



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ и НАУКИ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ  
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя  
общеобразовательная школа с. Выселки муниципального района Ставропольский Самарской  
области  
445148, Российская Федерация, Самарская область, муниципальный район Ставропольский, сельское  
поселение Выселки, село Выселки, ул. Луговая, д.23, т. 23-65-20

<p>«ПРИНЯТО» на заседании Управляющего Совета Учреждения государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы с. Выселки муниципального района Ставропольский Самарской области Протокол № <u>3</u> от «<u>24</u>» <u>декабря</u> 2020 год</p> <p> Кондурару Ж.И.</p>	<p>«УТВЕРЖДАЮ»: Директор государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы с. Выселки муниципального района Ставропольский Самарской области</p> <p></p> <p>Чабуркина О.А. 2020 год</p>
---	---

## Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

*структурного подразделения, реализующего основные общеобразовательные  
программы дошкольного образования  
«детский сад “Чебурашка”»*

*государственного бюджетного общеобразовательного учреждения  
Самарской области средней общеобразовательной школы с.  
Выселки муниципального района Ставропольский, Самарской области*

с. Выселки, 2020г.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование</b>
<b>I.</b>	<b>ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.....</b>
1.1.	Пояснительная записка.....
1.2.	Нормативно – правовая основа Программы.....
1.3.	Цели и задачи программы.....
1.4.	Принципы Программы.....
1.5.	Планируемые результаты.....
<b>II.</b>	<b>СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....</b>
2.1.	Мероприятия по реализации Программы.....
2.2.	Формы работы с детьми.....
2.3.	Примерный план досугов и развлечений на учебный год.....
2.4.	Просветительская и мотивационная работа.....
<b>III.</b>	<b>ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ</b>
3.1.	Здоровьесберегающая инфраструктура.....
3.2.	Рациональная и эффективная организация образовательной деятельности и физкультурно-оздоровительной работы.
3.3.	Реализация дополнительного образования.....

## ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

### *Пояснительная записка.*

Программа формирования культуры здоровья и безопасного образа жизни (далее – Программа) структурного подразделения детского сада «Чебурашка» государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы с. Выселки муниципального района Ставропольский Самарской области (далее – СПДС) представляет собой комплексную программу формирования у детей дошкольного возраста знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья, как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию каждого ребёнка, достижению планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования.

В современных условиях модернизации дошкольного образования большое значение необходимо придавать состоянию здоровья детей дошкольного возраста, а потому воспитателю особое внимание следует обращать на формирование у дошкольников ценностного отношения к собственному здоровью. Для этого надо не только говорить о значении здоровья для человека, но и вносить в повседневную жизнь детей элементы ценностного отношения к здоровью, прививать дошкольникам полезные привычки и навыки. Другими словами, воспитатель всеми доступными средствами способствует формированию у детей дошкольного возраста культуры здоровья.

Состояние здоровья ребёнка при поступлении в детский сад – это своего рода стартовая позиция, которая определяет успешность ребенка не только на первом году посещения детского сада, но и всего периода дошкольного образования. Низкий уровень здоровья поступающих в детский сад детей не только отрицательно влияет на процесс их адаптации к новым условиям, но и становится причиной дальнейшего ухудшения их здоровья. Здоровьесберегающие технологии ориентированы на обеспечение психического, физического и нравственного здоровья воспитанников, требуют соблюдения всех гигиенических норм в подборе мебели и оборудования, соблюдения светового и температурного режима, рациональной организации образовательной деятельности. Безопасный образ жизни предполагает исключение воздействия неблагоприятных факторов на физическое и психическое состояние дошкольника, а использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе способствует предотвращению усталости и утомляемости дошкольников, повышению у них мотивации к игровой, творческой, трудовой, познавательной, исследовательской, двигательной деятельности и приросту достижений в каждом виде деятельности.

Программа сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей дошкольного возраста:

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

Наиболее эффективным путём формирования ценности здоровья и здорового образа жизни является направляемая и организуемая воспитателем, психологом, инструктором по физической культуре, родителями самостоятельная работа, способствующая активной и успешной социализации ребёнка в детском саду, развивающая способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены.

