****

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Целевой раздел
 | 3 |
| * 1. Пояснительная записка
 | 3 |
| * + 1. Актуальность программы
 | 3 |
| * + 1. Цель и задачи программы
 | 4 |
| 1.1.3. Основные принципы и подходы программы | 4 |
| 1.1.4. Анализ значимых для программы характеристик | 5 |
| 1.1.4.1. Индивидуальные особенности воспитанников МБДОУ №30 | 5 |
| 1.1.4.2. Анализ созданных условий | 7 |
| * + 1. Сроки реализации программы
 | 8 |
| 1.1.6. Основные направления программы здоровьесбережения | 9 |
| * + 1. Ожидаемые результаты реализации программы здоровьесбережения
 | 11 |
| 2. Содержательный раздел | 12 |
| 2.1. Проблемно-ориентированный анализ | 12 |
| * 1. Мероприятия по реализации основных направлений в здоровьесберегающей деятельности ДОУ на период 2016-2021 гг.
 | 13 |
| * 1. Валеологическое образование детей
 | 21 |
| * 1. План медицинской работы
 | 23 |
| * 1. Формы и методы оздоровления детей
 | 25 |
| * 1. Контроль за результатами реализации программы
 | 29 |
| 1. Организационный раздел
 | 32 |
| 3.1. Описание материально-технического обеспечения | 32 |
| 3.2. Описание обеспечения методическими материалами | 34 |
| 3.3. Обеспеченность программы средствами обучения и воспитания | 35 |
| 3.4. Распорядок дня | 35 |
| 3.5. Описание организации предметно пространственной среды | 43 |
| Приложения | 44 |

1. **ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**
	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;

- СанПиН 2.4.1 3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»

- 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. **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 важность 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, пытливый, активный ребёнок – результат взаимопонимания и единства усилий педагогического коллектива и родителей.

* + 1. **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 2016-2021 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** |
| Культурно-исторический 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 кон-тексте 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, справедли-вость, 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.  |
| Компетент-ностный 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 (биб-лиотеки, музеи, театры и т.д.), учреждения дополнительного обра-зования, клубы по интересам, досуговые центры, средства массовой информации и коммуникации) и внутренней среды ДОУ в воспитании и развитии личности ребенка. |
| Проблемный подход | предусматривает проектирование и реализацию деятельности ДОУ по актуальным проблемам, обусловленным противоречиями между возможностями МБДОУ, запросами родителей и потребностями ребенка |

**1.1.4. Анализ значимых для программы характеристик**

**1.1.4.1. Индивидуальные особенности воспитанников МБДОУ №30**

МБДОУ «Детский сад №30» -новое учреждение, построенное в 2015 году. Массовый прием детей осуществлялся с середины января 2016 года, поэтому основой для данного пункта стали сведения, отраженные в медицинских картах воспитанников, а так же сведения первого мониторинга, проведеноого в детском саду. Динамический анализ показателей здоровья не представляется возможным провести.

В ДОУ проводится большая работа по созданию благоприятных условий для адаптации детей к условиям детского сада. При открытии дети поступали в  детский сад неравномерно, январь- массово, с февраля по май постепенно, до 2-3  человек в день в одну группу одновременно. Педагогами осуществлялся весь комплекс адаптационных мероприятий, направленных на создание психологически комфортных условий пребывания ребенка в группе: индивидуальный подход, щадящий режим,  консультации для родителей.  Однако адаптация проходила достаточно сложно, и это  связано с возрастным контингентом детей. В дошкольное учреждение  поступило большое количество домашних детей в возрасте до 3 лет.

Всего в дошкольное учреждение на данный момент принято 179 детей, из них:

|  |  |
| --- | --- |
| *Девочки* | *Мальчики* |
| 84 – 47 % | 95 – 53 % |

Таблица 1.2. Распределение воспитанников по группам здоровья

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Группа здоровья** | **Количество детей** | **% от общего количества детей** |
| I | 57 | 31,8 |
| II | 102 | 57,0 |
| III | 20 | 11,2 |
| IV | - | - |

ДОУ посещают дети из \_\_170\_\_\_ семей.

