

«СОГЛАСОВАНО»  
врач – педиатр ГБУЗ СК  
«Городская детская поликлиника №3»  
города Ставрополя

И.А. Исакова \_\_\_\_\_  
« 28 » \_\_\_\_\_ 12 2017 г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
заведующий МБДОУ ЦРР д/с №15



**Программа**  
**«Образование и здоровье»**  
**муниципального бюджетного дошкольного**  
**образовательного учреждения**  
**«Центр развития ребенка –**  
**детский сад №15 «Юсишка»**  
**города Ставрополя**  
**на 2018 – 2021 гг.**

г. Ставрополь 2017г.

## Содержание

	<b>Пояснительная записка</b>	3
<b>1</b>	<b>Паспорт Программы</b>	8
<b>2</b>	<b>Информационная справка по МБДОУ ЦРР д/с №15</b>	11
<b>3</b>	<b>Аналитическое обоснование Программы</b>	12
<b>3.1</b>	<b>Анализ реализации Программы «Образование и здоровье» за 2014-2017 годы</b>	12
3.2.	Анализ здоровья и физического развития воспитанников	14
3.3.	Анализ ресурсного обеспечения Программы	16
<b>4</b>	<b>Медико-профилактическая деятельность</b>	22
4.1	Мониторинг здоровья детей	22
4.2	Профилактика и оздоровление детей	24
4.3	Организация режима пребывания воспитанников	25
4.4	Организация питания	29
4.5	Организация питьевого режима	31
4.6	Проведение закаливающих процедур	31
4.7	Организация гигиенического режима	33
4.7.1	Режим проветривания	33
4.7.2	Проведение противоэпидемиологических мероприятий	34
4.7.3	Гигиенические требования к игрушкам	35
<b>5</b>	<b>Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ</b>	36
5.1	Качество проведения утреннего приема, своевременная изоляция больного ребенка	36
5.2	Организация прогулок	36
<b>6</b>	<b>Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>	38
6.1	Дифференцированный подход к детям в различных формах физической культуры и дозирование нагрузки	40
6.2	Требования к организации занятий по физическому воспитанию	41
6.3	Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей	42
<b>7.</b>	<b>Содержание образовательной области «Физическое развитие»</b>	43
<b>8.</b>	<b>Взаимодействие с семьями воспитанников</b>	50
<b>9.</b>	<b>План реализации мероприятий, направлены на улучшение здоровья воспитанников МБДОУ ЦРР д/с №15 на 2018-2021гг.</b>	52

## Пояснительная записка

Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни (по определению Всемирной организации здравоохранения). Поскольку понятие «здоровье» определяется как физическое, психическое и социальное благополучие человека, такая трактовка поднимает вопрос, связанный со здоровьем детей дошкольного возраста совершенно на новый уровень. Именно поэтому сохранение и укрепление здоровья детей - одно из приоритетных направлений работы муниципального дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка – детский сад №15 «Юсишка» города Ставрополя (далее – Учреждение).

Основными **задачами** детского сада по физическому воспитанию дошкольников являются:

- охрана и укрепления здоровья детей;
- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
- создания условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- обеспечение физического и психического благополучия.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания.

Триаду здоровья составляют рациональный режим, закаливание и движение. Причем, чтобы обеспечить воспитание здорового ребёнка, работа в детском учреждении должна строиться в следующих направлениях:

- создание условий для физического развития и снижения заболеваемости детей;
- повышение педагогического мастерства и деловой квалификации воспитателей дошкольного учреждения;
- комплексное решение физкультурно-оздоровительных задач в контакте с медицинскими работниками;
- воспитание здорового ребенка совместными усилиями детского сада и семьи.

С целью воспитания и обучения воспитанников учреждения в режиме здоровьесбережения и здоровьёобогащения, направленного на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка,

коллективом детского сада разработана настоящая программа «Образование и Здоровье» (далее – Программа). Программа призвана обеспечить единство образовательных, социальных и медицинских мер в рамках пребывания ребенка в учреждении. Программа регулирует деятельность медицинского и педагогического персонала в вопросах оздоровления, развития физической подготовленности детей и формирования у них мотивации к здоровому образу жизни.

**Основной целью** внедрения Программы «Образование и здоровье» является обеспечение высокого уровня здоровья воспитанников учреждения и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его.

#### **Задачи программы:**

1. Отобрать и систематизировать нормативно-правовое и методическое обеспечение здоровьесберегающей деятельности в учреждении.
2. Определить оптимальные медико-психолого-педагогические условия пребывания ребенка в учреждении.
3. Разработать и осуществить комплекс мер по совершенствованию системы оздоровления детей, охране и укреплению здоровья дошкольников через систему образования.
4. Создать механизмы поддержки Программы за счёт центров здоровья учреждения.
5. Определить способы построения взаимодействия сферы образования со сферами здравоохранения, прежде всего в области детского здоровья.
6. Создать оптимальные условия для обучения и воспитания детей с учётом личностных особенностей и адаптивной среды для детей с ограниченными возможностями здоровья.
7. Внедрить здоровьесберегающие технологии в практику учреждения.
8. Реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей.
9. Популяризовать преимущества здорового образа жизни, расширить кругозор дошкольников в области физкультуры, спорта.
10. Формировать общую культуру личности воспитанников на основе усвоения обязательного минимума содержания образовательно-

воспитательных программ, их адаптации к последующему обучению в школе на основе преемственности.

11. Формировать у родителей, педагогов, детей ответственного отношения и убеждений для сохранения и улучшения здоровья, ведения здорового образа жизни.

12. Создать систему и условия психолого – медико-педагогического сопровождения детей и их родителей.

13. Развить систему подготовки и переподготовки кадров по вопросам комплексного оздоровления детей.

14. Укрепить и обогатить материально – техническую базу учреждения.

При практической реализации поставленных задач коллектив детского сада основывается на следующих **основных принципах**:

*Гуманизации* – приоритетность личностного, индивидуального развития в организации педагогического процесса в дошкольном учреждении.

*Учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка* – необходимость использования первичной диагностики здоровья и валеологической культуры дошкольников, а также учет ее результатов и основных новообразований возраста в ходе организации здоровьесберегающего педагогического процесса.

*Профессионального сотрудничества и сотворчества*, что означает обязательное профессиональное взаимодействие воспитателя и специалистов в процессе организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего педагогического процесса, а также тесное сотрудничество с семьей ребенка в контексте здоровьесбережения и здоровьеобогащения.

*Систематичности и последовательности в организации здоровьесберегающего и здоровьеобогащающего процесса*. Принцип предполагает систематическую работу по оздоровлению и воспитанию валеологической культуры дошкольников, постепенное усложнение содержания и приемов работы с детьми на разных этапах.

*Синкретичности* – объединение разнообразных методов здоровьесбережения и здоровьеобогащения, а также объединение различных способов детской деятельности, позволяющих ребенку наиболее полно и самостоятельно проявлять себя, получая удовлетворение от познания и реализации своих возможностей, испытывая эмоциональный комфорт.

**Теоретико-методологической основой Программы** являются труды отечественных и зарубежных философов, социологов, педагогов по проблемам воспитания и обучения дошкольников.

Данная программа «Образование и Здоровье» будет реализована посредством здоровьесберегающих технологий. Педагогические технологии имеют выраженную этапность (пошаговость), включают в себя набор определенных профессиональных действий на каждом этапе, позволяя педагогу еще в процессе проектирования предвидеть промежуточные и итоговые результаты собственной профессионально-педагогической деятельности.

Педагогическую технологию отличают: конкретность и четкость цели и задач, наличие этапов: первичной диагностики; отбора содержания, форм, способов и приемов его реализации; использования совокупности средств в определенной логике с организацией промежуточной диагностики для достижения обозначенной цели; итоговой диагностики достижения цели, критериальной оценки результатов».

Здоровьесберегающие образовательные технологии это:

1. Системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участников.

2. Качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровье детей.

3. Технологическая основа здоровьесберегающей педагогики.

Эффективность разработки и внедрения здоровьесберегающих технологий, формирования здорового образа жизни зависит от выполнения ряда условий.

К таковым относится:

- обеспечение комплексного подхода к решению проблемы здоровья детей;

- организация педагогического процесса образовательного учреждения в соответствии с современными представлениями о здоровье человека, оптимизации (оздоровлении) его образа жизни, с учётом состояния здоровья, возрастных категорий и индивидуальных особенностей ребёнка, создания оптимальной природной и предметно – развивающей среды в образовательном учреждении, семье, социуме;

- своевременное проведение профилактических мероприятий в дошкольном учреждении;

- обеспечение системы комплексной диагностики психосоматического и социального здоровья ребёнка, введение паспортизации здоровья по мониторингу взаимосвязанных параметров – качества образования и здоровья детей;

- сочетание традиционных и нетрадиционных методических приемов для целенаправленного оздоровления, коррекции и формирования здоровья детей средствами природы, физической культуры;

- повышение компетентности и профессиональной готовности педагогов к ведению работы по оздоровлению детей и созданию психологически комфортного микроклимата в дошкольном учреждении;

- разработка и реализация механизмов духовно – нравственного взаимодействия семьи, образовательного учреждения и социума в интересах формирования психосоматического, социального, духовного здоровья ребёнка.

Программа «Образование и здоровье» на 2018-2021 год принята на педагогическом совете муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка – детский сад №15 «Юсишка» города Ставрополя, протокол №3 от 28.12.2017г.

