач
Диалогический подход	предусматривает становление личности, развитие ее творческих возможностей, самосовершенствование в условиях равноправных взаимоотношений с другими людьми, построенных по принципу диалога, субъект-субъектных отношений; обогащающий возможность участия родителей, специалистов в решении задач Программы в условиях социального партнерства и сетевого взаимодействия
Системный подход	методологическое направление, в основе которого лежит рассмотрение объекта как целостного множества элементов в совокупности отношений и связей между ними.
Общенаучный системный подход	позволяет рассматривать Программу как систему, в которой все элементы взаимосвязаны. Один из главных признаков этой системы — её открытость. Программа не догма, а документ рамочного характера, в котором «возможны варианты» — изменения, дополнения, замены.
Средовой подход	предусматривает использование возможностей внешней среды (библиотеки, музеи, театры и т.д.), учреждения дополнительного образования, клубы по интересам, досуговые центры, средства массовой информации и коммуникации) и внутренней среды ДООУ в воспитании и развитии личности ребенка.
Проблемный подход	предусматривает проектирование и реализацию деятельности ДООУ по актуальным проблемам, обусловленным противоречиями между возможностями МБДОУ, запросами родителей и потребностями

1.1.4. Анализ значимых для программы характеристик

1.1.4.1. Индивидуальные особенности воспитанников МБДОУ №30

МБДОУ «Детский сад №30» - молодое, современное учреждение, построенное в 2015 году.

В ДОУ проводится большая работа по созданию благоприятных условий для адаптации детей к условиям детского сада.

Таблица 1.2. Характеристика контингента воспитанников

Возраст	Количество воспитанников из неполных семей	Количество детей сирот; детей переданных под опеку, попечительство	Количество детей, в семьях которых один, оба родителя имеют высшее образование	Мальчики			Девочки				
				Всего	В том числе		Всего	В том числе			
					Талантливые/ одаренные	Со спец. потребностями (ОВЗ)		Спец. поддержка (трудности в поведении, общении)	Талантливые/ одаренные	Со спец. потребностями (ОВЗ)	Спец. поддержка (трудности в поведении, общении)
До 1 года											
1-3 года	2		34	34		-	-	24	-	-	-
3-7 лет	18		90	56		15	2	54	-	13	
Всего	20		124	90		15	2	78	-	13	

Таблица 1.3. Распределение воспитанников по группам здоровья

Группа здоровья	Количество детей	% от общего количества детей
I	16	9,5
II	147	87,5
III	5	3
IV	-	-

Наименование	Количество семей	Количество детей
<i>Полная семья</i>	137	148
<i>Неполная</i>	20	20
<i>Многодетная</i>	20	15
<i>Неблагополучная</i>	-	-
<i>Семья беженцев</i>	-	-

<i>Семья переселенцев</i>	-	-
<i>Семьи, где родители опекуны</i>	-	-

ДО
У
посещают
дети из

157 семей, из них:

Таблица 1.4. Характеристика семей воспитанников

В МБДОУ в режиме полного дня (12-ти часового пребывания) функционируют 10 групп – 2 группы компенсирующей направленности для детей с ТНР, 8 групп общеразвивающей направленности.

Таблица 1.5.
возрастные особенности детей

Название группы	Возрастная категория	Направленность групп	Количество детей	Количество групп
Первая группа раннего возраста	От 1,5 до 2 лет	Общеразвивающая	5	1
Вторая группа раннего возраста	От 2 до 3 лет	Общеразвивающая	20	1
Вторая младшая группа	От 3 до 4 лет	Общеразвивающая	35	2
Средняя группа	От 4 до 5 лет	Общеразвивающая	35	2
Старшая группа	От 5 до 6 лет	Компенсирующая	15	1
Старшая группа	От 5 до 6 лет	Общеразвивающая	20	1
Старше-подготовительная к школе группа	От 5 до 7 лет	Общеразвивающая	25	1
Подготовительная	От 6 до 7 лет	Компенсирующая	13	1
Итого			168	10

Дошкольный возраст является важнейшим в развитии человека, так как он заполнен существенными физиологическими, психологическими и социальными изменениями. Это период жизни, который рассматривается в педагогике и психологии как самоценное явление со своими законами, субъективно переживается в большинстве случаев как счастливая, беззаботная, полная приключений и открытий жизнь. Дошкольное детство играет решающую роль в становлении личности, определяя ход и результаты её развития на последующих этапах жизненного пути человека. Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста необходима для правильной организации образовательного процесса, как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения (группы).

1.1.4.2. Анализ созданных условий

В ДОУ создана система двигательной активности в течение дня:

- утренняя гимнастика (ежедневно);
- физкультурные занятия (3 раза в неделю);
- музыкальные занятия (2 раза в неделю);
- прогулки с подвижными играми (ежедневно);
- пальчиковая гимнастика (ежедневно);
- зрительная, дыхательная, корригирующая гимнастика на соответствующих занятиях;
- закаливающие мероприятия после дневного сна (воздушные ванны, ходьба по массажным дорожкам - ежедневно);
- сон без маек;

- мытье рук прохладной водой до локтя;
- физкультминутки и паузы (на малоподвижных занятиях);
- эмоциональные разрядки, релаксация;
- босохождение;
- спортивные досуги, развлечения, праздники;

2. Дни здоровья (с привлечением родителей) – 1 раз в квартал;

3. Физкультурные занятия и мероприятия на воздухе в летний период.

4. В детском саду стараются выполнять принципы рационального здорового питания детей: регулярность, полноценность, разнообразие путем соблюдения режима питания и индивидуального подхода к детям во время приема пищи. Широко используются в ежедневном меню продукты, содержащие микроэлементы, витамины и растительную клетчатку (салаты), способствующие правильному функционированию процессов пищеварения. Такой подход к детскому питанию позволяет добиваться хорошей прибавки в весе у детей, улучшения их физического развития, повышения иммунологической защиты детского организма.

5. Для совершенствования навыков, полученных на физкультурных занятиях, в группах созданы уголки движений, учитывающие возрастные особенности детей, их интересы. Мелкое физкультурное оборудование размещено в доступных для детей местах.

1.1.5. Сроки реализации программы

1. Подготовительный этап (мотивационно-целевой) - 2022– 2023 гг.

Данный этап предусматривает:

- Проблемно-целевой анализ ситуации ДООУ.
- Обеспечение мотивационной готовности педагогов;
- Систематизация и обобщение внутреннего опыта деятельности ДООУ, создание интегрированной модели взаимодействия всех специалистов воспитательно-образовательного пространства;

- Установление сотрудничества с внешними социальными институтами («Детская городская поликлиника №6»)

- Повышение квалификации педагогов и педагогического мастерства через консультативную поддержку, семинары, активизация процесса самообразования педагогов.

2. Организационно-практический этап - 2023 – 2026 гг.

Данный этап предусматривает:

- Овладение здоровьесберегающими технологиями педагогами ДООУ;
- научно-методическое обеспечение качественно нового уровня воспитательно-образовательного пространства в рамках новой модели учреждения;

- разработка новых форм взаимодействия ДООУ и семьи;

- создание инновационной модели медико-психолого-педагогической службы;

3. Заключительный этап (оценочно-рефлексивный) - 2026 – 2027 гг.

Данный этап предусматривает:

- Рефлексия деятельности;
- Систематизация опыта работы ДООУ;
- Определение дальнейших перспектив развития ДООУ.

1.1.6. Основные направления Программы здоровьесбережения

1. Организационное направление

- Изучение передового педагогического, медицинского и психолого-педагогического опыта по оздоровлению детей, отбор эффективных методик и технологий.

- Разработка и внедрение Программы здоровьесбережения в воспитательно-образовательный процесс.

- Создание в ДООУ организационно-педагогических и медико-социальных условий по внедрению Программы здоровьесбережения.

- Разработка системы и тактики по укреплению психофизического здоровья дошкольников.

- Обеспечение комплексного подхода в реализации Программы здоровьесбережения.

- Разработка критериев оценки эффективности по реализации Программы здоровьесбережения.

- Корректировка Программы здоровьесбережения на всех этапах реализации.

2. Диагностическое направление

- Измерение промежуточных результатов реализации Программы здоровьесбережения.

- Диагностическое обследование и анализ исходного состояния психофизического здоровья детей, их валеологических знаний, умений и навыков.

- Изучение мотивации детей, педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни.

- Анализ здоровьесберегающей среды в ДОУ.

- Выявление групп детей, требующих внимания специалистов. Выделение из потенциальной «группы риска» реальной «проблемной» категории дошкольников. Индивидуальная диагностика проблем детей.

3. Информационно-методическое направление

- Научно-методическое обеспечение разработки и реализации Программы здоровьесбережения.

- Повышение информационной культуры педагогических и медицинских работников, обусловленной общими задачами Программы здоровьесбережения.

- Мониторинг результативности оздоровительной деятельности ДОУ.

- Информационное обеспечение родителей по различным аспектам формирования здорового образа жизни.

- Информирование родителей о результатах проделанной работы; обмен мнениями об эффективности Программы здоровьесбережения.

- Распространение опыта оздоровительной работы.

4. Просветительское направление

- Создание мотивации в ДОУ на выбор здоровых альтернатив жизни.

- Организация пропаганды здорового образа жизни в ДОУ.

- Составление плана мероприятий по формированию у дошкольников здорового образа жизни.

- Создание средств визуальной информации по вопросам формирования здорового образа жизни.

- Включение родителей в деятельность ДОУ как значимых участников оздоровительного процесса.

- Разработка и реализация адресных профилактических и просветительских рекомендаций

5. Коррекционное направление

- Проведение коррекционно-оздоровительной работы с детьми.

- Решение оздоровительных задач всеми средствами физического воспитания.

- Проведение коррекционно-развивающих тренингов для педагогов и родителей.

- Обучение родителей основным методам профилактики детской заболеваемости и формирование основ валеологической грамотности.

6. Координационное направление

- Межведомственное взаимодействие органов образования и здравоохранения – координация деятельности ДОУ по реализации Программы здоровьесбережения.

- Обмен опытом работы между дошкольными образовательными учреждениями города.

- Взаимодействие ДОУ с семьёй и социальными институтами детства по вопросам укрепления здоровья детей.

- Использование в оздоровительной работе ДОУ перспективных форм социального партнёрства.

7. Аналитическое направление

- Проведение мониторинга по состоянию всех аспектов здоровья детей, получение оперативной информации.

- Изучение факторов, влияющих на состояние здоровья детей.

- Анализ-экспертиза результатов реализации Программы здоровьесбережения в динамике.

- Своевременное выявление изменений, происходящих в коррекционно-оздоровительном процессе и факторов, вызывающих их; предупреждение негативных тенденций.
- Осуществление краткосрочного прогнозирования здоровьесберегающего процесса.
- Изменение индивидуального образовательного маршрута ребёнка в случаях возникновения проблем в состоянии психофизического здоровья.

8. Правовое направление

- Нормативно-правовое обеспечение разработки Программы здоровьесбережения: ознакомление с нормативно-правовой базой, регламентирующей деятельность образовательных учреждений по защите здоровья.