Таблица 1.3. Характеристика семей воспитанников

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Количество семей** | **Количество детей** |
| Полная семья | 130 | 137 |
| Неполная | 40 | 42 |
| Многодетная | 9 | 13 |
| Неблагополучная | 2 | 3 |
| Семья беженцев | 1 | 1 |
| Семья переселенцев | - | - |
| Семьи, где родители опекуны | 1 | 1 |

В МБДОУ в режиме полного дня (12-ти часового пребывания) функционируют 9 групп общеразвивающей направленности.

Таблица 1.4. возрастные особенности детей

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Название** **группы** | **Возрастная категория** | **Направленность групп** | **Количество детей** | **Количество групп** |
| Вторая группа раннего возраста | От 2 до 3 лет | Общеразвивающая | 21 | 1 |
| Вторая младшая группа | От 3 до 4 лет | Общеразвивающая | 59 | 3 |
| Средняя группа  | От 4 до 5 лет | Общеразвивающая | 41 | 2 |
| Старшая группа | От 5 до 6 лет | Общеразвивающая | 39 | 2 |
| Подготовительная группа | От 5 до 8 лет | Общеразвивающая | 19 | 1 |
| Итого |  |  | 179 | 9 |

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. **Сроки реализации программы**

*1. Подготовительный этап (мотивационно-целевой) - 2016 – 2017 гг.*

Данный этап предусматривает:

-Проблемно-целевой анализ ситуации ДОУ.

-Обеспечение мотивационной готовности педагогов;

-Систематизация и обобщение внутреннего опыта деятельности ДОУ, 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 - 2017 – 2020 гг.*

Данный этап предусматривает:

- Овладение здоровьесберегающими технологиями педагогами ДОУ;

- научно-методическое обеспечение качественно нового уровня воспитательно-образовательного пространства в рамках новой модели учреждения;

- разработка новых форм взаимодействия ДОУ и семьи;

- создание инновационной модели медико-психолого-педагогической службы;

*3. Заключительный этап (оценочно-рефлексивный) - 2020 – 2021 гг.*

Данный этап предусматривает:

- Рефлексия деятельности;

- Систематизация опыта работы ДОУ;

- Определение дальнейших перспектив развития ДОУ.

**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 ДОУ 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*

* Наращивание 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
1. *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.
2. *Медицинское направление*
* Проведение мероприятий по снижению заболеваемости
* Проведение диспансеризации
* Проведение иммунопрофилактики
* Проведение лечебно-профилактических мероприятий
	+ 1. **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 | * 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 | * повышение профессиональной компетентности педагогов в условиях инновационного ДОУ;
* обновление содержания и технологий физкультурно-оздоровительного, корреционно-развивающего направления;
* реализация социального заказа родителей.
 |
| Родители  | * 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-социо-психолого-педагогическое обеспечениеИнтеграция 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»Организация медико-психолого-педагогической службы (ПМПК, консультативный центр) |
| Образовательное пространство | Несогласованность 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 семьиПреемственность | 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. Оснащениеплощадок 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. **Мероприятия по реализации основных направлений в здоровьесберегающей деятельности ДОУ на период 2016-2021 гг.**

Временные рамки и основные этапы

I этап.2016-2017 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. 2017-2020 гг. **–** основной.

Реализация основных направлений деятельности МБДОУ по здоровьесбережению.