## 1. Паспорт Программы

Наименование программы	Программа «Образование и здоровье» муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка – детский сад № 15 «Юсишка» города Ставрополя на 2018-2021гг.
Статус программы развития	Локальный нормативный акт - Программа «Образование и здоровье» (далее – Программа) муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка - детский сад № 15 «Юсишка» города Ставрополя /далее - Учреждения/ на 2018 - 2021 годы
Назначение Программы	Программа призвана обеспечить единство образовательных, социальных и медицинских мер в рамках пребывания ребенка в дошкольном учреждении. Программа регулирует деятельность медицинского и педагогического персонала в вопросах оздоровления, развития физической подготовленности детей и формирования у них мотивации к здоровому образу жизни.
Разработчики Программы	Администрация МБДОУ ЦРР д/с № 15, творческая группа педагогов, родительская общественность.
Основание для разработки	- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 года №273 «Об образовании в Российской Федерации»; - Приказ Министерства образования и науки от 14.10.2013г. № 1155 «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования»; - Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача



	<p>Российской Федерации от 15 мая 2013 года № 26 «Об утверждении САНПИН» 2.4.3049-13);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Приказ Минздрава РФ от 03.07.2000 N 241 «Об утверждении Медицинской карты ребенка для образовательных учреждений»;</li> <li>- Приказ Минздрава России от N 60 от 14.03.95 «Об утверждении Инструкции по проведению профилактических осмотров детей дошкольного и школьного возраста на основе медико-экономических нормативов»;</li> <li>- Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы (Утверждена постановлением Правительства Российской Федерации от 15.04.2014 г. № 295);</li> <li>- Концепция Федеральной целевой программы развития образования на 2016-2020 годы (Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 декабря 2014 г. № 2765-р);</li> <li>- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);</li> <li>- Устав МБДОУ ЦРР д/с № 15;</li> <li>- Анализ деятельности МБДОУ ЦРР д/с № 15 за 2014-2017 гг.</li> </ul>
Исполнители Программы	Коллектив МБДОУ ЦРР д/с № 15, медицинский персонал ГБУЗ СК «Городская детская поликлиника №3» города Ставрополя
Цель Программы	Обеспечение высокого уровня здоровья воспитанников учреждения и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его.
Сроки и этапы реализации Программы	Программа реализуется в период с 09.01.2018 года по 31.12.2021 года.

<p>Ожидаемые конечные результаты, важнейшие целевые показатели</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Создания системы целостного воспитания здорового образа жизни детей, учитывающей особенности их биологического, социального и духовно – нравственного развития в современных условиях дошкольного учреждения;</li> <li>- создания системы комплексного мониторинга состояния здоровья детей;</li> <li>- снижения количества наиболее часто встречающихся в дошкольном возрасте заболеваний;</li> <li>- коренного усовершенствования системы физического воспитания;</li> <li>- повышения заинтересованности работников образования в укреплении здоровья детей;</li> <li>- стимулирования повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности;</li> <li>- повышения эффективности психолого - педагогической и медицинской помощи детям.</li> </ul>
<p>ФИО, должность, телефон руководителя программы</p>	<p>Тарасова Елена Владимировна, заведующий МБДОУ ЦРР д/с № 15 8(8652) 55-46-41</p>

## 2. Информационная справка по МБДОУ ЦРР д/с № 15

Полное наименование	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка — детский сад №15 «Юсишка» города Ставрополя
Сокращенное наименование	МБДОУ ЦРР д/с № 15
Адрес	355000, Российская Федерация, Ставропольский край, город Ставрополь, улица Тухачевского 26/8
Телефон	(8652) 55-46-40, (8652) 55-46-41, (8652) 55-46-43
Заведующий	Тарасова Елена Владимировна
Учредитель	Комитет образования администрации города Ставрополя
Тип образовательного учреждения	Дошкольное образовательное учреждение
Вид образовательного учреждения	Центр развития ребенка
Адрес электронной почты	doucrr15@mail.ru
Адрес сайта	<a href="http://doucrr15.ru/">http://doucrr15.ru/</a>
Проектная мощность ДОУ/ Фактическая наполняемость	13 групп /13 групп 250 мест/540 человек
Лицензия на осуществление образовательной деятельности	№ 3545 от 09.09.2013г.
Основные виды деятельности Учреждения:	Реализация основной образовательной программы дошкольного образования; Реализация адаптированной образовательной программы дошкольного образования для детей с ограниченными возможностями здоровья

Учреждение расположено в отдельно стоящем здании, построено по типовому проекту.

Учреждение работает в режиме 12 часов, по пятидневной рабочей неделе.

### **3. Аналитическое обоснование Программы**

#### **3.1. Анализ реализации Программы «Образование и здоровье» за 2014-2017гг.**

Программа «Образование и здоровье» МБДОУ ЦРР д/с № 15 была разработана на 2014 – 2017 г.г.

Цели: разработка концептуальных подходов и направлений реализации здоровьесберегающих технологий в дошкольном учреждении как целостной социально – педагогической системы, направленной на улучшение качества здоровья детей, духовно – нравственное возвышение смысла здорового образа жизни.

Задачи:

1. Разработка и осуществление комплекса мер по совершенствованию системы оздоровления детей, охране и укреплению здоровья школьников через систему образования.
2. Создание механизмов поддержки Программы за счёт центров здоровья дошкольного учреждения.
3. Определение способов построения взаимодействия сферы образования со сферами здравоохранения, прежде всего в области детского здоровья.
4. Укрепление материально – технической базы дошкольного учреждения.
5. Создание оптимальных условий для обучения и воспитания детей и подростков с учётом личностных особенностей и адаптивной среды для детей с нарушением здоровья и ограниченными возможностями.
6. Создание комплексной системы содействия физическому, психосоциальному и духовному развитию, а также профилактике, коррекции и реабилитации нарушений здоровья детей.
7. Создание системы и условий психолого – медико-педагогической и социальной помощи детям.
8. Профилактика нарушений здоровья детей.
9. Развитие системы подготовки и переподготовки кадров по вопросам комплексного оздоровления детей.
10. Разработка и апробация в образовательных учреждениях образовательных программ формирования основ здорового образа жизни и основ духовно – нравственного здоровья детей.
11. Популяризации преимуществ здорового образа жизни, расширение кругозора дошкольников в области физкультуры, спорта, туризма, краеведения.
12. Формирование у родителей, воспитателей, детей ответственного отношения и убеждений для сохранения и улучшения здоровья, ведения здорового образа жизни.

Результатами работы коллектива за 2014-2017 годы стало:

1. Создана система целостного воспитания здорового образа жизни детей, учитывающая особенности их биологического, социального и духовно – нравственного развития в современных условиях дошкольного учреждения.

2. Организация гибкого режима пребывания детей в учреждении. В период адаптации родителям предоставлена возможность находиться с ребенком в группе. Заведующим и педагогами проводятся индивидуальные беседы с родителями вновь поступивших детей, в которых выясняются условия жизни, режима, питания, ухода и воспитания в семье. На основании бесед и наблюдений за поведением ребенка в группе медицинскими работниками даются рекомендации воспитателям и родителям, индивидуальные для каждого ребенка. Такие мероприятия, как: сбор информации, наблюдение, щадящий режим, закаливание, неполный день пребывания в дошкольном учреждении, проводимые в детском саду, помогают установить динамику психологических и эмоциональных качеств у детей и способствуют снижению заболеваемости.

3. Создана и отлажена система комплексного мониторинга состояния здоровья детей.

4. Усовершенствована система физического воспитания, создана система физкультурно-оздоровительной работы с воспитанниками.

5. Повышена заинтересованность работников учреждения в укреплении здоровья детей.

6. Расширен круг взаимодействия учреждения с учреждениями здравоохранения города.

7. Отмечается повышение профессиональных компетенций педагогов в вопросах оздоровления воспитанников.

8. Повышено внимание дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

9. Продолжено обогащение материальной базы учреждения.

10. Строго соблюдены санитарно-гигиенического режима; обеспечена безопасность (пожарная, санитарная, антитеррористическая и пр.).

Оздоровительная работа в учреждении осуществлялась по следующим направлениям: соблюдение режима дня, учет гигиенических требований, отработка двигательного режима в группах и на прогулке, закаливающие мероприятия.

Анализируя результаты работы, наряду с положительными изменениями, отмечаются некоторые трудности:

- за последний учебный год заболеваемость детей возросла на 1%, а посещаемость снизилась на 1%. Причиной этого является высокая заболеваемость детей двух вторых младших групп, сформированных в 2016-2017 году. Заболеваемость детей во вновь укомплектованных группах связана с их адаптацией к условиям детского сада;

- сведения об общем состоянии здоровья вновь принятых детей, свидетельствуют о незначительной тенденции его ухудшения;

Таким образом, анализ данных результатов показывает необходимость большего внедрения в практику здоровьесберегающих технологий, таких как: медико-профилактических; физкультурно-оздоровительных; технологий обеспечения социально-психологического благополучия ребенка; здоровьесберегающих образовательных технологий, а также обеспечение единства медицинского и педагогического персонала в их реализации.

### **3.2. Анализ здоровья и физического развития воспитанников**

Важнейшей характеристикой качества дошкольного образования является состояние здоровья воспитанников дошкольного учреждения. Для наиболее эффективной организации оздоровительных и профилактических мероприятий в качестве одного из основных приёмов работы персонала используется мониторинг состояния здоровья воспитанников, что является важным для своевременного выявления отклонений в их здоровье.

Изучение состояния здоровья детей осуществляется воспитателем по физической культуре и медицинскими работниками, которые определяют уровень физического развития на основе антропометрических данных и группу физического здоровья на основе анамнеза и обследования детей декретированного возраста врачами-специалистами, отслеживают заболеваемость детей, виды заболевания.

Основной структурной единицей учреждения является группа детей дошкольного возраста (далее – группа). В Учреждении функционирует 13 групп, из них – 12 общеразвивающей направленности, 1 – группа компенсирующей направленности для детей с тяжелыми нарушениями речи. Группы функционируют в режиме полного дня — 12-часового пребывания.

### Контингент воспитанников МБДОУ ЦРР д/с №15

Период	Общая численность воспитанников (человек)
2015-2016	446
2016-2017	473
2017-2018	540

### Сведения о состоянии здоровья воспитанников МБДОУ ЦРР д/с № 15

Учебный год	1 группа здоровья	2 группа здоровья	3 группа здоровья	4 группа здоровья	«Д» Учет
2014 - 2015	11,1%	72,7%	16%	0,2%	19,2%
2015 - 2016	6%	77,1%	16,6%	0,2%	21,1%
2016 - 2017	4,8%	75,9%	18,6%	0,7%	21,3%

### Сведения о посещаемости и заболеваемости воспитанников

Период	Посещаемость	Заболеваемость
2014 – 2015	65%	15%
2015 – 2016	69%	12%
2016 – 2017	68%	13%

Анализируя данные, представленные в таблице, можно сделать вывод о том, что причинной повышения общего уровня заболеваемости в учреждении на 1%, по сравнению с прошлым годом, является высокая заболеваемость детей двух вторых младших групп, сформированных в 2016-2017 году. Заболеваемость детей во вновь укомплектованных группах связана с их адаптацией к условиям детского сада.

Для осуществления здоровьесберегающей деятельности, в учреждении создан ряд условий, способствующих сбережению здоровья воспитанников, таких как:

- система профилактических осмотров детей;
- диагностика отклонений в состоянии здоровья детей с раннего периода;
- повышение качества оздоровления и формирование системы реабилитационных мероприятий в образовательном процессе;
- проведение психолого-медико-педагогической коррекции отклонений в состоянии здоровья детей, особенно в критические периоды адаптации.