9. Материально-техническое направление

- Нарращивание материально-технической базы ДОУ для внедрения и реализации Программы здоровьесбережения.

10. Физкультурно-оздоровительное направление

- Проведение физкультурно-оздоровительных занятий и мероприятий с воспитанниками ДОУ.
- Организация кружковой работы.
- Проведение Комплекса психогигиенических мероприятий;
- Система закаливающих процедур;
- Активизация двигательного режима воспитанников;
- Использование оздоравливающих технологий;
- Профилактическая работа

12. Валеологическое образование детей

- Формировать навыки здорового образа жизни, закреплять потребность в чистоте и аккуратности.
- Формировать навыки культурного поведения; добиваться понимания детьми предъявляемых им требований.
- Знакомить детей с факторами, влияющими на их здоровье.
- Воспитывать потребность в оздоровительной активности.

13. Медицинское направление

- Проведение мероприятий по снижению заболеваемости
- Проведение диспансеризации
- Проведение иммунопрофилактики
- Проведение лечебно-профилактических мероприятий

1.1.8. Ожидаемые результаты реализации программы здоровьесбережения

Выделим наиболее значимые прогнозируемые результаты реализации программы здоровьесбережения с позиции ребенка, педагогов, родителей, социума, а так же формирования материально-технической базы.

Таблица 1.5. Целевые ориентиры реализации программы здоровьесбережения

Ребенок	<ul style="list-style-type: none"> ✓ снижение детской заболеваемости, повышение сопротивляемости организма ребенка; ✓ приобщение ребенка к здоровому образу жизни, овладение ребенком разнообразными видами двигательной активности и закаливания; ✓ систематизация опыта формирования у детей психоэмоциональной устойчивости; ✓ повышение уровня валеологических знаний.
Педагог	<ul style="list-style-type: none"> ✓ повышение профессиональной компетентности педагогов в условиях инновационного ДОУ; ✓ обновление содержания и технологий физкультурно-оздоровительного, коррекционно-развивающего направления; ✓ реализация социального заказа родителей.
Родители	<ul style="list-style-type: none"> ✓ определение родителями позиции равноправных участников

	воспитательно-образовательного пространства ✓ Рост заинтересованности родителей в сохранении и укреплении здоровья детей.
Социум	✓ организация психолого–педагогической и социальной помощи семьям, в том числе семьям группы «риска»; ✓ организация сотрудничества с учреждениями культуры, образования и здравоохранения микрорайона.
Материально-техническая база	✓ Создание и оснащение физио кабинета медицинским оборудованием; ✓ Обновление игрового и спортивного оборудования, детской мебели, техническое оснащение, приобретение стационарного оборудования.

Инструментарий проведения контроля:

- общественная оценка родителями качества работы ДОУ;
- статистические показатели мониторинга.

Орган, осуществляющий контроль: администрация, творческий коллектив педагогических работников ДОУ

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Проблемно-ориентированный анализ

Таблица 2.1. Анализ показателей, важных для создания здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

Показатели	Реальное	Идеальное	Достижимое
Предметно-развивающая среда	Недостаток современного стандартного оборудования	Разнообразие предметной среды в ДОУ, стимулирующей развитие ребенка	Обновление и наполнение среды с учетом возможностей ДОУ, требований ребенка и родителей
Комплексное медико-социально-психолого-педагогическое обеспечение Интеграция специалистов	Большой процент детей соматически больных и ослабленных (до 35%) Нет системы в работе всех специалистов в рамках сопровождения индивидуального развития ребенка	Обеспечение деятельности всех направлений сопровождения развития ребенка на уровне отдельных служб	Укрепление физического и психосоматического здоровья детей через реализацию программы «Здоровье»
Образовательное пространство	Несоответствие программного материала, приводит к повышению умственной нагрузки	Базовая программа, реализующая содержание дошкольного образования	Оптимизация реализуемого содержания на основе составления плана совместной работы специалистов. Создание планов взаимодействия всех специалистов.
Дополнительное образовательное пространство	Работа кружков и студий по интересам детей. Взаимодействие с учреждениями дополнительного образования.	Расширение номенклатуры услуг, повышение качества дополнительного образования на основе перестройки деятельности всех специалистов	Повышение качества дополнительного образования.
Включенность семьи Преемственность	Слабая включенность семьи в работу ДОУ низкий образовательный уровень, отсутствие преемственности в воспитании и образовании детей.	Родители – партнеры в образовательном процессе. Построение единой системы преемственного воспитания	Открытая система отношений педагогов и семьи, основанная на психологии доверия;
Мастерство и профессионализм педагогов	Низкий уровень овладения современными технологиями, инновациями.	Педагог-универсал, творчески развивающаяся личность.	Повышения квалификации педагогов, повышение мотивации к овладению инновационными технологиями, обучение современным образовательным технологиям.

Кадровый состав	Организован медицинский патронаж детей медперсоналом городской детской поликлиники В штатном расписании ДОУ нет врача-психоневролога, врача – физиотерапевта, инструктора ЛФК.	Профессиональное кадровое обеспечение ДОУ, качественное медицинское сопровождение ребенка.	Введение в штатное расписание: врача- психоневролога; инструктора ЛФК; врача - физиотерапевта.
Материально-техническая база, ресурсы	Средний уровень материального обеспечения ДОУ.	Современный уровень материального обеспечения ДОУ. Оснащение площадок для спортивных игр (баскетбол, волейбол, футбол)	Расширение и укрепление материально-технической базы ДОУ.

На основании таблицы 2.1. можно сделать вывод, что МБДОУ «Детский сад №30» необходимо комплексное создание системы физкультурно - оздоровительной и коррекционно-развивающей работы.

1.2. Мероприятия по реализации основных направлений в здоровьесберегающей деятельности ДОУ на период 2022-2027 гг.

Временные рамки и основные этапы

I этап. 2022-2023 гг. – организационный.

Организация деятельности педагогов и родителей ДОУ на основе общей цели, направленной на комплексное решение проблемы повышения эффективности здоровьесберегающего процесса в условиях дошкольного образовательного учреждения комбинированного вида.

II этап. 2023-2026 гг. – основной.

Реализация основных направлений деятельности МБДОУ по здоровьесбережению.

III этап. 2026-2027 гг. – аналитический.

Оценка и анализ положительных и отрицательных тенденций в реализации программы, определение новых ближних и дальних перспектив.

Таблица 2.2. План мероприятий по реализации Программы здоровьесбережения

№ п/п	Мероприятия	Срок	Ответственный
I. Организационное направление			
Обновление содержания здоровьесберегающего образования и воспитания, организация здоровьесберегающего пространства			
1.	Организационно-методическая работа по повышению профессионального мастерства педагогов в реализации вопросов здоровьесбережения	постоянно	Старший воспитатель
2.	Создание кадровых, психолого-педагогических, учебно-материальных, учебно-дидактических, учебно-методических предпосылок для осуществления системы работы по здоровьесбережению: <ul style="list-style-type: none"> ▪ определение подходов к содержанию методической работы по вопросам использования здоровьесберегающих 	постоянно	Заведующий ДОУ

	<p>технологий в образовательном процессе с детьми дошкольного возраста;</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ организация повышения квалификации участников здоровьесбережения; ▪ организация работы с родителями по наращиванию материальной базы для работы по здоровьесбережению; ▪ обеспечение ДОУ медицинскими препаратами, витаминами, аскорбиновой кислотой для витаминизации третьего блюда 		
3.	<p>Осуществление в практике ДОУ системного подхода к управлению здоровьесбережением:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ описание стратегии работы по здоровьесбережению в ДОУ; ▪ разработка структуры управления вопросами здоровьесбережения; ▪ разработка положения о службе здоровьесбережения ДОУ; ▪ организация взаимодействия всех звеньев здоровьесберегающего процесса; ▪ отработка системы стимулирования участников процесса здоровьесбережения; ▪ контроль системы здоровьесбережения. 	2022-2027 гг.	Администрация МДОУ
4	Разработка здоровьесберегающих требований для организации	2022-2023 г.	Старший воспитатель
5	Собеседование с педагогами и специалистами об организации охранительного режима в группах	Постоянно	Старший воспитатель
6	Создание информационного банка данных по вопросам укрепления, сохранения здоровья участников образования	2022-2023 гг.	Старший воспитатель
7	<p>Организация работы по физической культуре для детей :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ разработка здоровьесберегающего компонента содержания ОД по физической культуре; ▪ разработка и внедрение дополнительной образовательной программы для кружка ▪ создание дидактического и методического комплекса для индивидуальной коррекционной работы по физической культуре 	<p>2022-2023 гг.</p> <p>2022-2023гг.</p>	Инструктор по физ.культуре
8	Пополнение коррекционно-развивающей среды в группах	В течение периода	Воспитатели ДОУ
9	Разработка целевой комплексной программы повышения квалификации педагогических работников	2022 г.	Заведующий ДОУ
10	Расширение специализированного перечня образовательных услуг в соответствии с потребностями родителей и детей	2022 г.	Заведующий ДОУ
11	Создание банка данных по инновационным формам организации	2022 г.	Ст.воспитатель

	взаимодействия с родителями		
II. Диагностическое направление			
1.	Анализ исходного состояния психофизического здоровья детей, их валеологических знаний, умений и навыков	сентябрь-октябрь 2022 г.	Специалисты ДОУ
2.	Мониторинг состояния всех аспектов здоровья детей	В течение всего периода	Специалисты ДОУ
3.	Изучение мотивации педагогов и родителей на формирование здорового образа жизни	Ежегодно	Педагог-психолог
4.	Выявление детей, требующих внимания специалистов. Выделение из потенциальной «группы риска» реальной «проблемной» категории дошкольников. Индивидуальная диагностика проблем детей.	В течение всего периода	Педагоги ДОУ, ПМПк
5.	Социальный анализ семей воспитанников ДОУ. Оформление социальных паспортов.	Октябрь, ежегодно	Педагог-психолог
6.	Психолого-медико-педагогическое обследование детей, поступающих в школу	Апрель, ежегодно	Специалисты ДОУ
7.	Мониторинг успеваемости выпускников ДОУ на начальном этапе обучения за последние 3 года	Ежегодно с 2025	Старшие воспитатели
8.	Организация педагогического мониторинга по здоровьесберегающей деятельности: <ul style="list-style-type: none"> ▪ проведение анкетирования педагогов по проблемам в работе; ▪ анализ профессионального роста педагогов. 	Ежегодно	Старшие воспитатели
III. Информационно-методическое направление			
Научно-методическое обеспечение процесса здоровьесбережения. Повышение квалификации участников образовательного процесса			
1.	Организация работы по отбору форм и содержания методической работы по освоению педагогами здоровьесберегающих технологий	В течение периода	Старший воспитатель
2.	Обеспечение педагогов методической и дидактической литературой для организации здоровьесберегающего образования	В течение периода	Старший воспитатель
3.	Апробация критериев оценивания уровня гигиенической, социальной, здоровьесберегающей грамотности детей дошкольного возраста	2022-2027 гг.	Администрация ДОУ
4.	Семинары, консультации по вопросам здоровьесбережения	Два раза в год	Старший воспитатель, специалисты, мед.сестра
5.	Педсовет по реализации программы здоровьесбережения	Ежегодно	Старший воспитатель,
6.	Выставка методической литературы, пособий, конспектов по работе с детьми и родителями по формированию здорового образа жизни.	В течение всего периода	Старшие воспитатели
7.	Обобщение и распространение опыта создания здоровьесберегающей среды в ДОУ – творческий отчёт	2027 г.	Заведующий ДОУ, воспитатели