III этап. 2020-2021 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** |
| 1. **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:* определение подходов к содержанию методической работы по вопросам использования здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе с детьми дошкольного возраста;
* 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
 | постоянно | Заведующий ДОУ |
| 3. | Осуществление в практике ДОУ системного подхода к управлению здоровьесбережением:* 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.
 | 2016-2020 гг. | Администрация МДОУ |
| 4 | Разработка здоровьесберегающих требований для организации  | 2016-2017 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 | 2016-2017 гг. | Старший воспитатель |
| 7 | Организация работы по физической культуре для детей :* 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
 | 2016-2017 гг.2016-2021 гг. | 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 | 2017 г. | Заведующий ДОУ |
| 10 | Расширение специализированного перечня образовательных услуг в соответствии с потребностями родителей и детей  | 2017 г. | Заведующий ДОУ |
| 11 | Создание банка данных по инновационным формам организации взаимодействия с родителями | 2017 г. | Ст.воспитатель  |
| **II. Диагностическое направление** |
| 1. | Анализ исходного состояния психофизического здоровья детей, их валеологических знаний, умений и навыков | сентябрь-октябрь 2016 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 2019 | Старшие воспитатели |
| 8. | Организация педагогического мониторинга по здоровьесберегающей деятельности:* 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 | 2016-2021 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 | 2021 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" | 2016 г. | Инструктор по физ.культуре |
| 3 | Формирование на группах стенда "Советы от логопеда" | 2016-2017 уч.г. | Учитель-логопед |
| 4 | Рекомендации для родителей на сайте  | 2017-2018 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) | 2017 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:* проведение анкетирования;
* проведение индивидуальных консультаций с педагогами;
* проведение тренинговых занятий с отдельными категориями педагогов.
 | Ежегодносогласно плану | Старший воспитатель |
| 5 | Создание картотеки дидактических игр и упражнений по формированию лексико-грамматического строя речи у детей со стёртой дизартрией | 2016-2017 уч.г. | Учитель-логопед |
| 6 | Создание картотеки физических упражнений | 2016-2017 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:* 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 квартал1 раз в полугодие**2 раза в год****1 раз в месяц**2 раза в кварталежегодно2 раза в годежемесячно | Заведующий ДОУ |
| 3. | Разработка системы работы по координации взаимодействия с организациями здоровьесбережения  | 2016 г. | Заведующий ДОУ |
| 4. | Консультирование педагогического процесса на принципах здоровьесбережения:* 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:* 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:* разработка системы по обучению детей противопожарной безопасности;
* разработка занятий по обучению детей правилам дорожного движения;
* разработка системы кружковых занятий по основам безопасности жизнедеятельности;
* создание здоровьесберегающего пространства по всем разделам здоровьесбережения, оформление наглядности для детей и родителей
 | 2015-2020 гг. | Педагоги ДОУ |
| **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 | 2021г. | Заведующий ДОУ |
| 3. | Заседание научно-методического совета:* 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 | 2020 гг. | Администрация ДОУ |
| 7. | Подведение итогов апробации в ДОУ дополнительной образовательной программы «Остров здоровья» | 2021 гг. | Администрация ДОУ |
| **VIII. Правовое направление** |
| 1. | Ознакомление с нормативно- правовой базой, регламентирующей деятельность ДОУ по защите здоровья детей  | 2016г. | Заведующий ДОУ  |
| 2. | Корректировка локальных актов, регламентирующих здоровьесберегающую деятельность ДОУ: Положения о ПМПк, экспертном совете ДОУ и др. | 2016 г. | Заведующий ДОУ |
| 3. | Выработка документационного обеспечения мониторинга здоровьесбережения:* разработка и ведение индивидуальных образовательных маршрутов
 | 2016 г. | Заведующий ДОУ |
| **IX. Материально- техническое направление** |
| 1 | Организация работы физиокабинета, оснащение современным оборудованием | 2016 – 2017 гг | Заведующий ДОУмедсестра |
| 2 | Создать аудиотеку релаксационной музыки | 2016-2017 г | Инструктор по физической культуре |
| 3 | Организация медико-психолого-педагогической службы (ПМПК, консультативный центр) | 2017 г | Заведующий, Старший воспитатель, педагог - психолог, учитель-логопед |
| 4 | Пополнить физкультурные уголки в группах новым оборудованием.  | 2016-2021 гг | Воспитатели |
| 5 | Приобрести и изготовить таблицы, макеты, плакаты по валеологическому воспитанию детей. | 2016-2017 гг | Старший воспитатель, воспитатели |
| 6 | Создать библиотеку валеологической литературы | 2016-2017 гг | Заместитель Старший воспитатель |
| 7 | Оснащение физкультурного зала (приложение 1) |  |  |
| **Х. Физкультурно-оздоровительное направление** |
| 1 | Разработать конспекты физкультурных занятий различных видов,внедрить комплексный подход к проведению оздоровительной работы | 2012 - 2016 годы | Воспитатели, инструктор по физ. культуре, муз руководители |
| 2 | Организация работы спортивных секций | 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 |