При выборе стратегии воспитания культуры здоровья в дошкольном возрасте учитывается зона актуального развития, так как формирование ценности здоровья и здорового образа жизни — необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы образовательного учреждения, требующий соответствующей здоровьесберегающей организации всей жизни детского сада, включая её инфраструктуру, создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной работы, рационального питания. Одним из компонентов формирования ценности здоровья и здорового образа жизни является просветительская работа с родителями (законными представителями) воспитанников, привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе с детьми, к разработке программы формирования ценности здоровья и здорового образа жизни. Разработка Программы формирования ценности здоровья и здорового

образа жизни, а также организация всей работы по её реализации строится на основе научной обоснованности, последовательности, возрастной и социокультурной адекватности, информационной безопасности и практической целесообразности.

### ***Нормативно- правовая основа Программы***

Нормативно-правовой и документальной основой Программы являются:

- Конституция Российской Федерации;
- Закон РФ от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ», от 24 июля 1998 года N 124-ФЗ;
- Приказ Минобрнауки России от 17 октября 2013 года N 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказ Минобрнауки России от 30 августа 2013 года N 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Инструктивно-методическое письмо от 14 марта 2000г. N 65/23-16 "О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения".
- Письмо Министерства образования России «О нарушениях требований законодательства РФ в области охраны жизни и здоровья обучающихся и воспитанников» от 01.07.2002 N 03-51-98 ин/23-03;
- Устав.

### ***Цели и задачи Программы***

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

***Задачи программы:***

- сформировать у детей представление о позитивных факторах, влияющих на их здоровье;
- сформировать у детей умение делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- сформировать у детей выполнение правил личной гигиены, развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- сформировать у детей представления о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;

- сформировать у детей представление о рациональной организации режима дня, занятий и отдыха, двигательной активности, умение составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- дать детям представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.);
- дать детям представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач;
- сформировать умение у детей элементарных навыков эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- сформировать у детей потребность безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья;
- организовать просветительскую работу с родителями по вопросам приобщения детей к здоровому образу жизни, о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- вовлекать родителей воспитанников в совместную работу по привитию необходимых практических навыков и умений здорового образа жизни;
- сформировать у детей и их родителей ответственное отношение к здоровому образу жизни, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, воспитание полезных привычек и пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье.

### ***Принципы Программы***

В основу Программы положены ***принципы***:

- ***Принцип актуальности*** отражает насущные проблемы, связанные со здоровьем детей, гигиеническими, культурными, социальными нормами и ценностями; обеспечивает знакомство воспитанников с наиболее важной гигиенической информацией.
- ***Принцип доступности***, в соответствии с которым предлагается оптимальный для усвоения объем информации, предполагающий сочетание изложения гигиенической информации теоретического характера с примерами и демонстрациями, что улучшает его восприятие. Принцип предусматривает использование ситуационных задач с необходимостью выбора и принятия решения, ролевых игр, информационного поиска, рисования, моделирования драматических сцен.
- ***Принцип положительного ориентирования***. В соответствии с этим принципом уделяется значительное внимание позитивным, с точки

зрения здоровья, стилям жизни, их благотворному влиянию на здоровье. Реализация данного принципа - показ положительных примеров. Это более эффективно, чем показ отрицательных последствий негативного в отношении здоровья и поведения.

- **Принцип последовательности** предусматривает выделение основных этапов и блоков, а также их логическую преемственность в процессе осуществления содержания Программы.
- **Принцип системности** позволяет усвоить знания, имеющие отношения к здоровью, в виде целостной системы.
- **Принцип сознательности и активности** направлен на повышение активности воспитанников в вопросах здоровья, что возможно только при осознании ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих. Этот принцип выступает в качестве основополагающего для изучения форм поведения и стилей жизни.

### ***Планируемые результаты.***

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

- создание личностно-ориентированной системы смыслов воспитанников, отношение к здоровью, как основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
- стабильно высокие результаты выполнения детьми образовательной Программы (целевые ориентиры), наличие положительной динамики мониторинга здоровья;
- 100% выполнение требований Сан ПиН;
- посещение кружков спортивной направленности не менее 70% дошкольников;
- уменьшение количества поведенческих рисков, опасных для здоровья;
- степень удовлетворенности всех участников образовательного процесса комплексностью и системностью работы коллектива Учреждения по сохранению и укреплению здоровья;
- наличие положительных результатов созданной системы по формированию ценностных установок и жизненных приоритетов на здоровье, здоровый образ жизни и самореализацию у всех участников образовательного процесса;
- наличие здоровьесберегающей предметно-пространственной среды;
- отсутствие перегрузок, составление календарного учебного графика организованной образовательной деятельности в соответствии с требованиями СанПиН (выполнение санитарно-гигиенических нормативов, использование здоровьесберегающих технологий в педагогическом процессе, отсутствие воздействий неблагоприятных для здоровья детей факторов (экологически чистая вода, воздушно – тепловой режим и т.д.);