IV. Просветительское направление			
Взаимодействие с социумом как участниками процесса здоровьесбережения			
1.	Публикация материалов по ЗОЖ на стендах ДОУ	Ежегодно	Старший воспитатель, мед. сестра
2	Формирование на группах стенда "Советы от инструктора по физической культуре"	2022 г.	Инструктор по физ.культуре
3	Формирование на группах стенда "Советы от логопеда"	2022-2023 уч.г.	Учитель-логопед
4	Рекомендации для родителей на сайте	2022-2023 уч.г.	Старший воспитатель
5	Библиотека-передвижка по пропаганде здорового образа жизни	Ежегодно	Старший воспитатель
6	Консультации с родителями по вопросам здоровьесбережения	По мере необходимости	Старший воспитатель, мед.сестра, специалисты.
7	Информационные плакаты и бюллетени по профилактике и лечению детских болезней	Ежегодно	Медсестра, Старший воспитатель
8	Групповые родительские собрания «Здоровье с детства», «Вредные привычки» и т.д.	Ежегодно	Воспитатели ДОУ
9	Общее родительское собрание «Здоровый ребёнок в здоровой семье» (роль семьи в воспитании здорового ребёнка)	2023 г.	Заведующий ДОУ
10	Проведение Дней пропаганды здорового образа жизни	В течение всего периода	Старший воспитатель
11	Сайт ДОУ	В течение всего периода	Старший воспитатель
V. Коррекционное направление			
Проведение коррекционно-оздоровительной работы с детьми, валеологическое просвещение родителей и детей			
1	Валеологическое воспитание детей (см. приложение)	В течение всего периода	Воспитатели ДОУ, специалисты
2	Музыкально-оздоровительные развлечения, валеологические праздники	Ежегодно на неделе здоровья	Муз.руководитель, инструктор по физ.культуре
3	Тематическая неделя по правилам дорожного движения	Ежегодно	Воспитатели ДОУ
4	Реализация комплекса мероприятий по профилактике и преодолению синдрома психоэмоционального выгорания педагогов: <ul style="list-style-type: none"> ▪ проведение анкетирования; ▪ проведение индивидуальных консультаций с педагогами; ▪ проведение тренинговых занятий с отдельными категориями педагогов. 	Ежегодно согласно плану	Старший воспитатель
5	Создание картотеки дидактических игр и упражнений по формированию лексико-грамматического строя речи у детей со стёртой дизартрией	2022-2023 уч.г.	Учитель-логопед
6	Создание картотеки физических упражнений	2022-2023 уч.г.	Физ.инструктор
7	Разработка и реализация мероприятий по предупреждению вирусных и респираторных заболеваний	Ежегодно	Врач-педиатр, мед.сестра

VI. Координационное Управление здоровьесбережением в ДОУ, взаимодействие с социальными институтами детства			
1.	Разработка локальных актов по вопросам здоровьесбережения	Ежегодно	Заведующий ДОУ
2.	Контроль процесса здоровьесбережения в ДОУ: <ul style="list-style-type: none"> ▪ совещания; ▪ собрания трудового коллектива по вопросам снижения детской заболеваемости; ▪ анализ состояния заболеваемости; ▪ проведение рейдов по санитарно-гигиеническому состоянию помещений ДОУ; ▪ организация персонального предупредительного контроля соблюдения здоровьесберегающих требований к НОД; ▪ организация тематического контроля состояния здоровьесбережения; ▪ анализ тестирования детей по физическому воспитанию, ▪ организация медико-педагогического контроля физкультурной НОД. 	1 раз в квартал 1 раз в полугодие 2 раза в год 1 раз в месяц 2 раза в квартал ежегодно 2 раза в год ежемесячно	Заведующий ДОУ
3.	Разработка системы работы по координации взаимодействия с организациями здоровьесбережения	2022 г.	Заведующий ДОУ
4.	Консультирование педагогического процесса на принципах здоровьесбережения: <ul style="list-style-type: none"> ▪ составление расписания ОД в соответствии с требованиями САН ПиН; ▪ разработка режима работы кружков в соответствии с требованиями здоровьесбережения; ▪ экспертиза программ дополнительного образования. 	Постоянно	Старший воспитатель
5.	Установление взаимосвязи детской поликлиникой: <ul style="list-style-type: none"> ▪ выявление детей с патологиями; ▪ консультирование родителей детей; ▪ ведение листов здоровья; ▪ выработка рекомендаций воспитателям по организации двигательного режима. 	В течение всего периода	Медсестра
6.	Участие в работе городских, районных конференциях, семинарах	Согласно плану	Заведующий ДОУ
7.	Разработка мер по уменьшению риска возникновения заболеваний и травм, связанных с социальной жизнью детей: <ul style="list-style-type: none"> ▪ разработка системы по обучению детей противопожарной безопасности; ▪ разработка занятий по обучению детей правилам дорожного движения; ▪ разработка системы кружковых занятий по основам безопасности жизнедеятельности; 	2022-2025 гг.	Педагоги ДОУ

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ создание здоровьесберегающего пространства по всем разделам здоровьесбережения, оформление наглядности для детей и родителей 		
VII. Аналитико-экспертное направление			
Мониторинг и контроль по здоровьесбережению			
1.	Здоровьесберегающая экспертиза инновационных программ и современных педагогических технологий	Ежегодно	Старший воспитатель
2.	Анализ-экспертиза результатов реализации программы здоровьесбережения	2027 г.	Заведующий ДОУ
3.	Заседание научно-методического совета: <ul style="list-style-type: none"> ▪ анализ заболеваемости; ▪ мониторинг оздоровительного эффекта деятельности ДОУ; 	Ежегодно	Заведующий ДОУ
4.	Контроль деятельности участников здоровьесбережения по организации взаимодействия с семьёй	В течение всего периода	Старший воспитатель
5.	Экспертиза организационно-методической работы по повышению профессионального мастерства педагогов в реализации вопросов здоровьесбережения	2025 г.	Администрация ДОУ
7.	Подведение итогов апробации в ДОУ дополнительной образовательной программы «Остров здоровья»	2027 г.	Администрация ДОУ
VIII. Правовое направление			
1.	Ознакомление с нормативно- правовой базой, регламентирующей деятельность ДОУ по защите здоровья детей	2022 г.	Заведующий ДОУ
2.	Корректировка локальных актов, регламентирующих здоровьесберегающую деятельность ДОУ: Положения о ПМПк, экспертном совете ДОУ и др.	2022 г.	Заведующий ДОУ
3.	Выработка документационного обеспечения мониторинга здоровьесбережения: <ul style="list-style-type: none"> ▪ разработка и ведение индивидуальных образовательных маршрутов 	2022 г.	Заведующий ДОУ
IX. Материально- техническое направление			
1	Организация работы физиокабинета, оснащение современным оборудованием	2022 – 2023 гг	Заведующий ДОУ медсестра
2	Создать аудиотеку релаксационной музыки	2022-2023 г	Инструктор по физической культуре
3	Пополнить физкультурные уголки в группах новым оборудованием.	2022-2025 гг	Воспитатели
4	Приобрести и изготовить таблицы, макеты, плакаты по валеологическому воспитанию детей.	2022-2025 гг	Старший воспитатель, воспитатели
5	Создать библиотеку валеологической литературы	2022-2025 гг	Заместитель Старший воспитатель
6	Оснащение физкультурного зала (приложение 1)		
X. Физкультурно-оздоровительное направление			

1	Разработать конспекты физкультурных занятий различных видов, внедрить комплексный подход к проведению оздоровительной работы	2022 - 2027 г.	Воспитатели, инструктор по физ. культуре, муз руководители
2	Организация работы спортивных кружков	ежегодно	Старший воспитатель, воспитатели, инструктор по физ. культуре
3	Внедрение оздоравливающих методик и технологий в режим детского сада	Постоянно	Педагогический коллектив
4	Обеспечение благоприятного психологического климата в ДОУ	Постоянно	Коллектив ДОУ
5	Проведение закаливающих процедур	Постоянно	Воспитатели
6	Активизация двигательной активности детей	Постоянно	Педагогический коллектив
7	Проведение профилактической работы среди детей и педагогов	По плану	Медперсонал ДОУ
8	Организация сбалансированного питания детей	Постоянно	Старшая медсестра, заведующая ДОУ

1.3. Валеологическое образование детей

Группа раннего возраста

Задачи возраста:

- обеспечивать медико-педагогические условия, способствующие своевременному развитию всех физиологических структур и функций организма ребенка;
- осуществлять целенаправленные мероприятия по охране и укреплению здоровья детей;
- обеспечивать условия для приобщения детей к выполнению гигиенических и закаливающих процедур, формировать культурно-гигиенические навыки;
- создавать атмосферу психологического комфорта и предупреждать утомление;
- обеспечить выполнение физиологически целесообразного единого для всей группы режима дня.

Младшая группа

Задачи возраста:

1. Формировать навыки здорового образа жизни, закреплять потребность в чистоте и аккуратности.
2. Формировать навыки культурного поведения; добиваться понимания детьми предъявляемых им требований.
3. Знакомить детей с факторами, влияющими на их здоровье.
4. Воспитывать потребность в оздоровительной активности.

Средняя группа

Задачи возраста:

1. Закреплять потребность в чистоте и аккуратности, продолжать формировать навыки культурного поведения.
2. Продолжать знакомить с факторами, влияющими на здоровье.
3. Развивать умение осознать и сформулировать свои ощущения, переживания, потребности, желания.
4. Формировать элементарные представления о видах медицинской активности.

Старшая группа

Задачи возраста:

1. Способствовать накоплению знаний о факторах, влияющих на здоровье человека.
2. Формировать позитивное отношение к гигиеническим навыкам, соотносить знания детей о культуре тела и психогигиене с реальными действиями в повседневной жизни.
3. Способствовать формированию представлений о душевной красоте и душевном здоровье человека.
4. Стимулировать ребёнка активно включаться в процесс физического развития.

Подготовительная группа

Цель: разностороннее и гармоничное развитие ребенка, обеспечение его полноценного здоровья, формирование убеждений и привычек здорового образа жизни на основе полученных знаний.

Задачи возраста:

- продолжать формировать культурно-гигиенические навыки: внимательно слушать и действовать по предложенному правилу либо плану;
- развивать у детей способность к анализу и синтезу, самоконтролю, самооценке при выполнении заданий по основам здорового образа жизни;
- формировать модели гигиенического поведения в типичных ситуациях (гигиенические навыки в режиме дня, во время приема пищи, водных процедур дома, в ДОУ, на улице или в общественном месте);
- вырабатывать у детей основы медицинских знаний и начальные навыки активного медицинского поведения в соответствующих жизненных ситуациях;
- совместно с родителями стимулировать развитие у детей самостоятельности и ответственности по отношению к своему здоровью и здоровью окружающих.