# 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 работоспособ-ности 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 неполезные 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 помощникиЭкскурсия 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. Добивать 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, переедание, малоподвижность и т.д. |

* 1. **План медицинской работы**

Таблица 2.4. Основные направления медицинской работы в ДОУ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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 | IY 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 годПостоянно | ВоспитателиВрач, 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. **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 ДОУ)- 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- цветовое 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), начиная с младшего возраста | В соответствии с программой и планом каждой возрастной группы | Музыкальный руководитель, старший 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 | Ежедневно5-6 минут | Ежедневно5-6 минут | Ежедневно5-6 минут | Ежедневно6-8 минут | Ежедневно8-10 минут | Ежедневно10 минут |
| 1.2. физкультминутка | ежедневно ( в середине статистического занятия от 3 до 5 мин) |
| 1.3. Игры и физические упражнения на прогулке | Ежедневно6-10 минут | Ежедневно6-10 минут | Ежедневно6-10 минут | Ежедневно10-15 минут | Ежедневно15-20 минут | Ежедневно20-30 минут |
| 1.4. закаливающие процедуры | Ежедневно после дневного сна |
| 1.5. Дыхательная гимнатика | 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 подгуппам в групповом помещении | 2 раза в неделю по подгуппам 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. Свмостоятельная 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 здоровья | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал |

* 1. **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»

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Параметрымониторинга | Критерии  | Средства, формы диагностики | Сроки  | Ответственные |
| 1. Состояние здоровья воспитанников | Посещаемость, заболеваемость детей | Тетрадь посещаемости и заболеваемости | Ежедневно | медсестра |
| Группы здоровья детей | Журнал профилактических осмотровТаблица 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 координацииКачество выполнения графических заданий (ручная умелость) | Методики определения сформированности зрительно-ручной координации  | СентябрьМай  | Воспитатели |
| 4. Эмоциональноеблагополучиедетей в детскомсаду | Уровень адаптации детей 1 младшей группы к условиям ДОУ. | Адаптационный лист | Август, сентябрь | Воспитатели1 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 | * общее руководство по внедрению программы
* анализ реализации программы - 2 раза в год
* контроль по соблюдению охраны жизни и здоровья детей
 |
| Старший воспитатель | * проведение мониторинга (совместно с педперсоналом)
* контроль за реализацией программы
* контроль за внедрением здоровьесберегающих технологий (приложение 6)
 |
| Педиатр | * обследование детей, выявление патологии;
* определение оценки эффективности оздоровления, показателей физического развития
 |
| Инструктор по физкультуре | * определение показателей двигательной подготовленности детей
* внедрение здоровьесберегающих технологий
* профилактика отклонений физического развития
* включение в физкультурные занятия:
	+ упражнений для профилактики нарушений осанки, плоскостопия
	+ дыхательных упражнений
* закаливающие мероприятия (по схеме, Приложение №7)
	+ облегченная одежда детей
* проведение спортивных праздников, развлечений, Дней здоровья
* пропаганда здорового образа жизни
 |
| Педагоги | * внедрение здоровьесберегающих технологий
* пропаганда здорового образа жизни
* проведение с детьми оздоровительных мероприятий:
	+ закаливания
	+ дыхательной гимнастики
	+ кинезиологических упражнений
	+ самомассажа
	+ упражнений для профилактики плоскостопия и нарушений осанки
* пропаганда методов оздоровления в коллективе детей и родителей (приложение 7)
 |
| Медсестра | * пропаганда здорового образа жизни
* организация рационального питания детей
* специфическая иммунопрофилактика (вакцинация)
* реализация оздоровительно-профилактической работы по годовому плану
 |
| Заместитель заведующей по АХЧ | * 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 | * организация рационального питания детей
* контроль за соблюдением технологий приготовления блюд
* контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм на пищеблоке
 |
| Младший обслуживающий персонал | * соблюдение санитарно-охранительного режима
* помощь педагогам в организации образовательного процесса, физкультурно-оздоровительных мероприятий
 |

**3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

**3.1. Описание материально-технического обеспечения**

Материально – техническое обеспечение, оснащение образовательного процесса и развивающая среда детского сада соответствует ФГОС ДО и отвечают всем требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 от 15.05.2013.