- повышение уровня компетентности педагогического коллектива по использованию здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;
- высокий уровень мотивации воспитанников к образовательной двигательной деятельности и участию в спортивных мероприятиях;
- положительная динамика участия в массовых спортивных акциях и соревнованиях;
- активное взаимодействие СПДС с родителями и социальными партнерами по вопросам укрепления и сохранения здоровья.

## СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### Мероприятия

№	Наименование мероприятия	Сроки исполнения	Ответственные
<b><i>I. Подготовка педагогических кадров</i></b>			
1.	Участие в окружном педагогическом объединении инструкторов по физической культуре, проблемных семинарах по социально – коммуникативному развитию детей дошкольного возраста	По мере проведения	Воспитатели, инструктор по физической культуре
2.	Обучение на курсах повышения квалификации	По плану курсов ИОЧ	Инструктор по физической культуре, воспитатели
3.	Оказание методической помощи при разработке и проведении мероприятий, связанных с пропагандой ЗОЖ.	В течение года	Старший воспитатель
<b><i>II. Развитие материально-технической базы здоровьесберегающей образовательной среды</i></b>			
1.	Составление акта о приемке образовательного учреждения	Август	Руководитель СПДС
2.	Приобретение учебного, методического, спортивного оборудования и технологического оборудования для пищеблока.	В течение года	Руководитель СПДС, заведующий хозяйством, Старший воспитатель
<b><i>III. Рациональная организация совместной и самостоятельной деятельности воспитанников</i></b>			
1.	Составление учебного плана, календарного учебного графика организованной	Сентябрь	Старший воспитатель



	образовательной деятельности.		
2.	Проведение мероприятий по соблюдению санитарно-гигиенических норм и правил, изучению ПДД, ОТ, ОБЖ	1 раз в квартал	Все педагоги
3.	Реализация индивидуальных образовательных программ для детей с ограниченными возможностями здоровья	В течение года	Все педагоги
<b>IV. Воспитание культуры здоровья участников образовательного процесса</b>			
1.	Приобретение знаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья (в ходе организованной двигательной деятельности, бесед, просмотра познавательных фильмов, включая встречи со спортсменами, тренерами, представителями профессий, предъявляющих высокие требования к здоровью)	В течение года	Старший воспитатель, Воспитатели
2.	Преимущество со школой по вопросам, связанных с воспитанием культуры здоровья.	В течение года	Старший воспитатель, Воспитатели подготовительных к школе группы
3.	Просветительская работа с родителями (лекции, беседы, индивидуальные консультации и т.п.)	В течение года	Воспитатели
<b>V. Создание условий для обеспечения безопасного здоровьесберегающего процесса</b>			
1.	Соблюдение санитарно-гигиенических требований, санитарно-гигиенического состояния во всех помещениях согласно санитарным правилам и нормам действующих СанПиН.	В течение года	Все сотрудники
2.	Обеспечение постоянного контроля состояния помещений, исправность электрических розеток, наличие аптечек, инструкции и журналов по охране труда	В течение года	Руководитель СПДС
3.	Проведение занятий с детьми, педагогическими, техническими работниками и другим обслуживающим персоналом по изучению правил обеспечения безопасности; проведение тренингов по действиям в чрезвычайных ситуациях	В течение года	Руководитель СПДС, Старший воспитатель, Воспитатели
4.	Отработка действий коллектива детского сада в чрезвычайных ситуациях	В течение года	Руководитель СПДС, заведующий хозяйством
<b>VI. Развитие физической и двигательной активности воспитанников.</b>			
1.	Проведение динамических пауз для предупреждения преждевременного	Ежедневно	Все педагоги