Примерные темы занятий с детьми дошкольного возраста

Объяснить детям необходимость соблюдения режима дня. Дать понятия об индивидуальном биоритме: «Совы», «Голуби», «Жаворонки». Дать понятие умственной и физической работоспособности у разных «хронотипов». Почему важна привычка вставать и ложиться в одно и то же время. Что происходит с человеком во сне: отдыхает, растет, запоминает. Утренние водные гигиенические процедуры. Завтрак, важность утреннего приема пищи. Двигательная активность – главный управитель всех биоритмов организма: важность подвижного образа жизни и необходимость периодического спокойного поведения, «тихих» игр, дневного сна. Почему надо принимать пищу в одно и то же время?

Таблица 2.3. Примерные темы занятий с детьми дошкольного возраста

Темы	Образовательные задачи
Изучаем свой организм	Дать детям элементарные сведения о своем организме. Научить искать пульс до и после бега. Убедить в необходимости заботиться о своих органах (глаза, уши, руки, ноги, зубы, кожа и т.п.). Для этого попробовать ходить с закрытыми глазами, послушать, заткнув уши, подвигаться, не сгибая руки и ноги в суставах
Чтобы быть здоровым «Личная гигиена» «Чистота и здоровье» «Экскурсия в продовольственный магазин»	Формировать у детей навыки личной гигиены (ухаживать, волосами, зубами, кожей). Учить видеть красоту и пользу в чистоте и опрятности. Что делать, чтобы не заболеть: польза прививок, закаливания. Полезные и бесполезные продукты
Если ты заболел «Таня простудилась»	Объяснить детям, как важно следить за своим состоянием здоровья. Формирование навыка пользования носовым платком, особенно при чихании и кашле. «Бедный зайчик заболел, ничего с утра не ел». Добиваться, чтобы дети в случае необходимости обращались ко взрослым за помощью.
Врачи – наши помощники Экскурсия в медицинский кабинет	Расширить представления детей о профессии врача, учить осознанно воспринимать врачебные предписания и строго их выполнять. Довести до сознания необходимость лечения в случае заболевания, объяснить, почему нельзя заниматься самолечением.
О роли лекарств и витаминов	Познакомить детей в доступной форме с профилактическими и лечебными средствами: медикаментозные, физические, нетрадиционные методы лечения. «Как лечили мишку». «Осторожно – лекарство» «В нашем саду растут витамины». «Лекарственные растения»
Ценности здорового образа жизни	Познакомить детей с основными ценностями здорового образа жизни. Способствовать осознанному приобщению к ним

Почему выгодно быть здоровым «Вредные микробы» «Чтобы зубы не болели» «Как уберечься от простуды?» «Закаляйся как сталь»	Убедить в необходимости профилактики заболеваний. Расширить и углубить знания детей о болезнях (инфекционных, простудных заболеваний), их вреде. «Грязные руки грозят бедой» Как устроен зуб. Зачем чистить зубы? Чтобы зубы не болели надо правильно питаться. Причины и признаки простудных заболеваний. Преграды простуде. Правила и виды закаливания теплом (баня, тепловые солнечные ванны) и холодом (обтирания и обливания водой).
Изучаем свой организм «Я узнаю себя» «Пять помощников моих» «Знакомство со своим телом»	Продолжать изучать с детьми строение организма. Кто охраняет мой рот (язык, губы, зубы). Для чего предназначены уши. Правила ухода. Знакомить их с функциями отдельных органов. Учить беречь свой организм и заботиться о нем. Почему мы не падаем (строение скелета).
Прислушиваемся к своему организму	Учить детей внимательно относиться к своему организму, прислушиваться к нему и распознавать симптомы заболевания. Добиваться того, чтобы дети о своих сомнениях своевременно сообщали взрослым.
Правила первой помощи. Уход за больным. «Когда врача нет рядом»	Дать детям сведения о службе «Скорой помощи». Продолжать знакомить детей с профессиями врача и медсестры, воспитывать уважение и доверие к людям этих профессий. Познакомить их с правилами неотложной помощи в некоторых случаях. Научить детей первоначальным навыкам безопасного ухода за больными.
«Вредные привычки»	Формирование у детей отрицательного эмоционально-оценочного отношения к вредным привычкам: курение, употребление алкоголя, переизбыток, малоподвижность и т.д.

1.4. План медицинской работы

Таблица 2.4. Основные направления медицинской работы в ДОО

Наименование мероприятий	Дата назначения	Ответств. за выполнение
1. Организационные мероприятия		
- Организация профилактических осмотров	I квартал	Зав.д/пол-кой
- Анализ состояния здоровья детей, оценка эффективности профилактических и оздоровительных мероприятий	IV квартал	Врач, м/с
- Организация работы по гигиеническому воспитанию детей, родителей.	постоянно	Врач, м/с
- Организация и проведение летней оздоровительной кампании.	постоянно	Врач, м/с
- Правильное оформление учетно-отчетной документации.	постоянно	м/с
2. Санитарно-эпидемиологические мероприятия		
- Соблюдение санэпидрежима.	постоянно	м/с, Воспитатели
- Проветривание групп.	постоянно	м/с, Воспитатели
- Обучение детей гигиеническим навыкам.	постоянно	Воспитатели, мл.воспит.
3. Мероприятия по снижению заболеваемости гельминтозами		

- Обследование детей и сотрудников на гельминты	1 раз	м/с
- Лечение инвазированных.	Своевременно	м/с
- Обследование инвазированных после лечения.	Своевременно	м/с
- Проведение текущей и заключительной дезинвазии.	Своевременно	м/с, мл.воспит.
- Обработка песка.	В летний период ежедн.	м/с
- Обучение детей гигиеническим навыкам.	Постоянно	воспитатели
- Проведение бесед и лекций с родителями по профилактике гельминтозов.	По плану	Воспитатели, мл.воспит, м/с
4. Питание		
- Контроль за состоянием фактического питания и анализ качества питания	Постоянно	м/с
- Санитарно-гигиеническое состояние пищеблока.	Постоянно	м/с, повара
- Составление меню.	Постоянно	Зав. д/с, м/с,
- Бракераж сырой и готовой продукции.	Постоянно	повара
Контроль за выполнение натуральных норм.	1 раз в 10 дн.	м/с,
5. Физическое воспитание		
- Распределение детей на физические группы для занятий физической культурой.	1 раз в год	Врач
Контроль за организацией физвоспитания и закаливания	1 раз в м-ц	м/с,
6. Иммунопрофилактика		
- Планирование и анализ вакцинации.	1 раз в год	Врач
- Осмотр перед прививкой.	1 раз в м-ц	Врач
- Вакцинация.	По плану вакцинации	м/с
- Контроль за состояние здоровья после прививки, регистрация местной и общей реакции на прививку.	По плану вакцинации	м/с
Направление в туб. диспансер детей с нарастанием туберкулиновой пробы и с виражом.	Постоянно	м/с
7. Диспансеризация		
- Проведение углубленных профилактических осмотров.	1 раз в год	Врач
- Проведение (совместно с педагогом) скрининг-тестов по выявлению отклонений в состоянии здоровья, оценка физической подготовленности детей.	1 раз в год	м/с
- Рекомендации педагогическому персоналу по коррекции отклонений в состоянии здоровья детей.	Постоянно	Врач
- Проведение назначенных оздоровительных мероприятий и контроль за их выполнением в д/саду, дет. пол-ке.	Постоянно	м/с

8. Лечебно-профилактические мероприятия		
- Контроль за УГГ, физкультурными занятиями, закаливающими мероприятиями.	1 раз в м-ц	м/с
- Контроль за питанием детей.	Постоянно	м/с,
- Витаминизация пищи.	Постоянно	Повара, м/с
- Осмотр детей на педикулез.	1 р. в неделю	Врач
- Диспансеризация детей.	В течение года	м/с
- Распределение мебели согласно росту детей.	2 р. в год Постоянно	Воспитатели Врач, м/с
- Проведение лечебно-профилактических мероприятий нуждающимся детям.	2 раза в год	Врач
- Контроль и оказание методической помощи в организации учебно-воспитательного процесса.	1 раз в месяц	м/с
9. Санитарно-просветительная работа		
- проведений консультаций воспитателей по привитию культурно-гигиенических навыков детям;	В течение года	м/с
- контроль работы воспитателей по привитию детям культурно-гигиенических навыков;	В течение года	м/с
- контроль выполнения детьми правил личной гигиены.	В течение года	Врач
- приглашать врачей специалистов для проведения лекций;	4 раза в год	м/с
- проведение бесед	1 р. в квартал	м/с

1.5.Формы и методы оздоровления детей

Таблица 2.5. Направления оздоровления детей

№	Формы	Методы
1	Обеспечение здорового ритма жизни	- щадящий режим (адаптационный период) - гибкий режим - организация микроклимата и стиля жизни группы - учет биоритмов - учет астрологических характеристик детей
2	Физические упражнения	- утренняя гимнастика (ежедневно 6 -10 мин в зале или на воздухе) - физкультурно – оздоровительные занятия в зале и на воздухе (3 раза в неделю) - подвижные и динамичные игры (ежедневно на прогулке в зависимости от ДА детей) - динамические паузы на занятиях(ежедневно, в зависимости от вида деятельности 2-4 мин.) - профилактическая гимнастика (упражнения, направленные на профилактику плоскостопия и нарушений осанки)-ежедневно - спортивные игры - занятия в спортивных секциях (вне ДООУ) - пешие прогулки (походы)- 1 раз в месяц 60-120 мин. -индивидуальная работа по развитию основных движений (ежедневно) -самостоятельная двигательная деятельность детей

		(ежедневно в помещении или на прогулке) (см приложение)
3	Гигиенические и водные процедуры	- умывание - мытье рук - игры с водой - полоскание горла - обеспечение чистоты среды
4	Свето-воздушные ванны	- проветривание помещений (в том числе сквозное) - сон при открытых фрамугах - прогулки на свежем воздухе (в том числе – «комнатные») - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха
5	Активный отдых	- Физкультурные развлечения (ежемесячно) - спортивные праздники с привлечением родителей(2-3 раза в год) - игры-забавы (еженедельно) - дни здоровья (ежемесячно) - каникулы (2 раза в год) - открытые физкультурные занятия (по просьбе родителей)
6	диетотерапия	- рациональное питание - индивидуальное меню (аллергия, ожирение, хронические заболевания)
7	Свето-и цветотерапия	- обеспечение светового режима - цветное и световое сопровождение среды и учебного процесса
8	музыкотерапия	- музыкальное сопровождение режимных моментов - муз.оформление фона занятий -музыкально-театральная деятельность
9	Аутотренинг и психогимнастика	Игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы - игры- тренинги на подавление отрицательных эмоций - расслабляющие тренинги (релаксация)
10	спецзакаливание	- элементы точечного массажа - игровой самомассаж - ходьба по ребристым и массажным доскам - танец на мокром полотенце - воздушна ванна и босоножье - тщательное соблюдение режима закаливания, введение и соблюдение режима медотводов
11	Пропаганда ЗОЖ	- курс лекций и бесед по валеологии - спецзанятия (ОБЖ)