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 | Базовыйуровень | Расширенный уровень |
| Здание и прилегающая территория | любое | * приспособленное +
* типовой проект +
* наличие оборудованных детских площадок для прогулок +
 | * индивидуальный проект –
* наличие спортивной площадки (мини-стадиона) +
* наличие мини-сада (парка) -
 |
| Помещения детского сада | только групповые помещения и технические службы | * наличие спортивного зала +
* наличие музыкального зала +
* наличие соответствующих помещений (медицинского блока, пищеблока, постирочной) +
 | * наличие оборудованного театрального зала -
* наличие бассейна –
* наличие оздоровительного цента -
* наличие зимнего сада -
* наличие ИЗО-студии +
* наличие отдельного кабинета для методической службы +
* наличие кабинета логопеда +
* наличие кабинета психолога +
* наличие специализированных кабинетов +
 |
| Групповые помещения | любые | * наличие отдельных спален в группах +
* наличие туалета +
* элементы фирменного оформления групп +
 | * оборудовано рабочее место педагогов, включая компьютер, ±
* есть комплект мебели для взрослого: мягкая мебель, шкафы, стол +
 |
| Бытовое оборудование, инвентарь | доступное | * полная сервировка, включая детские ножи, вилки, ложки двух размеров +
* привлекательные постельные, гигиенические принадлежности +
* хозяйственное оборудование +
* детские комплекты для бытового труда +
 | * наличие праздничного сервиза, скатертей, вазочек, других элементов 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. | - Спортинвентарь 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:

* персональные компьютеры – 4 шт.;
* ноутбуки – 13 шт.
* интерактивная доска – 2 шт.;
* мультимедийный проектор – 2 шт.;
* МФУ, принтеры, ксероксы – 4 шт.;
* музыкальные центры и магнитофоны – 4 шт.
* телевизор- 1шт.

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 спрыгивания, 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:

СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"

 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 3-4 часа. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°С 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; при организации режима пребывания детей до 5 часов - организуется однократный прием пищи.

Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

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 ДОУ 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 ДОУ 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 детей на улице (в зависимости от погоды), игры, самостоятельная деятельность, индивидуальный контакт с ребенком | 7.00-8.10 |
| Утренняя гимнастика | 8.10-8.20 |
| Подготовка к завтраку, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды; завтрак | 8.20-8.45 |
| Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности | 8.45-9.00 |
| Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам) | 9.00- 9.30 |
| Игры, детская деятельность в ходе режимных моментов, подготовка к прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания, 2 завтрак | 9.30-10.00 |
| Прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, труд, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность. | 10.00-11.50 |
| Возвращение с прогулки, игры: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду: приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды | 11.50-12.20 |
| Обед, спокойные игры, подготовка к дневному сну: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания | 12.20-12.50 |
| Дневной сон | 12.50-15.00 |
| Постепенный подъем, приобщение к общепринятым нормам самообслуживания: закаливающие процедуры,  подготовка к полднику: приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды | 15.00-15.15 |
| Полдник | 15.15-15.30 |
| Непосредственно образовательная деятельность (по подгруппам) | 15.30 – 16.00 |
| Совместная деятельность воспитателя с детьми:  приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации, игры, наблюдение, экспериментирование, досуги, чтение, рассматривание картин и иллюстраций, продуктивная деятельность, самостоятельная деятельность, подготовка к вечерней прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания, дополнительные платные образовательные услуги | 16.00-16.40 |
| Подготовка к ужину, ужин | 16.40-17.00 |
| Вечерняя прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность, уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями. | 17.00-19.00 |