Все это призвано обеспечивать эффективное решение задач по улучшению уровня здоровья детей и снижению заболеваемости. При этом сведения о состоянии здоровья детей, зафиксированные в выше показанных таблицах, свидетельствуют о тенденции его ухудшения.

В сложившихся условиях приоритетным направлением деятельности учреждения было определено здоровьесбережение и здоровьесобогащение детей. основополагающим фактором, в данном случае является комплексный подход медицинского и педагогического персонала в вопросах оздоровления, развития физической подготовленности детей и формирования у них мотивации к здоровому образу жизни.

Таким образом, анализ данных результатов показывает необходимость большего внедрения в практику здоровьесберегающих технологий, таких как: медико-профилактических; физкультурно-оздоровительных; технологий обеспечения социально-психологического благополучия ребенка; здоровьесберегающих образовательных технологий, а также обеспечение единства медицинского и педагогического персонала в их реализации.

### **3.3. Анализ ресурсного обеспечения программы**

#### Программно- методическое обеспечение

Физическое и психическое развитие детей в учреждении осуществляется в соответствии с:

- общеобразовательной программой «От рождения до школы» дошкольного образования/под. Ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.- 3-е изд., испр. и доп. – М.: Мозаика-Синтез, 2013г.;
- Буренина А.И. Ритмическая мозаика: Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – Изд. 3-е, перераб. И доп. – СПб, 2012г.;
- Е.К. Воронова. Программа обучения детей плаванию в детском саду. – СПб.: «Детство – пресс», 2010г.;
- Лободин В.Т. Феоренко А.Д. Александрова Г.В. В стране здоровья. Программа эколога – оздоровительного воспитания дошкольников. – М., 2011г.;
- Н.Н. Авдеева, О.Л. Князева, Р.Б. Стеркина «Основы безопасности детей дошкольного возраста».- Психогимнастика /Под ред. М. И. Буянова.—2-е изд.- М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995;
- С.А. Козлова. Я – человек. Программа социального развития ребенка, М., 2011г.;
- Физическая культура. Образовательная программа «Здоровье» под. ред. П.П. Болдурчиди г. Ставрополь 1991г.



### Материально-технические условия

Состояние материально-технической базы детского сада соответствует педагогическим требованиям, современному уровню образования и санитарным нормам.

Детский сад имеет все виды благоустройства: водопровод, канализацию, централизованное водяное отопление. Имеются административные помещения, помещения для медицинского обслуживания, пищеблок, прачечная. Созданы оптимальные условия для охраны и укрепления здоровья детей, их физического и психического развития: музыкальный зал, стадион, спортивный зал, плавательный бассейн, имеются спортивные уголки в каждой возрастной группе. В детском саду имеется кабинет заведующего, кабинет завхоза, методический кабинет, кабинет социального педагога, педагога – психолога, учителя – логопеда.

При создании предметно-развивающей среды педагогами дошкольного учреждения учитываются возрастные, индивидуальные особенности детей каждой возрастной группы. Группы постепенно пополняются современным игровым оборудованием, современными информационными стендами. Предметная среда всех помещений оптимально насыщена, выдержана мера «необходимого и достаточного» для каждого вида деятельности, представляет собой «поисковое поле» для ребенка, стимулирующее процесс его развития и саморазвития, социализации и коррекции.

Дошкольное учреждение оснащено полным комплектом мебели и учебным оборудованием. В группах создана предметно-развивающая среда, способствующая всестороннему развитию детей.

Вид помещения	Основное предназначение	Оснащение
Кабинет заведующего ДОУ	Индивидуальные консультации; беседы с персоналом и родителями (законными представителями)	— библиотека нормативно-правовой документации; — документация по содержанию работы в ДОУ(охрана труда, приказы, пожарная безопасность, договоры с организациями и пр.) — компьютер; — доступ к информационным системам и информационно-телекоммуникационным сетям.
Методический кабинет	Осуществление методической помощи педагогам, организация консультаций, педсоветов, семинаров и других форм повышения педагогического мастерства, концентрация дидактических и методических материалов для организации работы с детьми по различным направлениям	— библиотека педагогической, методической и детской литературы; — библиотека периодических изданий; — демонстрационный, раздаточный материал; — опыт работы педагогов; — документация по содержанию работы в ДОУ(годовой план, протоколы педсоветов, материалы по аттестации педагогов,

		информация о состоянии работы по реализации программы и др.); — банк мультимедийных презентаций; — доступ к информационным системам и информационно - телекоммуникационным сетям.
Кабинет педагога-психолога	Психолого-педагогическая работа, консультативно-просветительская работа с родителями (законными представителями) и педагогами	— диагностический материал; — дидактические пособия; — специальная литература; — ноутбук
Кабинет социального педагога	Коррекционно – развивающая работа, консультативно-просветительская работа с родителями (законными представителями) и педагогами	— дидактические пособия; — специальная литература; — доступ к информационным системам и информационно-телекоммуникационным сетям.
Кабинет учителя-логопеда	Коррекционно-развивающая работа, консультативная работа с родителями (законными представителями) и педагогами	— настенное зеркало, магнитная доска; — методическая литература; — пособия; — игровой материал, развивающие игры;
Медицинский блок	Осмотр детей, консультации медсестры, врачей, консультативно-просветительская работа с родителями (законными представителями) и сотрудниками ДОУ	— кабинет врача; — процедурный кабинет; — изолятор; — необходимое медицинское оборудование
Музыкальный зал	Проведение НОД, утренней гимнастики, театрализованных представлений, досугов, праздников	— дидактические пособия, игрушки; — детские музыкальные инструменты; — музыкальный центр; — пианино, синтезатор, микрофон; — проектор, экран; — ширма.
Физкультурный зал	Проведение НОД, утренней гимнастики, спортивных досугов, праздников	— спортивное оборудование, инвентарь; — магнитофон; — спортивные тренажеры, мягкие модули; — гимнастическая стенка; — мобильный автогородок.
Бассейн	Проведение НОД, спортивных досугов, праздников	— спортивное оборудование, инвентарь; — специальное оборудование
Физкультурная площадка	Проведение физкультурных занятий, досугов, двигательной – игровой деятельности.	— спортивное оборудование; — поле.
Участки	Проведение прогулок, наблюдений, организация двигательной-игровой деятельности	— прогулочные площадки для детей всех возрастных групп; — крытые павильоны; — игровое, спортивное оборудование; — дорожки для ознакомления дошкольников с правилами дорожного движения; — клумбы с цветами; — деревья и кустарники разных пород.
Коридоры	Информационно-просветительская работа с сотрудниками ДОУ и родителями (законными представителями)	— стенды для родителей, визитка ДОУ; — стенды для сотрудников (охрана труда, пожарная безопасность и пр).
Групповые комнаты	Проведение режимных моментов, совместной и самостоятельной деятельности, организованная образовательная деятельность	— игровая мебель, атрибуты для сюжетно-ролевых игр; — центр науки, мини-лаборатория; — книжный уголок; — театрально-музыкальный центр, — центр художественного творчества; — физкультурный уголок; — центр математики;

		— дидактические, настольно-печатные игры; — дидактический материал и др.
Спальное помещение	Дневной сон	— спальная мебель
Раздевальная комната	Организация режимных моментов. Информационно-просветительская работа с родителями (законными представителями)	— выносной материал для двигательной-игровой деятельности на прогулке; — информационные стенды для родителей; — выставки детского творчества; — индивидуальные шкафчики для одежды

**Медицинский блок**, предназначенный для проведения лечебно – оздоровительной и профилактической работы с детьми включает в себя следующие помещения: медицинский кабинет; 2 изолятора; процедурный кабинет.

В ДОУ имеется следующее медицинское оборудование:

Стол для врача	3	Шт
Стул	3	Шт
Шкаф двухстворчатый для одежды	2	Шт
Шкаф для уборочного инвентаря и дез. средств	2	Шт
Стул для пациента	6	Шт
Ширма 3 секционная	1	Шт
Кушетка смотровая	2	Шт
Картотека (шкаф)	2	Шт
Весы медицинские	1	Шт
Ростомер	1	Шт
Спирометр	1	Шт
Динамометр кистевой	1	Шт
Светильник медицинский	1	Шт
Аппарат Ротта с таблицами Сивцева	1	Шт
Набор пробных очковых линз малый	1	Шт
Тонометр с детской манжеткой	2	Шт
Фонендоскоп	1	Шт
Термоконтейнер	1	Шт
Устройство реанимационное для ручной вентиляции	1	Шт
Электросушитель для рук	1	Шт
Шина для верхних конечностей, лестничная "Крамера"	5	Шт
Шина для нижних конечностей, лестничная "Крамера"	5	Шт
Плантаграф	1	Шт
Носилки	1	Шт
Шкаф металлический лекарственных средств	2	Шт
Холодильник фармацевтический	1	Шт
Холодильник фармацевтический с морозильной камерой	1	Шт
Стол манипуляционный 2-х полочный	3	Шт
Облучатель медицинский бактерицидный	1	Шт
Кровать детская	2	Шт
Стол манипуляционный 2-х полочный	2	Шт
Облучатель медицинский бактерицидный передвижной	1	Шт
Электросушитель для рук	2	Шт
Облучатель медицинский бактерицидный потолочный	1	Шт
Ингалятор	1	Шт
Облучатель ультрафиолетовый д/локальных физиотерапевтических процедур	1	Шт
Грелка резиновая	1	Шт
Жгут венозный кровоостанавливающий ЖВ-01	4	Шт
Лоток почкообразный	5	Шт

Ножницы тупоконечные прямые 140 мм	2	Шт
Пинцет анатомический	1	Шт
Полихроматические таблицы для исследования цветоощущения Е.Б.Рабкина	1	Шт
Пузырь для льда	1	Шт
Стетоскоп	2	Шт
Термометр электронный	50	Шт
Шпатель для языка	50	Шт
Языкодержатель	1	Шт
Роторасширитель	1	Шт

Организация предметно-развивающей среды в групповых помещениях осуществляется с учетом возрастных особенностей. Расположение мебели, игрового и другого оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, санитарно-гигиеническим нормам, физиологии детей, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

В групповых помещениях созданы условия для самостоятельной активной и целенаправленной деятельности детей. Для обеспечения психологического комфорта в группах оборудованы уголки уединения. Для приобщения детей к ценностям здорового образа жизни созданы «уголки здоровья», оснащенные тренажерами и наглядно-демонстрационным материалом, книгами, дидактическими играми, материалами по ОБЖ.