Таблица 2.6. Здоровьесберегающие педагогические технологии

Формы работы	Время проведения, возраст детей	Особенности методики проведения	Ответственные
Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
Физкультурные минутки	Во время занятий 1,5-2 мин. во всех возрастных группах	Комплексы физических упражнений с выходом из-за стола, могут включать дыхательную гимнастику, для глаз	Воспитатели, музыкальный руководитель
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно	Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивных игр	Воспитатели, музыкальный руководитель
Пальчиковая гимнастика	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой ежедневно	Рекомендуется детям с речевыми проблемами. Проводится в любое время	Воспитатели, музыкальный руководитель
Упражнения после сна, «дорожки здоровья»	После сна вся группа ежедневно, начиная с младшего возраста	Комплексы физических упражнений в спальне и группе	Воспитатели
Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, начиная с младшего возраста	Проветривание помещения	Воспитатели
Технологии обучения здоровому образу жизни			
Физкультурные занятия	3 раза в неделю в спортивном зале, на улице, начиная с раннего возраста	Занятия проводятся в соответствии с программой	Воспитатели
Утренняя гимнастика	Ежедневно в музыкальном зале, в группе	Комплексы подбираются в соответствии с возрастными особенностями детей	Воспитатели
Занятия по здоровому образу жизни	В режимных моментах по плану воспитателя, как часть занятия во 2 младшей и средней группах и целое занятие в старшей и подготовительной группах 1 раз в месяц	Программа «Основы безопасности жизнедеятельности» (Р.Стеркина, О.Князева)	Воспитатели
Физкультурные досуги, праздники	2 раза в год (праздник), 1 раз в месяц (досуг),	В соответствии с программой и планом каждой возрастной	Музыкальный руководитель, старший

	начиная с младшего возраста	группы	воспитатель, воспитатели
--	--------------------------------	--------	-----------------------------

Таблица 2.7. Режим двигательной активности воспитанников ДОУ

Режимные моменты	Распределение времени в течение дня					
	1 группа раннего возраста	2 группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1. Физкультурно- оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада						
1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 5-6 минут	Ежедневно 5-6 минут	Ежедневно 5-6 минут	Ежедневно 6-8 минут	Ежедневно 8-10 минут	Ежедневно 10 минут
1.2. физкультминутки	ежедневно (в середине статистического занятия от 3 до 5 мин)					
1.3. Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 6-10 минут	Ежедневно 6-10 минут	Ежедневно 6-10 минут	Ежедневно 10-15 минут	Ежедневно 15-20 минут	Ежедневно 20-30 минут
1.4. закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна					
1.5. Дыхательная гимнастика	Ежедневно после дневного сна					
1.6. Спортивные упражнения	1-2 раза в неделю 10 мин	1-2 раза в неделю 10-15 мин	1-2 раза в неделю 15-20 мин	1-2 раза в неделю 20-25 мин	1-2 раза в неделю 25-30 мин	1-2 раза в неделю 25-30 мин
2. Физкультурные занятия						
2.1. Физкультурные занятия в спортивном зале	2 раза в неделю по подгруппам в групповом помещении	2 раза в неделю по подгруппам в групповом помещении	2 раза в неделю по 15 мин	2 раза в неделю по 20 мин	2 раза в неделю по 25 мин	2 раза в неделю по 30 мин
2.2. Физкультурные занятия на свежем воздухе	-	-	1 раз в неделю 15 мин	1 раз в неделю 20 мин	1 раз в неделю 25 мин	1 раз в неделю 30 мин
3. Спортивный досуг						
3.1. Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно под руководством воспитателя(продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)					
3.2. Спорт. праздники	-	-	-	Летом 1 раз в год	2 раза в год	2 раза в год
3.3. Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в месяц	1 раз в квартал	1 раз в месяц
3.4. Дни	1 раз в	1 раз в	1 раз в	1 раз в	1 раз в	1 раз в квартал

здоровья	квартал	квартал	квартал	квартал	квартал	
----------	---------	---------	---------	---------	---------	--

1.6. Контроль за результатами реализации программы.

Измерение промежуточных результатов реализации Программы здоровьесбережения производится в конце каждого учебного года и отражается в письменном отчёте с представлением итоговых данных в диаграммах с пояснениями к ним и предложениями.

Для измерения эффективности всех действий, заложенных в Программе здоровьесбережения, разработаны объективные критерии оценки результатов по достижению намеченной цели (приложение 2-4). Диагностические данные будут оформляться в «Паспорт здоровья» (приложение 5)

Таблица 2.8. Мониторинг реализации программы «Здоровье»

Параметры мониторинга	Критерии	Средства, формы диагностики	Сроки	Ответственные
1. Состояние здоровья воспитанников	Посещаемость, заболеваемость детей	Тетрадь посещаемости и заболеваемости	Ежедневно	медсестра
	Группы здоровья детей	Журнал профилактических осмотров Таблица распределения детей по группам здоровья	Октябрь, апрель	Врач-педиатр
	Хронические заболевания детей	Углубленный медосмотр: форма № 26-У	Март-апрель	Врач, .м/с
	Индекс Пинье (показатель пропорциональности физического развития)	Антропометрия	Октябрь, апрель	Медсестра
2. Физическая подготовленность	Уровень развития двигательных качеств	Экспресс – анализ по Сафоновой	Сентябрь, май	Инструктор по физ.воспитанию
3. Сформированность у дошкольников графической деятельности и мелкой моторики	Сформированность зрительно-ручной координации Качество выполнения графических заданий (ручная умелость)	Методики определения сформированности зрительно-ручной координации	Сентябрь Май	Воспитатели
4. Эмоциональное благополучие детей в детском саду	Уровень адаптации детей 1 младшей группы к условиям ДОУ.	Адаптационный лист	Август, сентябрь	Воспитатели 1 мл.групп
	Отношение детей к детскому саду	Анкетирование родителей	В течение года	Воспитатели

Таблица 2.9. Функциональные обязанности работников ДОУ в рамках реализации программы по здоровьесбережению детей.

Работник ДОУ	Обязанности
Заведующая ДОУ	<ul style="list-style-type: none"> ▪ общее руководство по внедрению программы ▪ анализ реализации программы - 2 раза в год ▪ контроль по соблюдению охраны жизни и здоровья детей
Старший воспитатель	<ul style="list-style-type: none"> ▪ проведение мониторинга (совместно с педперсоналом)

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ контроль за реализацией программы ▪ контроль за внедрением здоровьесберегающих технологий (приложение 6)
Педиатр	<ul style="list-style-type: none"> ▪ обследование детей, выявление патологии; ▪ определение оценки эффективности оздоровления, показателей физического развития
Инструктор по физкультуре	<ul style="list-style-type: none"> ▪ определение показателей двигательной подготовленности детей ▪ внедрение здоровьесберегающих технологий ▪ профилактика отклонений физического развития ▪ включение в физкультурные занятия: <ul style="list-style-type: none"> – упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия – дыхательных упражнений ▪ закаливающие мероприятия (по схеме, Приложение №7) <ul style="list-style-type: none"> - облегченная одежда детей ▪ проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья ▪ пропаганда здорового образа жизни
Педагоги	<ul style="list-style-type: none"> ▪ внедрение здоровьесберегающих технологий ▪ пропаганда здорового образа жизни ▪ проведение с детьми оздоровительных мероприятий: <ul style="list-style-type: none"> - закаливания - дыхательной гимнастики - кинезиологических упражнений - самомассажа - упражнений для профилактики плоскостопия и нарушений осанки ▪ пропаганда методов оздоровления в коллективе детей и родителей (приложение 7)
Медсестра	<ul style="list-style-type: none"> ▪ пропаганда здорового образа жизни ▪ организация рационального питания детей ▪ специфическая иммунопрофилактика (вакцинация) ▪ реализация оздоровительно-профилактической работы по годовому плану
Заместитель заведующей по АХЧ	<ul style="list-style-type: none"> ▪ создание материально-технических условий ▪ контроль за выполнением младшим обслуживающим персоналом санитарно-гигиенических условий при реализации программы ▪ создание условий для предупреждения травматизма в ДОУ ▪ обеспечение ОБЖ
Повар	<ul style="list-style-type: none"> ▪ организация рационального питания детей ▪ контроль за соблюдением технологий приготовления блюд ▪ контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм на пищеблоке
Младший обслуживающий персонал	<ul style="list-style-type: none"> ▪ соблюдение санитарно-охранительного режима ▪ помощь педагогам в организации образовательного процесса, физкультурно-оздоровительных мероприятий

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Описание материально-технического обеспечения

1. Материально – техническое обеспечение, оснащение образовательного процесса и развивающая среда детского сада соответствует ФГОС ДО и отвечают всем Санитарным правилам СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Санитарными правилами и нормам СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Учреждение построено по типовому проекту и расположено в типовом кирпичном 3-х этажном здании, площадь помещений составляет 4647,7 кв. м. Техническое состояние здания соответствует санитарным нормам. Имеются все виды благоустройства (водопровод, центральное отопление, канализация), находящиеся в удовлетворительном состоянии.

В дошкольном учреждении созданы все необходимые условия, позволяющие в полной мере эффективно осуществлять оздоровительную работу с детьми дошкольного возраста.

В дошкольном учреждении создана хорошая материально-техническая база для жизнеобеспечения и развития детей, которая значительно превышает минимальный уровень, которому соответствует на 100% и на 78% - расширенному уровню.

Таблица 3.1. Принципы формирования материально-технической базы

Составляющие материально-технической базы	Минимальный уровень	Базовый уровень	Расширенный уровень
Здание и прилегающая территория	любое	<ul style="list-style-type: none"> ▪ приспособленное + ▪ типовой проект + ▪ наличие оборудованных детских площадок для прогулок + 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ индивидуальный проект – ▪ наличие спортивной площадки (мини-стадиона) + ▪ наличие мини-сада (парка) -
Помещения детского сада	только групповые помещения и технические службы	<ul style="list-style-type: none"> ▪ наличие спортивного зала + ▪ наличие музыкального зала + ▪ наличие соответствующих помещений (медицинского блока, пищеблока, постирочной) + 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ наличие оборудованного театрального зала - ▪ наличие бассейна – ▪ наличие оздоровительного центра - ▪ наличие зимнего сада - ▪ наличие ИЗО-студии + ▪ наличие отдельного кабинета для методической службы + ▪ наличие кабинета логопеда + ▪ наличие кабинета психолога + ▪ наличие специализированных кабинетов +
Групповые помещения	любые	<ul style="list-style-type: none"> ▪ наличие отдельных спален в группах + ▪ наличие туалета + ▪ элементы фирменного оформления групп + 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ оборудовано рабочее место педагогов, включая компьютер, ± ▪ есть комплект мебели для взрослого: мягкая мебель, шкафы, стол +
Бытовое оборудование, инвентарь	доступное	<ul style="list-style-type: none"> ▪ полная сервировка, включая детские ножи, вилки, ложки двух 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ наличие праздничного сервиза, скатертей, вазочек, других элементов

		размеров + ■ привлекательные постельные, гигиенические принадлежности + ■ хозяйственное оборудование + ■ детские комплекты для бытового труда +	праздничного декора -
--	--	--	-----------------------

Все помещения детского сада соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной и электробезопасности, требованиям охраны труда воспитанников и сотрудников. Здание детского сада светлое, имеется центральное отопление, вода, канализация, сантехническое оборудование в хорошем состоянии.