Таблица 3.4. Организация жизни и деятельности детей в холодный период года

(младшая группа)

|  |  |
| --- | --- |
| **Организация жизни детей** | **Время** |
| Прием детей на улице (в зависимости от погоды), игры, самостоятельная деятельность, индивидуальный контакт с ребенком | 7.00-8.10 |
| Утренняя гимнастика | 8.10-8.20 |
| Подготовка к завтраку, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды; завтрак | 8.20-8.45 |
| Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности | 8.45-9.00 |
| Непосредственно образовательная деятельность  | 9.00- 9.40 |
| Игры, детская деятельность в ходе режимных моментов, подготовка к прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания, 2 завтрак | 9.45-10.00 |
| Прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, труд, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность. | 10.00-11.50 |
| Возвращение с прогулки, игры: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду: приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды | 11.50-12.20 |
| Обед, спокойные игры, подготовка к дневному сну: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания | 12.20-12.50 |
| Дневной сон | 12.50-15.00 |
| Постепенный подъем приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания: закаливающие процедуры,  подготовка к полднику: приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды | 15.00-15.15 |
| Полдник | 15.15-15.30  |
| 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 | 15.30-16.40 |
| Подготовка к ужину, ужин | 16.40-17.00 |
| Вечерняя прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность, уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями. | 17.00-19.00 |

Таблица 3.5. Организация жизни и деятельности детей в холодный период года

(средняя группа)

|  |  |
| --- | --- |
| **Организация жизни детей** | **Время** |
| Прием детей на улице (в зависимости от погоды), игры, самостоятельная деятельность, индивидуальный контакт с ребенком и родителями, утренняя гимнастика | 7.00 – 8.25 |
| Подготовка к завтраку, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды; завтрак | 8.25 – 8.55 |
| Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности | 8.55 – 9.10 |
| Непосредственно образовательная деятельность  | 9.10 – 9.50 |
| Игры, детская деятельность в ходе режимных моментов, подготовка к прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания, 2 завтрак | 9.50 – 10.40 |
| Прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, труд, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность. | 10.40-12.10 |
| Возвращение с прогулки: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду | 12.105-12.30 |
| Обед: приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды, спокойные игры, подготовка к дневному сну: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания | 12.30 – 12.50 |
| Дневной сон | 13.00 – 15.00 |
| Постепенный подъем приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания: закаливающие процедуры, подготовка к полднику: приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды | 15.00-15.15 |
| Полдник | 15.15-15.30 |
| 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 | 15.30-16.50 |
| Подготовка к ужину, ужин | 16.50-17.10 |
| Вечерняя прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность, уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями. | 17.10-19.00 |

Таблица 3.6. Организация жизни и деятельности детей в холодный период года

(старшая группа)

|  |  |
| --- | --- |
| **Организация жизни детей** | **время** |
| Приём детей на улице (в зависимости от погоды), игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00-8.30 |
| Подготовка к завтраку, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды; завтрак | 8.30-8.55 |
| Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности | 8.50-9.00 |
| Непосредственно образовательная деятельность  |  9.00 – 10.35 |
| Игры, детская деятельность в ходе режимных моментов, подготовка к прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания, 2 завтрак | 10.35-10.45 |
|  Прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, труд, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность.                                                                                              | 10.45-12.35 |
| Возвращение с прогулки: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду | 12.35-12.45 |
| Обед: приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды, спокойные игры, подготовка к дневному сну: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания | 12.45 – 13.10 |
| Дневной сон  | 13.10 -15.00 |
| Постепенный подъем приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания: закаливающие процедуры, подготовка к полднику: приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды | 15.00 -15.20 |
| Полдник | 15.20-15.30  |
| 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 услуг | 15.30 - 17.15  |
| Подготовка к ужину, ужин | 17.05-17.30 |
| Вечерняя прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность, уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями. | 17.30 -19.00  |