В каждой возрастной группе имеется оборудование и инвентарь для двигательной активности детей и проведения закаливающих процедур.

Прогулочные участки оснащены стационарным оборудованием для развития основных видов движения и игр детей.

В зимнее время на участках строятся горки, снежные постройки. На спортивной площадке прокладывается лыжня, расчищается участок для проведения физкультурных занятий на воздухе. Для обеспечения двигательной активности детей в холодный период года на улице проводятся подвижные и спортивные игры.

Расположение игрового и спортивного оборудования отвечает требованиям охраны жизни и здоровья детей, их физиологии, принципам функционального комфорта, позволяет детям свободно перемещаться.

Психика ребенка очень восприимчива и ранима, у него в равной степени ярко проявляются аффекты радости и печали. Поэтому в учреждении всемерно используются положительные эмоции, дружелюбный жизненный фон с увлекательными, интересными делами, будь то игры, развлечения, занятия, экскурсии и т. д.

Продуманный активизирующий психотерапевтический режим, здоровый эмоциональный тон в ДООУ, любовное, внимательное, предупредительное отношение сотрудников к детям с полным пониманием

личности каждого ребенка является одним из решающих компонентов, дополняющим созданные условия.

Оборудован методический кабинет, в задачи которого входит оказание действенной помощи педагогам в организации педагогического процесса, в работе с родителями, в повышении педагогического мастерства и организации самообразования. Весь методический материал систематизирован и распределен в соответствии с требованиями к содержанию и методам воспитания и обучения детей в дошкольных образовательных учреждениях. В методическом кабинете сосредоточен необходимый информационный материал (нормативно-правовые документы, педагогическая и методическая литература, представлены передовые технологии, материалы педагогического опыта, материалы методической работы ДООУ и т.д.).

Учреждение оснащено компьютерной техникой, создан официальный сайт; обеспечен выход в Интернет.

#### Кадровое обеспечение

В ДООУ работают 35 педагогов.

Сведения об образовании педагогических работников за 2015-2017гг.

Год	Высшее	Средне – специальное
2015	27 (75%)	7 (19%)
2016	28 (80%)	7 (20%)
2017	27 (77%)	8 (23%)

Сведения о квалификационной категории педагогов за 2015-2017гг.

Год	Высшая	Первая	Соотв. зан. должности	Без категории
2015	9 (25%)	3 (8%)	4 (11%)	20 (56%)
2016	13(37%)	3 (9%)	7 (20%)	12 (34%)
2017	12 (34%)	6(17%)	10 (29%)	7 (20%)

Педагогических работников пенсионного возраста – 3 (8%) человека. Два педагога имеют звание «Почетный работник общего образования».

В детском саду работают специалисты: старший воспитатель, 2 музыкальных руководителя, воспитатель по хореографии, воспитатель по ФИЗО, воспитатель по плаванию, воспитатель по ИЗО, педагог – психолог, учитель – логопед.

## **4. Медико – профилактическая деятельность**

### **4.1. Мониторинг здоровья детей**

Критерием эффективности лечебно-оздоровительной работы учреждения служит улучшение состояния здоровья детей дошкольного возраста. Оценка состояния здоровья детей проводят на основании текущих наблюдений и по итогам профилактических осмотров.

Без информации о ходе промежуточных результатах, без постоянной обратной связи процесс управления здоровьесбережением невозможен. Первой, важнейшей составной частью системы мониторинга в учреждении, определено состояние здоровья воспитанников. Данная система включает в себя три аспекта: медицинский; психологический; педагогический. Все три аспекта содержат составные части, касающиеся вопросов здоровья.

Сбор информации осуществляется следующими методами: осмотр детей; наблюдение за деятельностью ребенка и анализ его результатов; изучение и анализ документов; определение компетентности детей с последующим анализом результатов; тестирование и анализ результатов.

Первый аспект – медицинский, направлен на оценку и изучение состояния здоровья детей, осуществляется медицинскими работниками. Показатели здоровья включают в себя: группу физического здоровья на основе анамнеза; группу физического развития на основе антропометрических данных; разделение детей на группы для занятий физической культурой (основная, подготовительная, специальная).

Профилактические медицинские осмотры детей декретированных возрастов проводят в соответствии с действующими нормативными документами и предусматривают доврачебный (на основе программы скрининг-тестов), педиатрический и специализированный этапы. Остальным детям ежегодно проводят скрининг-тестирование и педиатрический осмотр. По показаниям дети осматриваются и другими врачами-специалистами.

Оценку физического развития детей проводят 2 раза в год (осень, весна) по данным антропометрических показателей (длина и масса тела) и для детей дошкольного возраста дополняют результатами тестирования физической подготовленности.

Состояние здоровья каждого ребенка оценивается комплексно с учетом уровня достигнутого физического и нервно-психического развития, острой заболеваемости за год, предшествующий осмотру, наличия или отсутствия в момент обследования хронических заболеваний и частоты их

обострения, уровня функционального состояния основных систем организма.

Оценка состояния здоровья группы детей включает в себя следующие показатели: общая заболеваемость; острая заболеваемость; заболеваемость детей в случаях, в днях на 1 ребенка; процент часто болеющих детей (ЧБД); индекс здоровья; процент детей, имеющих морфофункциональные отклонения; процент детей с хроническими заболеваниями; процент детей, функционально незрелых к обучению в школе; процент детей с нарушениями состояния здоровья, вызванными адаптацией к дошкольному учреждению; распределение детей по группам физического развития; распределение детей по группам здоровья; процент детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях.

За год, предшествующий поступлению в школу, проводят медицинское обследование детей, а повторный медицинский осмотр – непосредственно перед поступлением в школу.

Для детей функционально не готовых к обучению, следует составить индивидуальный план медико-коррекционных мероприятий, включающих лечебно-оздоровительные процедуры, занятия с логопедом, развитие общей и мелкой моторики.

Врач - педиатр отслеживает общую заболеваемость детей и заболеваемость детей в днях на одного ребенка. Собранные данные анализируются, выявляя часто болеющих детей, детей с хроническими заболеваниями, а также детей, нуждающихся в индивидуальных оздоровительных мероприятиях.

Владея полной информацией о состоянии здоровья каждого ребенка, педагог имеет возможность осуществлять дифференцированный подход к детям.

Педагогический аспект направлен на выявление сформированности у детей компетентности в области здоровьесбережения и включает в себя:

- уровень физической подготовленности детей; отслеживается воспитателем по физвоспитанию в начале и в конце года. С учетом полученных данных, а также, данных о физическом развитии детей, на занятиях по физической культуре варьируется нагрузка на каждого ребенка с учетом его функционального состояния и индивидуальных особенностей. Медицинской сестрой определяется моторная плотность занятия, частота сердечных сокращений у детей; уровень усвоения детьми раздела образовательной программы по формированию здорового и безопасного образа жизни; уровень овладения культурно-гигиеническими навыками –

отслеживается воспитателями ежедневно в ходе режимных моментов при помощи метода наблюдения.

Важнейшим условием успешной деятельности учреждения является комплексное взаимодействие педагогов, медиков и специалистов по всем направлениям: медицинскому, коррекционному, педагогическому.

Основными задачами данного взаимодействия являются:

- обнаружение и ранняя (с первых дней пребывания воспитанника в учреждении) диагностика отклонений в развитии и/или состояний декомпенсации;
- профилактика физических, интеллектуальных и эмоционально-личностных перегрузок и срывов;
- выявление резервных возможностей развития воспитанника;
- определение характера, продолжительности и эффективности специальной (коррекционной) помощи в рамках, имеющихся в учреждении возможностей;
- подготовка и ведение документации, отражающей актуальное развитие воспитанника, динамику его состояния.

Данный подход к отслеживанию развития детей, позволяет:

- осуществлять целостный подход к выявлению уровня развития детей;
- планомерно и целенаправленно отслеживать уровень развития каждого ребенка;
- своевременно выявлять проблемы в развитии отдельных детей;
- целенаправленно осуществлять коррекционную помощь нуждающимся детям.

## **4.2. Профилактика и оздоровление детей**

Ключевым принципом оздоровительных и закаливающих мероприятий в учреждении является индивидуально-дифференцированный подход к детям. Оздоровительные мероприятия планируются на основании заболеваемости в предыдущие годы, диагностических данных состояния здоровья детей, уровня их физического развития.

Основной контингент детей раннего и дошкольного возраста составляют дети второй группы здоровья – группы риска, не имеющие хронических заболеваний, но с функциональными отклонениями, часто болеющие, а также дети в период реконвалесценции после некоторых острых заболеваний. Этому контингенту детей уделяется пристальное внимание врача-педиатра, так как профилактические и лечебно-оздоровительные мероприятия, проведенные своевременно и



целенаправленно, обладают наибольшей эффективностью по предупреждению формирования у них хронической патологии.

Сроки наблюдения и рекомендации для данной группы детей устанавливаются врачом индивидуально для каждого ребенка в соответствии со степенью риска в отношении формирования хронической патологии, выраженности функциональных отклонений и степени резистентности. После углубленного осмотра детей, составляется план оздоровления для детей группы риска на текущий год с учетом рекомендаций врачей-специалистов.

### **4.3. Организация режима пребывания воспитанников**

Рациональный режим дня в учреждении предусматривает оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна детей в течение суток и организацию всех видов деятельности и отдыха в соответствии с возрастными психофизиологическими особенностями и возможностями организма. Все физиологические процессы в организме имеют свой биологический ритм. В течение суток активность и работоспособность ребенка не одинаковы. Непрерывная непосредственно образовательная деятельность, вызывающая выраженное утомление детей, планируются в первую половину дня, в часы оптимальной работоспособности.

Работоспособность неоднозначна и на протяжении недели. В понедельник она невысока, что объясняется адаптацией ребенка к режиму учреждения после двухдневного пребывания в домашних условиях. Наилучшие показатели работоспособности отмечаются во вторник и среду, начиная с четверга, она вновь ухудшается, достигая самых низких характеристик к пятнице. В целях предупреждения утомления у воспитанников, увеличен двигательный компонент, непосредственно образовательная деятельность распределяется в течение недели с учетом динамики работоспособности.

Данное направление осуществляется через использование следующих форм документальной организации педагогического процесса:

- режим дня;
- учебный план;
- календарный график;
- расписание непрерывной образовательной деятельности;
- организация двигательного режима.

Организация жизнедеятельности детей в учреждении осуществляется через комплексное использование фронтальных, групповых и

индивидуальных форм организации воспитательно-образовательной работы.