Таблица 3.2. Описание материально- технического обеспечения программы здоровьесбережения.

Вид помещения. Функциональное использование	Оснащение
Групповые помещения: - Сюжетно – ролевые игры. - Самообслуживание. - Трудовая деятельность. - Самостоятельная творческая деятельность. - Ознакомление с природой, труд в природе.	- Физкультурный уголок. - Книжный уголок. - Дидактические, развивающие игры и пособия.
Спальное помещение: - Дневной сон. - Гимнастика после сна.	- Детские кровати. - Шкафы с методической литературой, наглядными пособиями, дидактическими играми для осуществления образовательного процесса. - Стол и стулья для воспитателей.
Приёмные комнаты (раздевалки): Информационно – просветительская работа с родителями	- Детские шкафы. - Стенды для родителей (законных представителей). - Выставки детского творчества. - Шкаф для верхней одежды воспитателей. - Саночная
Умывальные зоны: Формирование культурно – гигиенических навыков.	- Полотенечницы с ячейками. - Детские умывальные раковины. - Индивидуальные вешалки для полотенец. - Детские унитазы. - Хозяйственные шкафы. - Санитарная зона для взрослых
Кабинет учителя – логопеда: - Занятия по коррекции речи. - Консультативная работа с родителями по коррекции речи детей.	- Учебно – методические пособия. - Игрушки. - Комплект офисной мебели.
Физкультурный зал: - Непосредственно – образовательная деятельность по физическому развитию. - Спортивные досуги. - Развлечения, праздники. - Подвижные танцевальные игры под музыку.	- Спортивный инвентарь для прыжков, метания, лазанья. - Пианино.

Медицинский кабинет: - Осмотр детей, консультации медсестры, врача. - Консультативно – просветительская работа с родителями и работниками.	- Комплект медицинской мебели. - Ростомер. - Медицинские весы. - Холодильник. - Облучатель бактерицидный. - Динамометр кистевой. - Спирометр сухой. - Тонометр. - Осветитель таблиц для исследования остроты зрения. - Медицинский инструментарий - Плантограф. - Комплект офисной мебели.
--	---

3.2. Описание обеспечения методическими материалами

1. Власенко О.П. Комплексные занятия по программе "От рождения до школы" под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Первая младшая группа- Волгоград: Учитель 2015
2. Ковригина Т.В. Комплексные занятия по программе "От рождения до школы" под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Вторая младшая группа- Волгоград: Учитель 2014
3. 10. Эфанова З.А.. Комплексные занятия по программе "От рождения до школы" под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Средняя группа- Волгоград: Учитель 2014
4. Лободина Н.В. Комплексные занятия по программе "От рождения до школы" под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Старшая группа- Волгоград: Учитель 2015
5. Лободина Н.В. Комплексные занятия по программе "От рождения до школы" под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. Подготовительная группа- Волгоград: Учитель 2015
6. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Младшая группа.- М.: М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2015
7. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Средняя группа.- М.: М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2015
8. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Старшая группа.- М.: М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2015
9. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду: Подготовительная к школе группа.- М.: М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2015
10. Степаненкова Э.А. Сборник подвижных игр. Для занятия с детьми 2-7 лет.- М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2015
11. Пензулаева Л.И. Комплексы упражнений. Для занятий с детьми 3-7 лет.- М.: МОЗАЙКА-СИНТЕЗ, 2015
12. Бабенкова Е.А. Подвижные игры на прогулке.- М.: ТЦ Сфера, 2015
13. Павлова Г.А. Знакомим дошкольников с источниками опасности.- М.: ТЦ Сфера, 2015
14. Шорыгина Т.А. Беседы об основах безопасности с детьми 5-8 лет.- М.: ТЦ Сфера, 2015
15. Авдеева Н.Н., Князева О.Л., Стеркина Р.Б.. Основы безопасности детей дошкольного возраста. – М.: Просвещение, 2007.

3.3. Обеспеченность Программы средствами обучения и воспитания

МБДОУ достаточно оснащено современным оборудованием:

- Ноутбуки, портативные персональные компьютеры – 13 шт.
- интерактивная доска – 2 шт.;
- мультимедийный проектор – 3 шт.;
- МФУ, принтеры, ксероксы – 8 шт.;

Средства обучения и воспитания соответствуют принципу необходимости и достаточности для организации образовательной, коррекционной работы, медицинского обслуживания детей, методического оснащения воспитательно-образовательного процесса, а также обеспечения

разнообразной двигательной активности и музыкальной деятельности детей дошкольного возраста.

Оборудование для физического развития: спортивное оборудование и инвентарь: скамьи, приставные доски, дуги для подлезания, оборудование для прыгивания, шведская стенка, обручи, мячи, скакалки, кольца, кегли, канат. В групповых помещениях созданы условия для самостоятельной двигательной активности детей: обеспечение детей игрушками, побуждающими к двигательной игровой деятельности (мячи, обручи, скакалки, кегли).

3.4. Распорядок дня

Основа режима дня ДОУ – требования СанПин: 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Режим дня должен соответствовать возрастным особенностям детей и способствовать их гармоничному развитию. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

Рекомендуемая продолжительность ежедневных прогулок составляет 3 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки рекомендуется сокращать.

Рекомендуется организовывать прогулки 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.

При организации режима пребывания детей в дошкольных образовательных организациях (группах) более 5 часов организуется прием пищи с интервалом 3-4 часа и дневной сон.

Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности не должна превышать 10 мин..

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 3 до 4 лет - не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет - не более 25 минут, а для детей от 6 до 7 лет - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года. Режим двигательной активности представлен в приложении 2.

Рекомендуется использовать формы двигательной деятельности: утреннюю гимнастику, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическую гимнастику, занятия на тренажерах и другие.

В объеме двигательной активности воспитанников 5-7 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6-8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы дошкольных образовательных организаций.

Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

С детьми второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляют по подгруппам 2-3 раза в неделю. С детьми второго года жизни занятия по физическому развитию образовательной программы проводят в групповом помещении, с детьми третьего года жизни - в групповом помещении или в физкультурном зале.

Занятия по физическому развитию образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в младшей группе - 15 мин., - в средней группе - 20 мин.,
- в старшей группе - 25 мин.,
- в подготовительной группе - 30 мин.

Один раз в неделю для детей 5-7 лет следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

При проведении режимных процессов ДООУ придерживается следующих правил:

- Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (во сне, питании).
- Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.
- Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности.
- Формирование культурно-гигиенических навыков.
- Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.
- Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.
- Спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

Основные принципы построения режима дня:

- Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.
- Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в ДООУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня. Распорядок дня может изменяться в зависимости от времени года.

Таблица 3.3. Организация жизни и деятельности детей в холодный период года (группы раннего возраста)

Организация жизни детей	Время
Прием воспитанников, осмотр, гигиенические процедуры, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды; завтрак	8.20-8.40
Игры, самостоятельная деятельность, двигательные игры малой подвижности	8.40-9.00
Непосредственно образовательная деятельность, перерывы между НОД – 10 минут	9.00- 9.30
Подготовка к прогулке, прогулка	9.30-10.20
Второй завтрак	10.30-10.40
Прогулка (игры, наблюдения)	10.50-11.30
Возвращение с прогулки, игры	11.30-11.40
Подготовка к обеду, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды, обед	11.40-12.10
Подготовка ко сну, привитие культурно-гигиенических навыков	12.10-12.20
Дневной сон	12.20-15.20
Постепенный подъем, воздушные процедуры, пробуждающая гимнастика	15.20-15.30
Полдник, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды	15.30-15.40
Совместная деятельность воспитателя с детьми: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, дидактические игры, наблюдение, экспериментирование, досуги, чтение книг, рассматривание картин и иллюстраций, продуктивная деятельность,	15.40-16.40

самостоятельная деятельность, игры, подготовка к вечерней прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания; дополнительные платные образовательные услуги, непрерывная образовательная деятельность	
Подготовка к прогулке	16.40-16.50
Прогулка	16.50-18.20
Возвращение с прогулки, игры	18.20-18.30
Подготовка к ужину, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды, ужин	18.30-18.45
Игры, уход детей домой	18.45-19.00

Таблица 3.4. Организация жизни и деятельности детей в холодный период года (младшая группа)

Организация жизни детей	Время
Прием воспитанников, осмотр, гигиенические процедуры, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды; завтрак	8.20-8.40
Игры, двигательные игры малой подвижности	8.40-9.00
Непосредственно образовательная деятельность, перерывы между НОД – 10 минут	9.00- 9.40
Игры, самостоятельная деятельность, детская деятельность в ходе режимных моментов	9.40-10.20
Подготовка к второму завтраку, второй завтрак	10.20-10.30
Подготовка к прогулке, прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, труд, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность.	10.30-12.10
Возвращение с прогулки	12.10-12.20
Подготовка к обеду, обед, спокойные игры, подготовка к дневному сну: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания	12.20-12.40
Подготовка ко сну, привитие культурно-гигиенических навыков	12.40-12.50
Дневной сон	12.50-15.20
Постепенный подъем, воздушные процедуры, пробуждающая гимнастика	15.20-15.30
Полдник, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды	15.30-15.40
Совместная деятельность воспитателя с детьми: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, дидактические игры, наблюдение, экспериментирование, досуги, чтение книг, рассматривание картин и иллюстраций, продуктивная деятельность, самостоятельная деятельность, игры, подготовка к вечерней прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания; дополнительные платные образовательные услуги, непрерывная образовательная деятельность	15.40-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, приобщение детей к	18.20-18.30

общепринятым нормам поведения во время еды	
Ужин	18.30-18.45
Игры, самостоятельная деятельность ,уход детей домой	18.45-19.00

Таблица 3.5. Организация жизни и деятельности детей в холодный период года
(средняя группа)

Организация жизни детей	Время
Прием воспитанников, осмотр, гигиенические процедуры, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды; завтрак	8.20-8.40
Игры, двигательные игры малой подвижности	8.40-9.00
Непосредственно образовательная деятельность перерывы между НОД – 10 минут	9.00- 9.50
Игры, самостоятельная деятельность, детская деятельность в ходе режимных моментов	9.50-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, труд, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность.	10.40-12.20
Возвращение с прогулки	12.20-12.30
Подготовка к обеду, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды, обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.15
Постепенный подъем, воздушные процедуры, пробуждающая гимнастика	15.15-15.30
Полдник, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды	15.30-15.40
Совместная деятельность воспитателя с детьми: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, дидактические игры, наблюдение, экспериментирование, досуги, чтение книг, рассматривание картин и иллюстраций, продуктивная деятельность, самостоятельная деятельность, игры, подготовка к вечерней прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания; дополнительные платные образовательные услуги	15.40-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды	18.20-18.30
Ужин	18.30-18.45
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.45-19.00