Таблица 3.7. Организация жизни и деятельности детей в холодный период года

(подготовительная группа)

|  |  |
| --- | --- |
| **Организация жизни детей** | **Время** |
| Приём детей на улице (в зависимости от погоды), игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика | 7.00-8.35 |
| Подготовка к завтраку, приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды; завтрак | 8.35-8.50 |
| Самостоятельная деятельность, игры, подготовка к непосредственно образовательной деятельности | 8.50-9.00 |
| Непосредственно образовательная деятельность  |  9.00 – 10.50 |
| Игры, детская деятельность в ходе режимных моментов, подготовка к прогулке: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания, 2 завтрак | 10.50-11.00 |
|  Прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, труд, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность.                                                                                              | 11.00-12.30 |
| Возвращение с прогулки: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду | 12.30-12.40 |
| Обед: приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды, спокойные игры, подготовка к дневному сну: приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания | 12.40-13.15 |
| Дневной сон | 13.15-15.00 |
| Постепенный подъем приобщение детей к общепринятым нормам самообслуживания: закаливающие процедуры, подготовка к полднику: приобщение детей к общепринятым нормам поведения во время еды | 15.00-15-20 |
| Полдник | 15.20-15.30  |
| 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 | 15.30-17.15  |
| Подготовка к ужину, ужин | 17.15-17.30 |
| Вечерняя прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность, уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями. | 17.30-19.00 |

Таблица 3.8. Организация жизни и деятельности детей в теплый период года

(ранний возраст)

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Прием детей (на воздухе). Самостоятельная игровая деятельность детей. Индивидуальная работа. | 7.00- 8.25 |
| Утренняя гимнастика (двигательная активность 10 минут) | 8.25-8.35 |
| Завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды | 8.40- 9.00 |
| Игры детей по интересам | 9.00- 9.50 |
|  2 завтрак | 9.50-10.00 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры, труд, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры. Образовательная деятельность на участке по подгруппам | 10.00- 12.10 |
| Возвращение с прогулки: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду | 12.10- 12.30 |
| Воспитание культуры еды, обед | 12.30- 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- 15.15 |
| Полдник. Воспитание культуры еды. | 15.15-15.30 |
| Игровая деятельность детей.  | 15.30-16.50 |
| Подготовка к ужину, ужин | 16.50-17.05 |
| Вечерняя прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность, уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями. | 17.05- 19.00 |

Таблица 3.9. 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- 8.25 |
| Утренняя гимнастика (двигательная активность 10 минут) | 8.25-8.35 |
| Завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды | 8.40- 9.00 |
| Игры детей по интересам | 9.00- 9.20 |
| Образовательная деятельность  | 9.20- 9.50 |
| Игры детей по интересам, 2 завтрак | 9.50-10.00 |
| Подготовка к прогулке. Прогулка. Игры, труд, наблюдения, воздушные, солнечные процедуры. | 10.00- 12.10 |
| Возвращение с прогулки: приобщение детей к общепринятым нормам коммуникации и самообслуживания, подготовка к обеду | 12.10- 12.30 |
| Воспитание культуры еды, обед | 12.30- 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- 15.15 |
| Полдник. Воспитание культуры еды. | 15.15-15.30 |
| Игровая деятельность детей.  | 15.30-16.50 |
| Подготовка к ужину, ужин | 16.50-17.05 |
| Вечерняя прогулка: приобщение к нормам коммуникации, игры, наблюдения, практическая деятельность (применение новых знаний), экспериментирование, самостоятельная деятельность, уход детей домой: индивидуальный контакт с родителями. | 17.05- 19.00 |