	умственного утомления и профилактики нарушений зрения, осанки и возникновения застойных явлений в кровообращении и дыхании		
2.	Мониторинг уровня и состояния здоровья для выявления детей групп риска	ежеквартально	Воспитатель
3.	Дополнительное образование	В течение года	Все педагоги
<b><i>VII. Использование воспитательного потенциала совместной и самостоятельной деятельности воспитанников</i></b>			
1.	Планирование работы по формированию здоровьесберегающей среды в СПДС в соответствии с требованиями ФГОС ДО	При планировании работы на год	Руководитель СПДС Старший воспитатель
2.	Ведение пропаганды ЗОЖ среди детей и родителей.	В течение года	Воспитатели
<b><i>VIII. Организация работы с родительской общественностью</i></b>			
1.	Организация информационной поддержки родителей через систему родительского всеобуча	В течение года	Руководитель СПДС Старший воспитатель Воспитатели
2.	Индивидуальные консультации	В течение года	Воспитатели
3.	Организация совместной работы педагогов и родителей по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, походов, экскурсий	В течение года	Все педагоги
4.	Выставки научно-методической литературы по здоровьесбережению, профилактике заболеваний, вредных привычек, безопасности детей	По мере необходимости	Старший воспитатель
<b><i>IX. Организация совместной деятельности с внешней социокультурной средой</i></b>			
1.	Совместная деятельность с различными учреждениями внешней социокультурной среды, заинтересованными в пропаганде ЗОЖ.	При планировании работы на год	Руководитель СПДС Старший воспитатель
<b><i>X. Традиционные мероприятия по формированию культуры безопасного здорового образа жизни</i></b>			
1.	Ежедневные мероприятия: физкультминутки, физкультурные упражнения и подвижные игры	Ежедневно	Воспитатели
2.	Организованная образовательная деятельность по физическому развитию	Три раза в неделю	Инструктор по физической культуре
3.	Организация условий для самостоятельной двигательной деятельности детей	Ежедневно	Воспитатели
4.	Дни здоровья	В течение года	Инструктор по физической культуре

5.	Мама, папа, я – спортивная семья!	В течение года	Инструктор по физической культуре
6.	Спортивные соревнования «Веселые старты»	В течение года	Инструктор по физической культуре
7.	Спортивные игры, игры – эстафеты	В течение года	Инструктор по физической культуре
8.	Совместная деятельность с детьми по профилактике ЗОЖ, ДДТТ.	В течение года	Воспитатели
9.	Неделя безопасности дорожного движения	Ежеквартально	Старший воспитатель Воспитатели
10.	Участие в районных спортивных мероприятиях	Согласно плана	Инструктор по физической культуре

### **Формы работы с детьми**

<b>Организованная образовательная деятельность</b>	<b>Совместная деятельность</b>	<b>Самостоятельная деятельность</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Физическое развитие:</b></li> <li>• <b>организованная двигательная деятельность в помещении- 2 раза в неделю;</b></li> <li>• <b>подвижные игры на свежем воздухе (организованная двигательная деятельность с физинструктором-1 раз в неделю)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Закаливающие процедуры.</li> <li>• Гигиенические процедуры.</li> <li>• Солнечные и воздушные ванны.</li> <li>• Проветривание помещения.</li> <li>• Дневной сон.</li> <li>• Профилактика ОРВИ и ОРЗ</li> <li>• Совместная деятельность на свежем</li> <li>• Утренняя гимнастика</li> <li>• Гимнастика после сна;</li> <li>• Прогулка;</li> <li>• Двигательная активность на свежем воздухе;</li> <li>• Игры, спортивные упражнения;</li> <li>• Спортивные праздники, развлечения;</li> <li>• День здоровья;</li> <li>• Неделя здоровья</li> </ul>	<p>Условия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Оборудование для двигательной, игровой деятельности детей в помещениях и на прогулочных участках,</li> <li>• Спортивная площадка,</li> <li>• Центры двигательной активности в группах.</li> </ul>