Таблица 3.6. Организация жизни и деятельности детей в холодный период года
(старшая группа)

Организация жизни детей	Время
Прием воспитанников, осмотр, гигиенические процедуры, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.10

Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды; завтрак	8.20-8.40
Игры, двигательные игры малой подвижности	8.40-9.00
Непосредственно образовательная деятельность, перерывы между НОД – 10 минут, игры, деятельность в ходе режимных моментов	9.00- 10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, наблюдения, труд	10.40-12.20
Возвращение с прогулки	12.20-12.30
Подготовка к обеду, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды, обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, привитие культурно-гигиенических навыков	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные процедуры, пробуждающая гимнастика, самостоятельная деятельность	15.00-15.30
Полдник, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды	15.30-15.40
Совместная деятельность воспитателя с детьми: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, дидактические игры, наблюдение, экспериментирование, досуги, чтение книг, рассматривание картин и иллюстраций, продуктивная деятельность, самостоятельная деятельность, игры, подготовка к вечерней прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания; дополнительные платные образовательные услуги, непрерывная образовательная деятельность	15.40-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды	18.20-18.30
Ужин	18.30-18.45
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.45-19.00

Таблица 3.7. Организация жизни и деятельности детей в холодный период года (старшая группа логопедическая)

Организация жизни детей	Время
Прием воспитанников, осмотр, гигиенические процедуры, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды; завтрак	8.20-8.40
Игры, двигательные игры малой подвижности	8.40-9.00
Непосредственно образовательная деятельность, перерывы между НОД – 10 минут	9.00- 10.00
Игры, самостоятельная деятельность, детская деятельность в ходе режимных моментов	10.00-10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, наблюдения, труд	10.40-12.20

Возвращение с прогулки	12.20-12.30
Подготовка к обеду, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды, обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, привитие культурно-гигиенических навыков	12.50-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, воздушные процедуры, пробуждающая гимнастика, самостоятельная деятельность	15.00-15.30
Полдник, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды	15.30-15.40
Совместная деятельность воспитателя с детьми: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, дидактические игры, наблюдение, экспериментирование, досуги, чтение книг, рассматривание картин и иллюстраций, продуктивная деятельность, самостоятельная деятельность, игры, подготовка к вечерней прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания; дополнительные платные образовательные услуги, непосредственно образовательная деятельность, коррекционная работа по плану логопеда, самостоятельная деятельность	15.40-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды	18.20-18.30
Ужин	18.30-18.45
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.45-19.00

Таблица 3.8. Организация жизни и деятельности детей в холодный период года
(подготовительная к школе группа логопедическая)

Организация жизни детей	Время
Прием воспитанников, осмотр, гигиенические процедуры, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды; завтрак	8.20-8.40
Игры, двигательные игры малой подвижности	8.40-9.00
Непосредственно образовательная деятельность, перерывы между НОД – 10 минут, второй завтрак	9.00- 10.50
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, наблюдения, труд	10.50-12.30
Возвращение с прогулки	12.30-12.40
Подготовка к обеду, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды, обед	12.40-13.00
Подготовка ко сну, привитие культурно-гигиенических навыков	13.00-13.10
Дневной сон	13.10-15.10
Постепенный подъем, воздушные процедуры, пробуждающая гимнастика	15.10-15.20
Подготовка к полднику, полдник, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды	15.20-15.40
Совместная деятельность воспитателя с детьми: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, дидактические игры, наблюдение, экспериментирование, досуги, чтение книг, рассматривание картин и иллюстраций, продуктивная деятельность,	15.40-16.40

самостоятельная деятельность, игры, подготовка к вечерней прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания; дополнительные платные образовательные услуги, непосредственно образовательная деятельность, коррекционная работа по плану логопеда, самостоятельная деятельность	
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды	18.20-18.30
Ужин	18.30-18.45
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.45-19.00

Таблица 3.9. Организация жизни и деятельности детей в холодный период года
(подготовительная к школе группа)

Организация жизни детей	Время
Прием воспитанников, осмотр, гигиенические процедуры, игры, самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя гимнастика	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды; завтрак	8.20-8.40
Игры, двигательные игры малой подвижности	8.40-9.00
Непосредственно образовательная деятельность, перерывы между НОД – 10 минут	9.00- 10.30
Второй завтрак	10.30-10.40
Подготовка к прогулке, прогулка, игры, наблюдения, труд	10.50-12.30
Возвращение с прогулки	12.30-12.40
Подготовка к обеду, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды, обед	12.40-13.00
Подготовка ко сну, привитие культурно-гигиенических навыков	13.00-13.10
Дневной сон	13.10-15.10
Постепенный подъем, воздушные процедуры, пробуждающая гимнастика	15.10-15.20
Подготовка к полднику, полдник, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды	15.20-15.40
Совместная деятельность воспитателя с детьми: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, дидактические игры, наблюдение, экспериментирование, досуги, чтение книг, рассматривание картин и иллюстраций, продуктивная деятельность, самостоятельная деятельность, игры, подготовка к вечерней прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания; дополнительные платные образовательные услуги, непрерывная образовательная деятельность	15.40-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.20
Возвращение с прогулки, подготовка к ужину, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды	18.20-18.30
Ужин	18.30-18.45
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой	18.45-19.00

Таблица 3.10 Организация жизни и деятельности детей в теплый период года
(группа раннего возраста)

Режимные моменты	Время
-------------------------	--------------

Прием детей (на воздухе). Самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа.	7.00- 8.10
Утренняя гимнастика на свежем воздухе	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды	8.20-8.40
Игры детей по интересам	8.40-9.00
Игры детей по интересам, образовательная деятельность в т.ч. на прогулке	9.00-10.20
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.20-10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры, труд, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры.	10.40-12.10
Возвращение с прогулки: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду	11.30-11.40
Воспитание культуры еды, обед	11.40-12.10
Подготовка ко сну, привитие культурно-гигиенических навыков	12.10-12.20
Сон с использованием музыкотерапии и чтения произведений художественной литературы.	12.20- 15.20
Подъем, закаливающие процедуры. Гимнастика после сна в группе.	15.20- 15.30
Полдник. Воспитание культуры еды.	15.30-15.40
Игровая деятельность детей, в т.ч. на прогулке (приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность)	15.40-18.20
Подготовка к ужину, ужин	18.20 – 18.40
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями	18.40-19.00

Таблица 3.11 Организация жизни и деятельности детей в теплый период года
(Младший дошкольный возраст)

Режимные моменты	Время
Прием детей (на воздухе). Самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа.	7.00- 8.10
Утренняя гимнастика на свежем воздухе	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды	8.20-8.40
Игры детей по интересам	8.40-9.00
Игры детей по интересам, образовательная деятельность, в т.ч. на прогулке	9.00-10.20
Подготовка ко второму завтраку, второй завтрак	10.20-10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры, труд, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры.	10.40-12.10
Возвращение с прогулки: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду	11.30-11.40
Воспитание культуры еды, обед	11.40-12.10
Подготовка ко сну, привитие культурно-гигиенических навыков	12.10-12.20
Сон с использованием музыкотерапии и чтения произведений художественной литературы.	12.20- 15.20
Подъем, закаливающие процедуры. Гимнастика после сна в группе.	15.20- 15.30
Полдник. Воспитание культуры еды.	15.30-15.40
Игровая деятельность детей, в т.ч. на прогулке (приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность)	15.40-18.20
Подготовка к ужину, ужин	18.20 – 18.40
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой: индивидуальный контакт с	18.40-19.00

родителями

Таблица 3.12. Организация жизни и деятельности детей в теплый период года
(Средний дошкольный возраст)

Режимные моменты	Время
Прием детей (на воздухе). Самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа.	7.00- 8.10
Утренняя гимнастика на свежем воздухе	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды	8.20-8.40
Игры детей по интересам	8.40-9.00
Игры детей по интересам, образовательная деятельность, в т.ч. на прогулке	9.00-10.20
Подготовка к второму завтраку, второй завтрак	10.20-10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры, труд, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры.	10.40-12.10
Возвращение с прогулки: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду	12.20-12.30
Воспитание культуры еды, обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, привитие культурно-гигиенических навыков	12.50-13.00
Сон с использованием музыкотерапии и чтения произведений художественной литературы.	13.00- 15.15
Подъем, закаливающие процедуры. Гимнастика после сна в группе.	15.15- 15.30
Полдник. Воспитание культуры еды.	15.30-15.40
Игровая деятельность детей, в т.ч. на прогулке (приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность)	15.40-18.20
Подготовка к ужину, ужин	18.20 – 18.40
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями	18.40-19.00

Таблица 3.13. Организация жизни и деятельности детей в теплый период года
(Старший дошкольный возраст)

Режимные моменты	Время
Прием детей (на воздухе). Самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа.	7.00- 8.10
Утренняя гимнастика на свежем воздухе	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды	8.20-8.40
Игры детей по интересам	8.40-9.00
Игры детей по интересам, образовательная деятельность, в т.ч. на прогулке	9.00-10.20
Подготовка к второму завтраку, второй завтрак	10.20-10.40
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры, труд, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры.	10.40-12.20
Возвращение с прогулки: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду	12.20-12.30
Воспитание культуры еды, обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, привитие культурно-гигиенических навыков	12.50-13.00
Сон с использованием музыкотерапии и чтения произведений художественной литературы.	13.00- 15.00
Подъем, закаливающие процедуры. Гимнастика после сна в группе.	15.00- 15.30

Полдник. Воспитание культуры еды.	15.30-15.40
Игровая деятельность детей, в т.ч. на прогулке (приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность)	15.40-18.20
Подготовка к ужину, ужин	18.20 – 18.40
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями	18.40-19.00

Таблица 3.14. Организация жизни и деятельности детей в теплый период года
(Подготовительный к школе возраст)

Режимные моменты	Время
Прием детей (на воздухе). Самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа.	7.00- 8.10
Утренняя гимнастика на свежем воздухе	8.10-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды	8.20-8.40
Игры детей по интересам	8.40-9.00
Игры детей по интересам, образовательная деятельность, в т.ч. на прогулке	9.00-10.30
Подготовка к второму завтраку, второй завтрак	10.30-10.50
Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры, труд, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры.	10.50-12.20
Возвращение с прогулки: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду	12.20-12.30
Воспитание культуры еды, обед	12.30-12.50
Подготовка ко сну, привитие культурно-гигиенических навыков	12.50-13.00
Сон с использованием музыкотерапии и чтения произведений художественной литературы.	13.00- 15.00
Подъем, закаливающие процедуры. Гимнастика после сна в группе.	15.00- 15.30
Полдник. Воспитание культуры еды.	15.30-15.40
Игровая деятельность детей, в т.ч. на прогулке (приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность)	15.40-18.20
Подготовка к ужину, ужин	18.20 – 18.40
Игры, самостоятельная деятельность, уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями	18.40-19.00

При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать индивидуальные особенности детей (длительность сна, вкусовые предпочтения, темп деятельности и т. д.). Чем ближе к индивидуальным особенностям ребенка режим детского сада, тем комфортнее он себя чувствует, тем лучше его настроение и выше активность.