Таблица 3.10.Организация жизни и деятельности детей в теплый период года

(старший дошкольный возраст)

|  |  |
| --- | --- |
| **Режимные моменты** | **Время** |
| Прием детей (на воздухе). Игровая деятельность детей. | 7.00-8.30 |
| Утренняя гимнастика (двигательная активность 10 мин) | 8.20- 8.30 |
| Подготовка к завтраку, воспитание культурно-гигиенических навыков | 8.30- 8.35 |
| Завтрак: обучение правильно держать столовые приборы, обучение культуре еды | 8.35-  8.55 |
| Игровая деятельность детей | 9.00-9.15 |
| Образовательная деятельность  | 9.15- 10.00 |
| 2 завтрак, подготовка к прогулке | 10.00 – 10.10 |
| Прогулка, труд. | 10.10- 12.40 |
| Игры детей. Подготовка к обеду, воспитание культурно-гигиенических навыков, Обед: обучение правильно держать столовые приборы, культуре еды. | 12.40 – 13.15 |
| Дневной сон | 13.15 – 15.00 |
| Подъем,  закаливающие процедуры, гимнастика после сна в группе | 15.00-15.20 |
| Полдник: обучение правильно держать столовые приборы, культуре еды. | 15.20- 15.30 |
| Индивидуальная работа с детьми, беседы с детьми по патриотическому воспитанию, ОБЖ, социальному развитию, трудовая деятельность, игры | 15.30 – 17.15 |
| Подготовка к ужину, ужин | 17.15 – 17.30 |
| Обучение навыкам самообслуживания. Прогулка, уход детей домой | 17.30 – 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 постороена 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.

**Приложение 1**

**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.

**Приложение 2**

## **СРЕДНИЕ ПОКАЗАТЕЛИ**

**ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ 3 – 7 ЛЕТ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ПОКАЗАТЕЛИ | ПОЛ | ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ |
| 3 ГОДА | 4 ГОДА | 5 ЛЕТ | 6 ЛЕТ | 7 ЛЕТ |
| *Быстрота (сек)* |
| 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 |
| *Динамометрия (кг)* |
| 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 |
| *Скоростно-силовые качества (см)* |
| 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 |
| *Гибкость (см)* |
| Наклон туловища вперед на гимнастической скамейке | М | - | 1 - 4 | 2 - 7 | 3 – 6  | - |
| Д | -  | 3 - 7 | 4 - 8 | 4 - 8 | - |
| 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 |
| *Ловкость (сек)* |
| 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 | - |
| *Статистическое равновесие (сек)* |
| 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 | - |

**Приложение 3.**

## **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 |

**Приложение 4**

### 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. | Быстрота Бег на 30 м со старта (сек) |  |  |  |
| 6.2. | Скоростно-силовые качестваПрыжок в длины 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. | ВыносливостьСкорость бега на 150 м (сек) |  |  |  |
| 6.4. | ГибкостьНаклон туловища вперед, стоя на гимнастической скамейке (см) |  |  |  |
| 6.5. | Ловкость Скорость бега на 10 м, обегая кегли (сек) |  |  |  |
| 6.6. | Статистическое равновесиеУдержание равновесия, стоя на одной ноге (сек)  |  |  |  |
| 6.7. | Координационные способностиКоличество подбрасываний и ловли мяча |  |  |  |

**Приложение 5**

**Структура внедрения здоровьесберегающих**

**методик, технологий в ДОУ**

|  |  |
| --- | --- |
| Вводный этап. Подготовительный. | Ознакомление с теоретическими основами методики, технологии:* 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:* Мониторинг детей
* Спец.опрос родителей, педагогов
 |
| Показ результатов* Открытые мероприятия
* Выступления
* Наглядный материал
 |
| Выводы и предложения |

**Приложение 6**

**Модель стратегии и тактики работы воспитателя с родителями**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 этапОзнакомительный | Сбор информации (собеседование, анкетирование, наблюдение)Выделение группы риска (по результатам исследований) |
| 2 этапОбщепрофилактический  | Наглядная агитация (стенды, памятки, печать)Встречи со специалистами |
| 3 этапРабота 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 этапРефлексивный  | Выявление изменений родительских установок в группе риска (беседы, наблюдения)Дополнительное обсуждение отдельных вопросов (с привлечением специалистов) |
| 6 этапИнтегративный  | Современные мероприятия (с привлечением группы риска)Дискуссии (совместное обсуждение проблем) |
| 7 этап Перспективный  | Совместное обсуждение планов на будущее |