Образовательная деятельность проводится в соответствии с «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» СанПин 2.4.1.3049-13, возрастными особенностями воспитанников, расписанием непрерывной – образовательной деятельности.

Максимальная продолжительность непрерывной образовательной деятельности для детей раннего возраста от 2 до 3 лет составляет 10 мин. Образовательная деятельность осуществляется в первую половину дня (по 8 – 10 минут). Возможно осуществление образовательной деятельности на игровой площадке во время прогулки.

Максимальная продолжительность непрерывной образовательной деятельности для детей от 3 до 4-х лет составляет 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет – 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет – 25 минут, для детей от 6-ти до 7-ми лет – 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах составляет 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.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первой половине дня. Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия, ритмика и т.п.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста и индивидуальная коррекционная работа может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность составляет не более 25-30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

Занятия по физическому развитию основной 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 круглогодично организовывается занятие по физическому развитию детей на открытом воздухе. Они не проводятся только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию организовывается на открытом воздухе.

Музыкальные занятия проводятся специалистами в музыкальном зале. Занятия в бассейне проводятся специалистом с обязательным присутствием медицинского работника. Физкультурные занятия проводятся в спортивном зале и на уличной спортивной площадке. Коррекционные занятия проводятся специалистами в кабинете педагога-психолога, логопедическом кабинете и в группах.

В летнее - оздоровительный период проводятся только занятия эстетического и оздоровительного циклов (музыкальные, физкультурные).

Режим занятий дополнительного образования устанавливается расписанием занятий.

Кружковая работа проводится с учетом индивидуальных особенностей детей, их интересов и потребностей и желания родителей.

Режим работы учреждения 12 часовой. Начало работы в 7 часов, окончание работы в 19 часов.

Режим организации жизнедеятельности определен:

- в соответствии с функциональными возможностями детей разного возраста;
- на основе соблюдения баланса между разными видами активности детей;
- особенностями организации гибкого режима пребывания детей в дошкольном учреждении, проведения организованной образовательной деятельности и проведения утренних прогулок в связи с наличием педагогов-специалистов и организацией занятий в физкультурном, музыкальном залах;
- с учетом социального заказа родителей и нормативно-правовых требований к организации режима деятельности учреждения.

### Режим дня во второй младшей группе

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	07.00-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-09.00
Подготовка к занятиям, занятия (общая длительность, включая перерывы)	09.00-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-12.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.00-12.20
Подготовка к обеду, обед	12.20-12.50
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	12.50-15.00
Постепенный подъём, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50
Самостоятельная деятельность	15.50-16.35
Подготовка к прогулке, прогулка	16.35-17.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	17.50-19.00

### Режим дня в средней группе

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	07.00-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.55
Подготовка к занятиям, занятия (общая длительность, включая перерывы)	08.55-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-12.10
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.10-12.30
Подготовка к обеду, обед	12.30-13.00
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъём, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.50
Самостоятельная деятельность	15.50-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.30-17.50
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	17.50-19.00

### Режим дня в старшей группе

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	07.00-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.55
Подготовка к занятиям, занятия (общая длительность, включая перерывы)	08.55-10.15
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15-12.25
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.25-12.40
Подготовка к обеду, обед	12.40-13.10
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	13.10-15.00
Постепенный подъём, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Самостоятельная деятельность	15.40-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.00-19.00

#### Режим дня в подготовительной к обучению в школе группе

Режимные моменты	Время
Приход детей в детский сад, утренняя гимнастика, самостоятельная деятельность	07.00-08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20-08.50
Подготовка к занятиям, занятия (общая длительность, включая перерывы)	08.50-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка	10.50-12.35
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	12.35-12.45
Подготовка к обеду, обед	12.45-13.15
Подготовка ко сну, чтение художественной литературы, дневной сон	13.15-15.00
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.00-15.25
Подготовка к полднику, полдник	15.25-15.40
Самостоятельная деятельность	15.40-16.40
Подготовка к прогулке, прогулка	16.40-18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход домой	18.00-19.00

#### 4.4. Организация питания

Обязательным условием нормального роста организма, его гармоничного физического и психического развития является организация рационального питания. В детском саду осуществляются действенные меры по обеспечению воспитанников качественным питанием.

Питание воспитанников осуществляется в соответствии с «Примерным 10-дневным меню» для организации питания детей от 2-х до 7-м и лет в государственных учреждениях, реализующих общеобразовательные программы дошкольного образования, с 12-ти часовым пребыванием детей. Это обеспечивает:

- правильное сочетание блюд в рационе;
- разнообразие в диете, и повышение усвоения отдельных продуктов;
- распределение калорийности питания в течение суток;
- строгое соответствие объема пищи возрасту ребенка.

Пища должна не только удовлетворять потребностям растущего организма и вызывать чувство насыщения, но и соответствовать возрастной емкости желудка. Объемы разовых порций и суточный объем пищи нормированы для детей каждой возрастной группы. Для обеспечения преемственности питания родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню.

Ежедневно дети получают необходимое количество белков, жиров и углеводов, витаминизированы продукты. В рационе присутствуют свежие фрукты, овощи, соки, кисломолочные продукты. В детском саду имеется вся необходимая документация по питанию, которая ведется по форме и заполняется своевременно. Технология приготовления блюд строго соблюдается.

Картотека технологий приготовления блюд обеспечивает:

- сбалансированность и разнообразие рациона;
- соблюдение правил приготовления пищи и различных способов их кулинарной обработки;
- приготовление из одного продукта широкого ассортимента блюд.

График выдачи пищи по группам составлен с таким расчетом, чтобы дети получали не слишком горячую, но и не уже остывшую пищу. Горячие блюда (супы, соусы, горячие напитки, вторые блюда и гарниры) при раздаче должны иметь температуру +60...+65°C; холодные закуски, салаты, напитки – не ниже +15°C.

В учреждении сформирована эффективная система контроля за организацией питания детей.

В своей работе мы руководствуемся следующими принципами:

- составление полноценного рациона питания;
- использование разнообразного ассортимента продуктов, гарантирующих достаточное содержание необходимых минеральных веществ и витаминов;
- строгое соблюдение режима питания, отвечающего физиологическим особенностям детей различных возрастных групп, правильное сочетание его с режимом работы дошкольного учреждения;
- соблюдение правил эстетики питания, воспитание необходимых гигиенических навыков в зависимости от возраста и развития детей.
- правильное сочетание питания в детском саду с питанием в домашних условиях, проведение необходимой санитарно-просветительской работы с родителями;
- строгое соблюдение технологических требований при приготовлении пищи, обеспечение правильной обработки пищевых продуктов;
- повседневный контроль пищеблока, правильной организацией питания детей в группах.

Рациональное питание требует правильной организации его не только в условиях учреждения, но и в домашних условиях. Для того чтобы питание не было однообразным, необходимо знакомить родителей с ежедневным меню. Во время бесед с родителями подчеркивается целесообразность приучения ребенка к полезной для него пище.

#### **4.5. Организация питьевого режима**

Вода принимает участие во всех обменных процессах живого организма. Благодаря растворению в ней многих химических веществ, вода подает к тканям и клеткам необходимые для их жизнедеятельности вещества и уносит из клеток продукты обмена. Вода вместе с растворенными в ней минеральными веществами обеспечивает постоянство внутренней среды организма. Она необходима для нормального течения обмена, поддержания температуры тела, процессов кроветворения, выделительной функции почек.

Потребность ребенка в воде зависит от возраста: чем младше ребенок, тем в больших количествах жидкости на 1 кг массы тела он нуждается. Ребенок в возрасте от 1 года до 3 лет нуждается в 100 мл воды на 1 кг массы тела, от 3 до 7 лет – в 80 мл, более старшие – в 50 мл.

Летом, в жару, у детей повышается потребность в жидкости. Об этом надо помнить и всегда иметь в запасе достаточное количество питья.

Питье рекомендуется давать детям во время и после возвращения с прогулки.

Питьевой режим в детском саду проводится в соответствии с требованиями СанПиН. Питьевая вода доступна воспитанникам в течение всего времени нахождения в саду. Ориентировочные размеры потребления воды ребенком зависят от времени года, двигательной активности ребенка.

#### **4.6. Проведению закаливающих процедур**

Большое значение в учреждении придается методам неспецифической профилактики, повышающим защитные механизмы организма. Среди этих методов ведущим является закаливание, под которым понимается комплекс оздоровительных мероприятий, повышающих устойчивость организма инфекционным заболеваниям, к неблагоприятным средовым и, в первую очередь, метеорологическим воздействиям путем тренировки механизмов терморегуляции, способствует ускорению обмена веществ, оказывает благотворное влияние на психосоматическое состояние ребенка. В дошкольном учреждении используются методы закаливания, абсолютно безвредные для всех детей.

Обязательное условие закаливания – соблюдение принципов постепенности и систематичности. Эффект в снижении острой заболеваемости проявляется через несколько месяцев после начала процедур, а стойкий эффект – через год.

При организации необходимо соблюдать ряд требований:

1. Провести комплексную оценку здоровья ребенка.
2. Определить тип и дозировку закаливания.
3. Выбрать метод.
4. Скорректировать действия педагогов и родителей по выбору средств и методов закаливания.

5. Учитывать противопоказания к закаливанию организма:

- менее пяти дней после выздоровления или профилактической прививки;
- менее двух недель после обострения хронического заболевания;
- повышение температуры тела;
- ряд врожденных заболеваний (врожденные пороки сердца, эпилепсия, постгипоксическая энцефалопатия, ревматизм и диабет в семейном анамнезе);
- отсутствие полного контакта и сотрудничества с семьей;
- протест и страх ребенка;
- температура окружающего воздуха ниже нормы.

При организации закаливания учитывает индивидуальные особенности ребенка. Любой метод закаливания предполагает непрерывность. Если система была нарушена в силу каких-либо причин (болезнь, отпуск), начинать процедуры нужно с начальной стадии.

Правильно организованная система закаливания:

- поддержит температурный баланс тела (гомеостаз);
- нормализует поведенческие реакции ребенка;
- снизит инфекционно-воспалительные заболевания;
- улучшит показатели физического развития;
- повысит уровень физической подготовленности.

Закаливание детей включает систему мероприятий:

- элементы закаливания в повседневной жизни: умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений, правильно организованная прогулка, физические упражнения, проводимые в легкой спортивной одежде в помещении и на открытом воздухе;
- специальные мероприятия: водные, воздушные и солнечные.