Прогулка является надежным средством укрепления здоровья детей и профилактики утомления. На прогулке они могут удовлетворить свою потребность в двигательной активности (в самостоятельных и организованных подвижных, спортивных играх и упражнениях).

Недопустимо сокращать время прогулок; воспитатель должен обеспечить достаточное пребывание детей на свежем воздухе в соответствии с режимом дня. Продолжительность прогулки во многом зависит от ее организации. Процесс одевания и раздевания нередко затягивается, особенно в холодное время года. Правильно сформированные навыки самообслуживания, умение аккуратно складывать одежду в определенном порядке, ожидание интересной прогулки — все это помогает детям собираться быстрее и позволяет дольше находиться на свежем воздухе.

Дневной сон. Правильное чередование сна и бодрствования способствует нормальной психической деятельности, особенно в дошкольном возрасте. Быстрому засыпанию и глубокому сну способствуют разнообразная активная деятельность детей во время бодрствования; спокойные занятия, снимающие перевозбуждение, перед отходом ко сну. В помещении, где спят дети, следует создать спокойную, тихую обстановку. Постоянный приток свежего воздуха в спальное помещение также способствует спокойному и глубокому сну.

3.5. Описание организации предметно-пространственной среды

Развивающая среда МБДОУ – комплекс психолого-педагогических условий развития интеллектуальных и творческих способностей в организованном пространстве.

Цель создания среды развивающей среды в МБДОУ – обеспечить систему условий, необходимых для развития программы здоровьесбережения, а так же разнообразных видов детской деятельности.

В МБДОУ развивающая среда построена так, чтобы обеспечить полноценное физическое, художественно-эстетическое, познавательное, речевое и социально – коммуникативное развитие ребёнка. Сюда относятся: природная среда и объекты, физкультурно – игровые и спортивные сооружения в помещении и на участке, предметно-игровая среда, музыкально – театральная, предметно – развивающая среда для занятий.

Основываясь на требованиях ФГОС ДО, СанПиН, Примерного перечня игрового оборудования для учебно – материального обеспечения дошкольных образовательных учреждений, в МБДОУ развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства МБДОУ, а также территории, прилегающей к МБДОУ, приспособленной для реализации программы, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития. Оборудование помещений является безопасным, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным. Мебель соответствует росту и возрасту детей, игрушки обеспечивают максимальный для данного возраста развивающий эффект.

**Оценка эффективности и
качества реализации Программы здоровьесбережения:**

1. Состояние психофизического здоровья детей
 - 1.1. Числовые показатели распределения детей по группам здоровья.
 - 1.2. Среднее количество дней, пропущенных по болезни одним воспитанником за год.
 - 1.3. Уровень физической подготовленности дошкольников.
 - 1.4. Уровень познавательного развития.
 - 1.5. Уровень освоения основной образовательной программы ДОУ.
 - 1.6. Состояние речи дошкольников (отсутствие грубой речевой патологии).
 - 1.7. Процент детей, функционально незрелых к обучению в школе.
 - 1.8. Количество детей «группы особого внимания».
2. **Отношение педагогов и родителей к здоровьесберегающей деятельности:**
 - 2.1. Уровень компетентности педагогов в вопросах качественного моделирования здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме.
 - 2.2. Доля авторских инновационных здоровьесберегающих разработок в образовательном пространстве ДОУ.
 - 2.3. Степень информационной грамотности родителей по соблюдению преемственности в использовании принципов здоровьесбережения детей в семье.

**СРЕДНИЕ ПОКАЗАТЕЛИ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ 3 – 7 ЛЕТ**

ПОКАЗАТЕЛИ	ПО Л	ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ				
		3 ГОДА	4 ГОДА	5 ЛЕТ	6 ЛЕТ	7 ЛЕТ
<i>Быстрота (сек)</i>						
Бег на 30 м	М	11.0 - 9.0	10.5 - 8.8	9.2 - 7.9	8.4 - 7.6	8.0 - 7.4
	Д	12.0 - 9.5	10.7 - 8.7	9.8 - 8.3	8.9 - 7.7	8.7 - 7.3
<i>Динамометрия (кг)</i>						
Сила кисти правой руки	М	3.4 - 6.2	3.9 - 7.5	6.5 - 10.3	9.6 - 14.4	11.6 - 15.0
	Д	2.6 - 5.0	3.1 - 6.0	4.9 - 8.7	7.9 - 11.9	9.4 - 14.4
Сила кисти левой руки	М	3.1 - 5.5	3.5 - 7.1	6.1 - 9.5	9.2 - 13.4	10.5 - 14.1
	Д	2.5 - 4.9	3.2 - 5.6	5.1 - 8.7	6.8 - 11.6	8.6 - 13.2
<i>Скоростно-силовые качества (см)</i>						
Прыжок в длину с места	М	47.0 - 67.5	53.5 - 76.6	81.2 - 102.4	86.3 - 108.7	94.0 - 122.4
	Д	45.0 - 49.0	51.1 - 73.9	66.0 - 94.0	77.7 - 99.6	80.0 - 123.0
Прыжок в высоту с места	М	-	-	20.2 - 25.8	21.1 - 26.9	23.8 - 30.2
	Д	-	-	20.4 - 25.6	20.9 - 27.1	22.9 - 29.1
Бросок набивного мяча двумя руками из-за головы из ИП стоя	М	119-157	117-185	187-270	221-303	242-360
	Д	97-133	97-178	138-221	156-256	193-311
Метание мешочка с песком вдаль правой рукой	М	1.8 - 3.6	2.5 - 4.1	3.9 - 5.7	4.4 - 7.9	6.0 - 10.0
	Д	1.5 - 2.3	2.4 - 3.4	3.0 - 4.4	3.3 - 4.7	4.0 - 6.8
Метание мешочка с песком вдаль левой рукой	М	2.0 - 3.0	2.0 - 3.4	2.4 - 4.2	3.3 - 5.3	4.2 - 6.8
	Д	1.3 - 1.9	1.8 - 2.8	2.5 - 3.5	3.0 - 4.7	3.0 - 5.6
<i>Гибкость (см)</i>						
Наклон туловища вперед на гимнастической скамейке	М	-	1 - 4	2 - 7	3 - 6	-
	Д	-	3 - 7	4 - 8	4 - 8	-
III. Выносливость						
Бег на 90 м	М,Д	-	-	30.6 - 25.0	-	-
Бег на 120 м	М,Д	-	-	-	35.7 - 29.2	-
Бег на 150 м	М,Д	-	-	-	-	41.2 - 33.6
<i>Ловкость (сек)</i>						
Бег на 10 м между предметами	М	-	8.5 - 8.0	7.2 - 5.0	5.0 - 1.5	-
	Д	-	9.5 - 9.0	8.0 - 7.0	6.0 - 5.0	-
<i>Статистическое равновесие (сек)</i>						
Удержание равновесия на одной ноге	М	-	3.3 - 5.1	7.0 - 18.0	40 - 60	-
	Д	-	5.2 - 8.1	9.4 - 14.2	50 - 60	-

**ШКАЛА ОЦЕНКИ
ТЕМПОВ ПРИРОСТА ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Темпы прироста в %	Оценка	За счет чего достигнут прирост
До 8%	Неудовлетворительно	За счет естественного роста
8 – 10 %	Удовлетворительно	За счет естественного роста и увеличения естественной двигательной активности
10 – 15 %	Хорошо	За счет естественного роста и целенаправленной системы физического воспитания
Свыше 15 %	Отлично	За счет эффективного использования естественных сил природы и физических упражнений

ПАСПОРТ ЗДОРОВЬЯ

Ф.И. ребенка _____

Возраст _____

№ п/п	Параметры	Начало года	Конец года	Изменения
1. Семейный портрет				
1.1.	Вредные привычки родителей			
1.2.	Психологический климат семьи			
2. Общее состояние здоровья				
2.1.	Заболевания в днях			
2.2.	Группа здоровья			
3. Уровень сформированности культурно-гигиенических навыков				
3.1.				
4. Вредные привычки ребенка				
4.1.				
5. Интересы и склонности				
5.1.				
6. Уровень развития психофизических качеств				
6.1.	III. Быстрота Бег на 30 м со старта (сек)			
6.2.	IV. Скоростно-силовые качества Прыжок в длину с места (см) Прыжок в высоту с места (см) Метание мешочка правой рукой (м) Метание мешочка левой рукой (м) Метание набивного мяча (1кг) из-за головы (см)			
6.3.	V. Выносливость Скорость бега на 150 м (сек)			
6.4.	Гибкость Наклон туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке (см)			
6.5.	VI. Ловкость Скорость бега на 10 м, обегая кегли (сек)			
6.6.	VII. Статистическое равновесие Удержание равновесия, стоя на одной ноге (сек)			
6.7.	VIII. Координационные способности Количество подбрасываний и ловли мяча			

**Структура внедрения здоровьесберегающих
методик, технологий в ДОУ**

Вводный этап. Подготовительный.	Ознакомление с теоретическими основами методики, технологии: <ul style="list-style-type: none"> • Определение оздоровительной направленности и значимости для ребенка • Педагогико- психолого-медицинская оценка эффективности и прогноз результативности
	Изучение мнения родителей и получение семейной поддержки
Основной этап. Практический	Создание условий и оформление необходимого материала
	Включение методики в педагогический процесс
Заключительный этап. Аналитический	Анализ результатов использования: <ul style="list-style-type: none"> • Мониторинг детей • Спец.опрос родителей, педагогов
	Показ результатов <ul style="list-style-type: none"> • Открытые мероприятия • Выступления • Наглядный материал
	Выводы и предложения

Модель стратегии и тактики работы воспитателя с родителями

1 этап Ознакомительный	Сбор информации (собеседование, анкетирование, наблюдение) Выделение группы риска (по результатам исследований)
2 этап Общепрофилактический	Наглядная агитация (стенды, памятки, печать) Встречи со специалистами
3 этап Работа с группой риска	Выявление проблем (беседы, наблюдения, тесты, опросы) Коррекция родительских установок (тренинги, беседы)
4 этап Индивидуальная работа	Выявление, знакомство с опытом семейного воспитания (выступления в печати, на сайте) Консультативная индивидуальная помощь (по запросам)
5 этап Рефлексивный	Выявление изменений родительских установок в группе риска (беседы, наблюдения) Дополнительное обсуждение отдельных вопросов (с привлечением специалистов)
6 этап Интегративный	Современные мероприятия (с привлечением группы риска) Дискуссии (совместное обсуждение проблем)
7 этап Перспективный	Совместное обсуждение планов на будущее