### **Примерное содержание Программы по возрастным группам.**

<b>Ступень образования</b>	<b>Содержательные линии</b>
<b>Младшая группа (3-4 года)</b>	Овладение основными культурно – гигиеническими навыками, навыками самообслуживания, знаниями о том, какая польза от прогулок, зачем нужно быть здоровым. Соблюдение элементарных правил безопасности в помещении и в общении со сверстниками, при встрече с незнакомыми людьми и животными. Знание своего адреса, собственного имени, Ф.И.О. родителей.
<b>Средняя группа (4-5 лет)</b>	Понимание отношения к самому себе, к своему собственному здоровью; понимание того, зачем человеку нужен отдых, зачем нужен свежий воздух, о пользе витаминов, какие продукты полезны. Соблюдение элементарных правил личной безопасности в быту, природе, социуме. Знание основных частей тела и правил заботы о них (гигиена, самообслуживание, элементарный труд).
<b>Старшая группа (5-6 лет)</b>	Понимание «Мы за здоровый образ жизни», знание основ физиологических особенностей здоровья мальчиков и девочек, основных способов закаливания. Осознание понятий «спорт в моей жизни», «спорт в моей семье». Соблюдение правил безопасного поведения в быту, на природе, в социуме, на дороге, при пожаре. Понимание значения соблюдения правильного режима дня для здоровья.
<b>Подготовительная к школе группа (6-7 лет)</b>	Знание и соблюдение правил личной безопасности в быту, на природе, в социуме. Знание и приобретение навыков безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях (пожар, ураган и т.д.), на дороге, в лесу, на реке, в период весеннего паводка и т.п. Осознанное понимание значения правильного питания, соблюдения режима дня, прогулки для здоровья. Умение организовывать свой режим дня. Желание заботиться о своем здоровье. Знание особенностей организма (строение и функции), правил оказания первой медицинской помощи (обморожение, ушиб, ссадина, царапина и др.)

### **Просветительская и мотивационная работа.**

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

### **Основные направления просветительской и мотивационной работы**

<b>Направление деятельности</b>	<b>Задачи</b>	<b>Содержание</b>
<b>Санитарно-просветительская работа по формированию здорового образа жизни</b>	1. Знакомство детей, родителей с основными понятиями – здоровье, здоровый образ жизни. 2. Формирование навыков здорового образа жизни,	– Проведение дней здоровья, проведение мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, формированию навыков ЗОЖ, гигиены и личной безопасности; а также совместных мероприятий со школой.

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

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

- привлечение к просветительской работе специалистов партнёрских организаций: детская поликлиника, детская библиотека, сотрудники ДК села Ягодное, инспекторы пожарной охраны и ГИБДД.
- проведение бесед, лекций, круглых столов, семинаров, консультации, курсов по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т. п.;
- приобретение для библиотеки методического кабинета необходимой научно-методической литературы;
- организация совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек, спортивно-оздоровительных праздников, туристических походов;
- привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований «Папа, мама, я – спортивная семья»;
- систематическое обновление сменного уголка здоровья «Азбука здоровья»;

- оформление страницы сайта СПДС материалами по пропаганде здорового образа жизни.

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

### ***План работы с родителями.***

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

### **Реализация программы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни**

Здоровьесберегающая инфраструктура	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оснащённость функционального музыкального зала, спортплощадки необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём;</li> <li>- соблюдение воздушно – теплового режима;</li> <li>- организация горячего питания в групповых помещениях СПДС;</li> <li>- организация медицинского обслуживания воспитанников</li> </ul>
Организация воспитательно-образовательного процесса воспитанников.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдение норм и требований к организации и объёму образовательной нагрузки;</li> <li>- профилактика травматизма;</li> <li>- учёт индивидуальных особенностей развития;</li> <li>- ведение работы с детьми с ослабленным здоровьем и детьми с ограниченными возможностями здоровья;</li> </ul>

Организация физкультурно–оздоровительной работы	- организация работы спортивных кружков; - организация занятий физической культуры и дополнительной деятельности активно – двигательного характера; -организация динамических пауз, физкультминуток во время организованной образовательной деятельности; -регулярное проведение физкультурно- оздоровительных мероприятий;
Реализация дополнительных образовательных программ	- внедрение программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных практик или компонентов
Просветительская работа с родителями.	- проведение тематических родительских собраний; - организация совместной работы педагогов и родителей по проведению спортивных соревнований, Дней Здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т.п.

### **Деятельность по реализации программы**

1. объединение детей в соответствии с их спортивными интересами
2. проведение различных спортивных праздников и досугов
3. подготовка и проведение тематических консультаций, бесед, родительских собраний
4. организация экскурсий, походов, прогулок
5. пропаганда здорового образа жизни
6. организация интересного и плодотворного досуга
7. привлечение внимания родителей и других представителей взрослого населения села к проблемам формирования и ведения здорового образа жизни

### **В реализации программы принимают участие:**

- воспитанники
- педагогический коллектив
- родители
- медицинские работники
- социум

### **Основные направления деятельности и предполагаемые формы работы**

#### 1. Учёт состояния здоровья детей

1. анализ медицинских карт воспитанников
2. определение групп здоровья
3. учёт посещаемости занятий
4. контроль санитарно – гигиенических условий и режима работы физкультурно-оздоровительной
5. анкетирование участников образовательного процесса