Для закаливания детей основные природные факторы (солнце, воздух и вода) используют дифференцированно в зависимости от возраста детей, состояния их здоровья, с учетом подготовленности персонала и материальной базы дошкольного учреждения, со строгим соблюдением методических рекомендаций.

Закаливающие мероприятия меняют по силе и длительности в зависимости от сезона года, температуры воздуха в групповых помещениях, эпидемиологической обстановки.



## Организация закаливающих мероприятий в МБДОУ ЦРР д/с №15

Факторы	Мероприятие	Место в режиме дня	Периодичность	Дозировка	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
ВОДА	полоскание рта	после каждого приема пищи	ежедневно 3 раза в день	50-70 мл воды t воды +20	+	+	+	+
	полоскание горла	после сна	ежедневно	50-70 мл р-ра нач. t воды +36 до +20		+	+	+
	умывание	после каждого приема пищи, после прогулки	ежедневно	t воды +28+20	+	+	+	+
ВОЗДУХ	облегченная одежда	в течение дня	ежедневно, в течение года	-	+	+	+	+
	одежда по сезону	на прогулках	ежедневно, в течение года	-	+	+	+	+
	прогулка на свежем воздухе	после ООД, вечером	ежедневно, в течение года	3,5-4 ч, в зависимости от сезона и погодных условий	+	+	+	+
	утренняя гимнастика на воздухе	-	Ежедневно, по погоде	в зависимости от возраста	+	+	+	+
	занятия физической культурой на воздухе	-	в течение года	10-30 мин., в зависимости от возраста	+	+	+	+
	воздушные ванны	после сна	ежедневно, в течение года	5-10 мин., в зависимости от возраста	+	+	+	+
	выполнение режима проветривания помещения	по графику	ежедневно, в течение года	6 раз в день	+	+	+	+
	дневной сон с открытой фрамугой	-	ежедневно, в течение года	t возд.+15+16		+	+	+
	контрастные воздушные ванны	после сна	ежедневно, в течение года	12-13 мин. Не менее 6 перебежек по 1-1,5 мин. T возд. +13+16 t возд. +21+24		+	+	+
	дыхательная гимнастика	во время утренней зарядки, на занятии физкультурой, на прогулке, после сна	ежедневно, в течение года	3-5 упражнений		+	+	+
РЕЦЕПТОРЫ	босохождение в обычных условиях	в течение дня	ежедневно, в течение года	3-5 мин				
				5-8 мин	+			
				8-10 мин		+		
				10-15 мин			+	
				15-20 мин				+

Организация закаливания основана на принципах:

- закаливающее воздействие вписывается в каждый элемент режима дня;
- закаливание осуществляется на фоне различной двигательной деятельности;
- закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне.

### 4.7. Организация гигиенического режима

#### 4.7.1. Режим проветривания

Все помещения ежедневно и неоднократно проветриваются в отсутствие детей. Сквозное проветривание проводят не менее 10 минут через каждые 1,5 часа. В помещениях групповых и спальнях следует обеспечить естественное сквозное или угловое проветривание. Проветривание через туалетные комнаты не допускается. В присутствии

детей допускается широкая односторонняя аэрация всех помещений в теплое время года.

Длительность проветривания зависит от температуры наружного воздуха, направления ветра, эффективности отопительной системы. Проветривание проводят в отсутствие детей и заканчивают за 30 мин. до их прихода с прогулки или занятий.

При проветривании допускается кратковременное снижение температуры воздуха в помещении, но не более чем на 2-4<sup>0</sup> С. В помещениях спален сквозное проветривание проводят до укладывания детей спать.

В холодное время года фрамуги, форточки закрывают за 10 минут до отхода ко сну детей; открывают во время сна с одной стороны и закрывают за 30 минут до подъема. В теплое время года сон (дневной и ночной) организуют при открытых окнах (избегая сквозняка).

Значения температуры воздуха должны приниматься в соответствии с требованиями СанПиН.

Контроль за температурой воздуха во всех основных помещениях пребывания детей осуществляют с помощью бытового термометра, прикрепленного на внутренней стене, на высоте (0,8-1,0 метра).

#### **4.7.2. Проведение противоэпидемиологических мероприятий**

Источники и пути распространения инфекционных заболеваний различны. Источником могут быть игрушки, книги, личные вещи, используемые больным. Несвоевременное выявление бациллоносителей также имеет существенное значение в распространении инфекций.

Борьба с инфекционными заболеваниями включает обеспечение санитарного и противоэпидемического режима, повышение специфического режима, повышение специфического и неспецифического иммунитета, прерывание возможных путей передачи и распространения инфекций.

Для раннего выявления и предупреждения распространения инфекционных заболеваний важное значение имеет совместная работа воспитателей с медицинскими работниками: ежедневный учет отсутствующих в группах, своевременная передача этих сведений, а также справок переболевших детей медицинскому персоналу.

Допуск к посещению дошкольного учреждения детьми, пропустившими 5 и более дней, возможен только со справкой от участкового врача.

### 4.7.3. Гигиенические требования к игрушкам

Учитывая важную роль игрушки во всестороннем развитии ребенка, в настоящее время определены строгие требования, предъявленные к ней. Гигиенические требования касаются материалов, конструкции, маркировки, упаковки, хранения, эксплуатации. Все требования устанавливаются с учетом возраста ребенка. Применение мягких игрушек в детских учреждениях ограничено санитарными правилами – поверхность таких игрушек легче инфицируется, их труднее обрабатывать. Поэтому разрешается использовать мягкую игрушку только в качестве дидактического пособия в группах.

В детских садах запрещены игрушки: стеклянные, фарфоровые, фаянсовые, стеклянные елочные украшения, бумажные, матерчатые.

Не рекомендуется использовать музыкальные игрушки типа свистулек, дудочек, поскольку они легко могут стать переносчиками инфекции.

Конструкция игрушек должна отвечать требованиям безопасности, исключать травматизм. Игрушка должна быть удобной, иметь гладкие, ровные поверхности и хорошо заделанные края, не должна иметь выступающих острых углов, мелких легко отделяемых частей.

В целях предупреждения инфекционных заболеваний в учреждении должна строго соблюдаться групповая принадлежность игрушек. Не допускается организация проката и обмена игр, игрушек и другого инвентаря.

Игрушки требуют ежедневного ухода, их моют ежедневно в конце дня горячей водой с 2% мыльно-содовым раствором в специально предназначенных для этого (промаркированных) тазах, затем промывают проточной водой (температура 37°C) и высушивают на воздухе. Во время мытья резиновых, полиуретановых, пенолатексных, пластизольных игрушек необходимо их тщательно отжимать. Пенолатексные ворсовые игрушки и мягко набивные игрушки обрабатывают согласно инструкции завода-изготовителя. Игрушки, которые не подлежат влажной обработке (мытьё, стирка) используются только в качестве дидактического материала. Кукольная одежда стирается по мере загрязнения (но не реже 1 раза в неделю), с использованием детского мыла и проглаживается. Вновь приобретенные игрушки (за исключением мягконабивных) перед поступлением в группы моют проточной водой (температура 37°C) с мылом или иным моющим средством, безвредным для здоровья детей и затем высушивают на воздухе.

## **5. Организация здоровьесберегающей среды**

### **5.1. Качество проведения утреннего приема**

Ежедневный утренний прием детей проводят воспитатели, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей. Воспитателями групп ежедневно заполняются «Утренние фильтры» или «Журналы здоровья», в которых фиксируются данные о состоянии здоровья детей.

Выявленные больные дети и дети, или с подозрением на заболевание, в учреждение не принимаются; заболевших в течение дня детей изолируют от здоровых детей (временно размещают в изоляторе) до прихода родителей или направляют в лечебное учреждение.

После перенесенного заболевания, а также отсутствия более 5 дней (за исключением выходных и праздничных дней), детей принимают в учреждение только при наличии справки участкового врача-педиатра с указанием диагноза, длительности заболевания, сведений об отсутствии контакта с инфекционными больными, а также рекомендаций по индивидуальному режиму ребенка на первые 10-14 дней.

Предупреждение заноса инфекционных заболеваний во многом зависит от правильно организованного утреннего приема детей.

Воспитатель полностью отвечает за соблюдение всех санитарно-гигиенических правил содержания групповых помещений. Он следит за тем, чтобы в них систематически и качественно осуществлялись влажная уборка, проветривание.

### **5.2. Организация прогулок**

Прогулка является надежным средством укрепления здоровья и профилактики утомления. Длительность пребывания на свежем воздухе в разные сезоны года существенно варьирует, но даже в холодное время и в ненастную погоду прогулка не должна быть менее 4-4,5 часов в день. В *летнее* время дети проводят на воздухе практически все время с момента прихода в детский сад, в помещение заходят лишь для приема пищи и сна. В *зимнее* время ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 4 – 4,5 часа. Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину – до обеда и во вторую половину дня – после дневного сна или перед уходом домой. При температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет при температуре воздуха ниже - 20°C и скорости ветра более 15 м/с.

Для того чтобы длительность ежедневного пребывания детей на воздухе соответствовала физиолого-гигиеническим рекомендациям, следует:

- в теплое время года утренний прием детей проводить на улице;
- проводить на воздухе часть физкультурных занятий и утреннюю гимнастику в теплое время года;
- четко выполнять все режимные моменты в течение всего дня, что позволит своевременно выходить на прогулку.

В целях *охраны жизни и здоровья детей* воспитатель, до приема детей, внимательно осматривает весь участок: нет ли поломанного оборудования, битого стекла, каких-либо нежелательных предметов и т.д. В летнее время могут быть грибы, незнакомые ягоды в укромных уголках площадки, палки с шипами и заостренными концами и пр.

Правильная организация прогулки предполагает использование подвижных и спортивных игр. В то же время дети должны иметь возможность отдохнуть. Нельзя допускать, чтобы на прогулке дети длительное время занимались однообразной деятельностью. Необходимо переключать их на другую деятельность и менять место игры. Летом в жаркие дни лучше всего организовывать игры в полосе светотени. Пребывание детей под прямыми солнечными лучами строго ограничивается с учетом их индивидуальной чувствительности к солнцу.

В зимнее время, когда движения несколько ограничены одеждой, двигательной активности нужно уделять особое внимание. Большая часть участка должна быть расчищена от снега, чтобы дети могли свободно двигаться. Взрослый продумывает организацию прогулки так, чтобы дети не охлаждались и в то же время не перегревались. Подвижные игры проводят в конце прогулки.

В летний период времени прогулка организуется: в первую половину дня - во время утреннего приема, после завтрака и до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна до ужина, после ужина и до ухода домой.