#### 2. Физическая и психологическая разгрузка воспитанников

1. организация работы спортивных кружков
2. динамические паузы
3. индивидуальные занятия
4. утренняя гимнастика
5. проведение Дней здоровья

6. проведение физкультурминуток
3. Воспитатель-образовательная работа
  1. проведение открытых занятий физической культуры
  2. проведение спортивных мероприятий физкультурно – оздоровительной направленности
  3. организация кружков спортивно – оздоровительной направленности
4. Пропаганда здорового образа жизни
  1. тематические досуги, познавательные игры, конкурсы рисунков, стихотворений, различные акции
  2. организация работы по профилактике альтернатив пагубным привычкам
  3. формирование у детей навыков оказания первой медицинской помощи
  4. пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через занятия формирования основ безопасности жизнедеятельности, ознакомление с окружающим миром, физической культуры
5. Соревнования и спортивные праздники
6. Профилактика заболеваний воспитанников
  1. организация медицинских обследований
  2. соблюдение гигиенических норм и правил для воспитанников
  3. соблюдение норм освещения и отопления в группах
  4. осуществление мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди воспитанников
  5. беседы, просмотры научно – популярных мультфильмов
7. Тематические досуги по вопросам гигиены, охраны здоровья и формирования здорового образа жизни
8. Родительские собрания по проблеме формирования здорового образа жизни

## **ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

### ***Здоровьесберегающая инфраструктура Учреждения.***

*Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения включает:*

- создание локальной нормативно – правовой базы по сохранению здоровья и обеспечению безопасности образовательного учреждения, обеспечивающей введение ФГОС ДО и реализацию государственной политики в сфере образования;
- сбор и анализ информации, отчёт, информационная презентация результатов, оценка и прогнозирование состояния безопасной здоровьесберегающей среды в СПДС на последующий период;
- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной нагрузки детей дошкольного возраста;
- соответствие состояния и содержания здания и помещений СПДС санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья воспитанников
- наличие и необходимое оснащение помещений для питания воспитанников, а также для хранения и приготовления пищи;



- организацию качественного горячего питания детей;
- оснащённость кабинетов, функционального музыкального зала, спортплощадки необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём;
- наличие помещений для медицинского персонала;
- наличие необходимого (в расчёте на количество воспитанников) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с воспитанниками (учителя-логопеды, инструктор по физической культуре, психолог, медицинский работник);
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

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

### ***Инфраструктура Учреждения.***

<b><i>№ п/п</i></b>	<b><i>объект</i></b>	<b><i>инфраструктура</i></b>
<b>1</b>	Здание детского сада	Типовое, каменное, двухэтажное с центральным водоснабжением, канализацией, системой отопления. Оснащено пожарной сигнализацией, сигнализацией экстренного вызова полиции вневедомственной охраны, световым освещением запасных выходов и эвакуационным освещением, видеонаблюдением.
<b>2</b>	Территория детского сада	Изолированные игровые участки каждой возрастной группы, спортивная площадка. Вокруг здания асфальтная дорожка, имеется площадка для ознакомления детей с правилами дорожного движения. На хозяйственной территории расположены контейнер для ТКО.
<b>3</b>	Групповые помещения	Группы изолированные, имеют приемные, туалетные, моечные комнаты. Стационарные спальни. Дневной сон, питание, организованная образовательная деятельность, совместная деятельность взрослого и детей в ходе режимных моментов. Бытовые условия в группах современным требованиям – проведено горячее водоснабжение, заменена электропроводка и лампы искусственного освещения, своевременно проводится промывка системы отопления. Развивающая предметно-пространственная среда в группах для самостоятельной деятельности детей разделена на игровые центры с учетом возраста, интересов и полового различия детей. Имеется паспорт групп.
<b>4</b>	Музыкальный зал	Функциональный музыкальный зал, в котором проводятся: музыкальная и двигательная деятельность, праздники, досуги, развлечения организуются в групповых комнатах
<b>5</b>	Спортивный зал	Совмещен с музыкальным залом
<b>6</b>	Методический кабинет	Кабинет укомплектован учебным оборудованием, учебно-методическими пособиями, необходимыми для выполнения основной общеобразовательной программы-образовательной программы дошкольного образования СПДС, в том числе и для привития детям навыков здорового образа жизни. Имеется электронное рабочее место

		старшего воспитателя и воспитателей, оргтехника и технические средства обучения. Обеспечивается ведение педагогической документации и планирования. Кабинет закреплен за старшим воспитателем. Часы работы кабинета с 8.00 – 16.00.
7	Медицинский кабинет	Имеется специальная медицинская мебель, холодильник для хранения медикаментов, контейнеры для отходов разных категорий, стационарная бактерицидная лампа.
8	Пищеблок	Помещение оборудовано электрическими плитами, электрической овощерезательной машиной, электрической протирочно - овощерезательной машиной, электромиксером, жарочным шкафом, электромясорубками, холодильником для суточных проб, холодильниками для хранения скоропортящейся продукции, водонагревателем, вытяжкой, разделочными столами из нержавеющей стали, ванной, раковинами. Все электрооборудование заземлено. Питание пятиразовое, горячее, осуществляется согласно примерного 10-ти дневного меню, составленного на основе СанПиН.
9	Прачечная	Оборудована автоматическими стиральными машинами, водонагревателем, сушилкой для белья, электрическим утюгом, парогенератором и гладильной доской.

### ***Рациональная и эффективная организация образовательной деятельности и физкультурно-оздоровительной работы.***

Рациональная организация совместной и самостоятельной деятельности детей, направленная на повышение эффективности образовательного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, включает:

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

### ***Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы.***

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима воспитанников, нормального физического развития и двигательной

подготовленности детей дошкольного возраста, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья воспитанников и формирование культуры здоровья, включает:

1. полноценную и эффективную работу с детьми всех групп здоровья (на организованной и совместной двигательной деятельности, на прогулке, в индивидуальной работе);
2. рациональную и соответствующую организацию образовательной деятельности по физическому развитию совместной деятельности в режимных моментах;
3. организацию динамических пауз, физкультминуток во время педагогического процесса, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
4. организацию работы спортивных кружков и секций (дополнительное образование) и создание условий для их эффективного функционирования;
5. регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

### Система оздоровительной годовой работы

№ п\	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1.	<b>Обеспечение здорового ритма жизни</b> - щадящий режим / в адаптационный период/ - гибкий режим дня - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей - организация благоприятного микроклимата	2 младшая группа все группы все группы  все группы	ежедневно в адаптационный период ежедневно ежедневно  ежедневно	Воспитатели, психолог, педагоги  все педагоги,  все педагоги
2.	<b>Двигательная активность</b>	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
2.1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели, инструктор по физической культуре
2.2.	Организованная образовательная деятельность по физическому развитию - в группе; - на улице.	Все группы Все группы	2 р. в неделю 1 р. в неделю	инструктор по физической культуре Воспитатели
2.3.	Активный отдых - спортивный час; - физкультурный досуг;	все группы все группы	1 р. в неделю 1 р. в месяц	инструктор по физической культуре, воспитатели
2.4	Физкультурные праздники (зимой, летом) «День здоровья», «Весёлые старты»	все группы	1 р. в год	инструктор по физической культуре.
3.	<b>Профилактические мероприятия</b>			
3.1.	Витаминация 3 блюда	все группы	ежедневно	повар
3.2.	Профилактика простудных заболеваний	все группы	в течение года	медработник
3.3.	Профилактика кишечных заболеваний	все группы	в течение года	медработник
4.	<b>Закаливание</b>			
4.1.	Облегчённая одежда детей	все группы	в течение дня	воспитатели
4.2.	Мытьё рук, лица	все группы	несколько раз в день	воспитатели

## ИНДИВИДУАЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ

Направления работы	Педагог	2 младшая группа от 3 лет до 4 лет	средняя группа от 4 до 5 лет	старшая группа от 5 до 6 лет	подготовительная к школе группа от 6 до 7 лет
Физическое развитие Двигательная деятельность	воспитатель инструктор по физической культуре	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно	Ежедневно
Коммуникативная деятельность	воспитатель	1	1	1	1

### Физкультурно – досуговая деятельность

Организационные формы	2 младшая группа от 3 лет до 4 лет	средняя группа от 4 до 5 лет	старшая группа от 5 до 6 лет	подготовительная к школе группа от 6 до 7 лет
Праздники	1 раз в 2 месяца	1 раз в 2 месяца	1 раз в 2 месяца	1 раз в 2 месяца
Развлечения	1 раз в 2 месяца	1 раз в 2 месяца	1 раз в 2 месяца	1 раз в 2 месяца