Особое внимание уделяется одежде детей. Категорически запрещено выводить на прогулку детей без головных уборов! Если ребенок одет в несоответствии с температурой воздуха, его следует переодеть во избежание перегрева. Поэтому, каждому ребенку, рекомендуется иметь сменную одежду на случай изменения погоды.

При оптимальных температурных условиях, с учетом здоровья детей широко применяются следующие закаливающие процедуры: воздушные ванны, солнечные ванны (начальное время пребывания ребенка на солнце 5

минут, постепенно доводить до 20-30 минут), водные процедуры, обливание с учетом возрастных и индивидуальных данных ребенка.

Ежедневно подготавливается участок для правильной организации прогулки детей.

Строго соблюдается питьевой режим.

На прогулке каждые два часа и перед сном воспитателем проводится осмотр детей на наличие клещей.

Усиливается бдительность за качеством мытья рук у детей.

Обо всех отклонениях в здоровье детей, своевременно информируются медицинский работник и заведующий учреждением.

## **6. Физкультурно – оздоровительная деятельность**

В детском саду созданы оптимальные условия для охраны и укрепления здоровья детей, их физического и психического развития: стадион, спортивный зал, плавательный бассейн, спортивные уголки в каждой возрастной группе.

Физическое воспитание в учреждении осуществляется в соответствии с программой «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой и программой по физической культуре в детском саду «Здоровье». В работе используются методические разработки Л.И. Пензулаевой «Физкультурные занятия в детском саду с детьми 3-7 лет».

Целью данной работы является – полноценное физическое, личностное, интеллектуальное развитие ребенка дошкольника, его физических способностей, «Здорового духа» через организацию физической деятельности, отличающийся оздоровительным характером, активным проживанием ребенком данной деятельности, прочувствование предметно – физических упражнений и сознательным применением их в жизни.

При выполнении всех программных требований предусмотрен учет возрастных и индивидуальных особенностей детей, состояния их здоровья, физического развития физической подготовленности.

В течение всего учебного года в детском саду используются следующие организованные формы работы двигательной деятельности детей: физкультурные занятия, плавание, утренняя гимнастика, гимнастика после сна, физкультурные минутки, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, подвижные игры, физические упражнения, спортивные игры на прогулке, спортивные досуги и развлечения и пр. Педагогами учреждения применяются следующие формы работы: традиционные, нетрадиционные, тренировочные, игровые, тематические, сюжетные, интегрированные и т.д.

Ежемесячно осуществлялся мониторинг здоровья детей всех возрастных групп, активно пропагандировались занятия физкультурой и спортом, различные методики оздоровления детей. Родители воспитанников привлекались к участию в спортивных и оздоровительных мероприятиях.

Формы организации	1 мл. гр 3-4 года	Ср гр. 4-5 лет	Ст. гр 5-6 лет	Подг. гр. 6-7 лет	Особенности организации	Исполнители
<b>Физкультурные мероприятия</b>						
Утренняя гимнастика	5-7 мин	7-10 мин	10 мин	10 мин	Ежедневно (в благоприятные погодные условия – на свежем воздухе)	Воспитатель по ФИЗО, воспитатели групп
Двигательная разминка во время перерыва между НОД	5 мин	5 мин	5-7 мин	5-7 мин	Ежедневно, с преобладанием статистических поз	Воспитатели групп
Физкультминутка	2-3 мин	2-3 мин	3-5 мин	3-5 мин	Во время занятий, по мере необходимости	Воспитатели, педагоги-специалисты
Подвижные игры и физические упражнения	6-10 мин	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	Ежедневно, во время прогулки	Воспитатели групп
Спортивные игры	-	10-15 мин	15-20 мин	15-20 мин	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю	Воспитатели групп
Гимнастика после сна	5-6 мин	6-8 мин	8-10 мин	10 мин	Ежедневно, по мере пробуждения	Воспитатели групп
Коррекционная, развивающая работа (развитие физических качеств, овладение основными видами движений)	10-15 мин	20 мин	25 мин	30 мин	2 раза в неделю, во второй половине дня, на вечерней прогулке	Воспитатели групп
Самостоятельная двигательная активность	Ежедневно индивидуально и подгруппами					Воспитатели групп
<b>Организованные виды образовательной деятельности</b>						
НОД физической культурой	15 мин	20 мин	25 мин	25-30 мин	В 2 мл., средних группах 2 занятия в неделю в спортивном зале; в старших, подготовительных группах – 1 занятие в неделю в спортивном зале, 1 – во время прогулки на спортивной площадке.	Воспитатели групп
Плавание	15 мин	20 мин	25 мин	25-30 мин	1 раз в неделю	Воспитатель по плаванию
Музыкально-ритмическая деятельность (часть НОД)	3-5 мин	5 мин	7-10 мин	10 мин	2 НОД в неделю, музыкально-ритмические упражнения, игры, хороводы	Муз/рук, воспитатели групп
<b>Физкультурно-массовые мероприятия</b>						
Физкультурные досуги	15-20 мин	20 мин	25-30 мин	30-35 мин	1 раз в месяц	Воспитатели групп
Физкультурные праздники	20-25 мин	25-30 мин	50—60 мин	50—60 мин	2-3 раза в год	
Неделя здоровья					Апрель	
<b>Совместная физкультурная работа учреждения и семьи</b>						
Заседания детско-родительского клуба «К здоровой семье через детский сад»	30-40 мин 30-40 мин	30-40 мин	40-50 мин	50-60 мин	1 раз в квартал с родителями и воспитанниками одновозрастных групп	Воспитатели групп, родители
Участие родителей в семейных соревнованиях, физкультурных праздниках, Неделе здоровья	Согласно годовому планированию, но не реже 4-5 раз в год					Воспитатели групп, родители

## **6.1. Дифференцированный подход к детям в различных формах физической культуры и дозирование нагрузки**

Большое значение на занятиях по физической культуре уделяется дозированию физической нагрузки, которая должна быть адекватна состоянию здоровья ребенка и его психомоторному развитию. Дозированная физическая нагрузка дает возможность осуществлять дифференцированный подход к детям, перенесшим различные заболевания, имеющим постоянные или временные отклонения в состоянии здоровья.

Основными критериями дозировки при проведении занятий являются исходные положения при выполнении упражнений, подбор физических упражнений (с исключением некоторых, в зависимости от медицинской группы занятий физической культурой), количество повторений каждого упражнения и методы их выполнения (повторный, интервальный), продолжительность занятий и моторная плотность нагрузки на протяжении занятия.

Сведения о дозированной нагрузке заносятся воспитателем по физическому воспитанию в специальную документацию. Составляются списки детей, состоящих на диспансерном учете у врачей-специалистов, список детей с проблемами в развитии общей моторики. В данных списках фиксируется диагноз ребенка, группа здоровья и группа развития для занятий физической культурой (основная, подготовительная, специальная).

Для определения правильности построения занятия по физической культуре и распределения физической нагрузки по частям медицинская сестра измеряет частоту пульса у ребенка до занятия после вводной части, общеразвивающих упражнений, основных видов движения, дифференцированных игр (направленных на регулирование двигательной активности детей), общей подвижной игры, заключительной части и в восстановительном периоде в течение 3 – 5 минут.

Учитываются требования к сроку возобновления занятий физическими упражнениями детьми после болезни.

На основании собранных данных, воспитателем по физическому воспитанию, совместно с медицинским работником, определяется вид нагрузки для конкретного ребенка, в зависимости от состояния здоровья ребенка и уровня его физической подготовленности.

Различают три вида нагрузки: большую, среднюю и малую. При большой физической нагрузке (основная) используются все физические упражнения без ограничений; при средней исключаются бег, прыжки, сложнокоординированные упражнения; при малой используются



элементарные упражнения для верхних и нижних конечностей в сочетании с дыхательными упражнениями.

В журнале учета посещаемости используется цветовая гамма, для определения дозированной нагрузки, в соответствии с показаниями конкретных детей.

## **6.2. Требования к организации занятий по физическому воспитанию**

Физическое воспитание детей должно быть направлено на улучшение состояния здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей растущего организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом состояния здоровья, возрастно-половых возможностей детей и сезона года.

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, плавание и другие.

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

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

Оценка эффективности физического развития осуществляется на основе динамики состояния здоровья детей, развития двигательных качеств и навыков на каждом году жизни.

Температура воздуха в помещении, где организуются занятия, должна быть 19-20°C. Перед проведением занятия проводится сквозное и угловое проветривание и влажная уборка. Длительность проветривания зависит от температуры наружного воздуха, направления ветра, эффективности отопительной системы. Сквозное проветривание проводят не менее 10 минут через каждые 1,5 часа. При проветривании допускается кратковременное снижение температуры воздуха в помещении. Широкая

односторонняя аэрация всех помещений в теплое время года допускается в присутствии детей. Для соблюдения температурного режима, во время занятия, при необходимости, должны быть открыты фрамуги, форточки. На занятиях дети занимаются в спортивной одежде (спортивная майка, трусы-шорты, носочки, обувь на резиновой подошве).

Непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей в возрасте от 3 до 7 лет организуют не менее 3 раз в неделю. Ее длительность 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 непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию детей на открытом воздухе. Ее проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию максимально организуют на открытом воздухе.

Оздоровительная работа с детьми в летний период является составной частью системы профилактических мероприятий.

Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

Работа по физическому развитию проводится с учетом состояния здоровья детей при регулярном контроле со стороны медицинских работников.

### **6.3. Воспитание культурно-гигиенических навыков**

Гигиеническое воспитание – основа санитарной культуры, необходимое условие формирования у детей установки на здоровый образ жизни.

Известно, что самые прочные привычки, как полезные, так и вредные, формируются в детстве. Вот почему так важно с самого раннего возраста воспитывать у ребенка полезные для здоровья навыки, закреплять их, чтобы они стали привычками. Содержание культурно-гигиенического обучения

детей строго дифференцируется по возрасту. По мере роста и развития детей самостоятельность и активность их увеличивается. Специальных занятий по данному направлению работы не планируется, культурно-гигиеническое обучение, и воспитание постоянно осуществляется в повседневной жизни учреждения как индивидуально, с каждым ребенком, так и коллективно, со всей группой в целом.

Наименования групп навыков включают в себя:

- гигиенические навыки по соблюдению чистоты тела;
- навыки культурного приема пищи;
- навыки аккуратного и бережного обращения с вещами личного пользования;
- навыки поддержания порядка в окружающей обстановке;
- навыки культурного поведения и положительных взаимоотношений.

Культурно-гигиеническое воспитание детей заключается в рациональном использовании предметно-развивающей среды, сообщении детям элементарных гигиенических сведений и формировании на их основе навыков и привычек, способствующих укреплению здоровья, физическому и психическому развитию, а также воспитанию культуры поведения. Для решения этих задач необходимы совместные усилия родителей, медицинского и педагогического персонала.

Привитие культурно-гигиенических навыков осуществляется на положительном эмоциональном фоне. Непременным условием является непрерывность воспитательного процесса. Только в таком случае сформированные у детей навыки становятся осознанным действием, а затем привычкой.

## **7. Содержание образовательной области «Физическое развитие»**

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление

целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)»

Основные цели и задачи: Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления. Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки. Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений. Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

#### **младшая группа (от 3 до 4 лет)**

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними. Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека. Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы. Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни. Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека. Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат). Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания. Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я чищу зубы — значит, они у меня будут крепкими и здоровыми», «Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»). Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и

желание заниматься физкультурой и спортом. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

### **Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)**

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе. Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

## **Физическая культура**

### **Младшая группа (от 3 до 4 лет)**

Продолжать развивать разнообразные виды движений.

Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно.

Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх.

Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

### **Средняя группа (от 4 до 5 лет)**

Формировать правильную осанку.

Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног. Учить бегать легко, ритмично, энергично отталкиваясь носком.

Учить ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Учить построениям, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Во всех формах организации двигательной деятельности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д.

Развивать быстроту, силу, ловкость, пространственную ориентировку. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр.

Приучать к выполнению действий по сигналу.

### **Старшая группа (от 5 до 6 лет)**

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах. Учить спортивным играм и упражнениям.

### **Подготовительная группа (от 6 до 7 лет)**

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.



Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезть с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними. Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

## 8. Взаимодействие с семьями воспитанников

Большое значение имеет взаимодействие педагогов и родителей по вопросам состояния здоровья ребенка. Одним из показателей качества работы педагога является ориентация на взаимодействие с семьей. Только взаимодействие всех взрослых, объединенных общей заботой о здоровье ребенка, развитие его физической подготовленности и сформированности мотивации к здоровому образу жизни, может обеспечить разумный выбор подходов к индивидуальному развитию каждого ребенка.

Решение этого вопроса требует от воспитателя грамотного подхода к информированности каждого родителя. Немаловажным фактором в подаче информации является позиция воспитателя, то под каким «углом зрения» делается сообщение, поскольку направленность общения воспитателей с родителями, является «зеркалом» работы всего коллектива. Для того чтобы при общей занятости воспитателей и родителей нашлось время для такого общения, его необходимо специально планировать, целенаправленно осуществляя информирование каждого родителя о состоянии здоровья ребенка и мероприятиях, направленных на его улучшение. Активную роль в информированности родителей, занимают памятки для родителей, где содержится информация, направленная на решение конкретных проблем.

Для того чтобы ориентироваться в своей работе не на «усредненного» родителя, а учитывать индивидуальные особенности конкретных родителей, их культурный и образовательный уровень, степень компетентности в области педагогики, психологии используются различные формы взаимодействия, в том числе изучение: типологии семьи, общих сведений о родителях, их удовлетворенности эффективностью здоровьесберегающим процессом в учреждении и уровнем информированности.

Организация эффективного взаимодействия с родителями по вопросам здоровья во многом зависит от направленности взаимодействия. Поскольку формы и методы не являются столь значимыми сами по себе, большую роль играет единство в подходах и установление партнерских отношений между педагогами и родителями. Подобного рода отношения позволяют объединить усилия для достижения высокого уровня реального здоровья каждого ребенка. Решения этого вопроса требует от обеих сторон высокого уровня доверия, информированности и включенности в жизнь ребенка. Для привлечения родителей к жизнедеятельности детей в учреждении, в практику внедряется комплекс мероприятий, где родитель является полноценным участником. Это: тематические недели; досуговые мероприятия; участие в спортивных праздниках и развлечениях.

Взаимодействие педагога с родителями – достаточно сложный процесс, он требует особого внимания и специальной подготовки воспитателей. Особенно в случаях низкого уровня педагогической компетентности родителей, естественным следствием чего является низкая активность, высокая конфликтность либо безответственность ряда родителей.

## 9. План реализации мероприятий, направленных на улучшение здоровья воспитанников МБДОУ ЦРР д/с №15 на 2018-2021гг.

№ п/п	Направления деятельности	Сроки проведения	Ответственные
<b>Медико-профилактическая деятельность</b>			
1.	<p><b>Мониторинг здоровья детей</b>  <i>Показатели здоровья:</i>                      - общая заболеваемость;                      - заболеваемость детей в днях на 1 ребенка;                      - количество часто болеющих детей, в %;                      - количество детей с хроническими заболеваниями, в %;                      - результаты профосмотра детей врачами (7 лет);                      - результаты осмотра детей диспансерной группы;                      - соотношение групп физического развития по состоянию здоровья детей для организации занятий физической культурой (основная, подготовительная, специальная);                      - количество детей с выявленным ранним плоскостопием 5-7 лет (плантограмма);                      - количество детей, нуждающихся в оздоровительных мероприятиях, в %;                      - индекс здоровья.  <i>Показатели физического развития:</i>                      - уровень физического развития (антропометрические данные);                      - уровень физической подготовленности.  <i>Психолого-педагогическое обследование:</i>                      - выявление речевых патологий;                      - оценка психоэмоционального состояния детей.</p>	<p>поквартально                      поквартально                      2 раза в год                      2 раза в год                      1 раз в год                      2 раза в год                      2 раза в год                        1 раз в год                        2 раза в год                        1 раз в год                        2 раза в год                        2 раза в год                        срезовые диагностические занятия в течение года                        1 раз в год на протяжении года</p>	<p>м/с                      м/с                      врач-педиатр                      врач-педиатр                      врачи-спец. пол-ка                      врачи-спец. пол-ка                      врач-педиатр                        м/с                      врач-педиатр                        воспитатели                        м/с                        м/с                        воспитатели                        педагог-психолог</p>
2.	<p><b>Профилактика и оздоровление детей</b>                      - витаминотерапия (поливитамины с минералами и макроэлементами);                      - фитонцидотерапия (лук, чеснок);                      - профилактика гриппа и ОРВИ (оксолиновая мазь, марлевые повязки);                      - вакцинопрофилактика;</p>	<p>2 раза в год (курс на месяц) посезонно                        осень, зима круглогодично</p>	<p>м/с                        воспитатели                        воспитатели                      врач, м/с</p>
3.	<p><b>Организация питания</b>                      - сбалансированность и разнообразие рациона;                        - соблюдение технологии при кулинарной обработке продуктов и приготовлении блюд;                      - обеспечение санитарно - гигиенической безопасности питания;                      - качество продуктов питания и приготовленных блюд;                      - соблюдение сроков реализации скоропортящихся продуктов;                      - витаминизация 3-го блюда;                      - введение овощей и фруктов, зелени, соков в рацион;                      - организация питьевого режима.</p>	<p>Ежедневно                        постоянно                        постоянно                        постоянно                      постоянно                        постоянно                      постоянно                      постоянно</p>	<p>Ответственный за организацию питания шеф-повар                        повар                        кладовщик, повар                      кладовщик, м/с                        м/с                      ответственный воспитатели</p>
4.	<p><b>Проведение закаливающих процедур</b>                      -закаливание с учетом индивидуальных возможностей ребенка (контрастные воздушные ванны, ленивая гимнастика после дневного сна, хождение босиком,</p>	<p>ежедневно (при оптимальных температурных</p>	<p>воспитатели</p>

	солнечные ванны, мокрые дорожки, облегченная одежда, обширное умывание, полоскание рта кипяченой водой, туалет носа, утренний прием на свежем воздухе, широкая аэрация помещений, сон с доступом воздуха + 19°C); -максимальное пребывание детей на свежем воздухе.	условиях)  ежедневно (4-4,5 ч) и максимально летом	воспитатели
5.	<b>Организация гигиенического режима</b> - режим проветривания помещений; - режим кварцевания; - обеспечение температурного режима и чистоты воздуха; - обеспечение чистоты среды; - смена и маркировка постельного белья; - проведение противоэпидемиологических мероприятий; - гигиенические требования к игрушкам.	постоянно постоянно постоянно  постоянно по графику карантин  ежедневно	воспитатели воспитатели воспитатели  мл. воспитатели воспитатели воспитатели  воспитатели
6.	<b>Организация здоровьесберегающей среды</b> - качество проведения утреннего приема, своевременная изоляция больного ребенка; - оптимизация режима дня; - санитарно-гигиенические требования к организации образовательного процесса; - организация и проведение прогулок; - организация жизни детей в адаптационный период, создание комфортного режима; - выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей; - соблюдение правил пожарной безопасности; - подбор мебели с учетом антропометрических данных; - подготовка участка для правильной и безопасной прогулки; - оказание первой медицинской помощи; - наличие аптечек для оказания первой медицинской помощи и их своевременное пополнение.	ежедневно  постоянно постоянно  ежедневно период адаптации  постоянно  постоянно 2 раза в год ежедневно  по мере необх-сти постоянно	воспитатели, м/с  воспитатели воспитатели  воспитатели воспитатели  все сотрудники  все сотрудники воспитатели воспитатели, мл. воспитатели м/с, воспитатели м/с
<b>Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>			
7.	<b>Физическое развитие детей</b> - непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию детей; - спортивные игры и упражнения на воздухе	3 раза в неделю  1 раз в неделю	воспитатель  воспитатель
8.	<b>Развитие двигательной активности</b> - утренняя гимнастика; - физкультминутки; - двигательная разминка; - подвижные игры и физические упражнения на прогулке; - подвижные игры в групповом помещении; - оздоровительный бег; - индивидуальная работа по развитию движений.	ежедневно в середине н.о.д. ежедневно ежедневно  ежедневно ежедневно ежедневно	воспитатель воспитатели воспитатели воспитатели  воспитатели воспитатели воспитатели
9.	<b>Профилактика и нарушение в физическом развитии детей</b> -дыхательная гимнастика; -массаж и самомассаж; -профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки; -профилактика нарушения зрения.	ежедневно ежедневно ежедневно  ежедневно	воспитатель воспитатель воспитатель  все педагоги

<b>Обеспечение социально-психологического благополучия ребенка</b>			
10.	<i>Адаптационный период</i> - использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы; - организация работы с детьми в утренние часы (ритуалы вхождения в день).	ежедневно  ежедневно	воспитатели педагог-психолог воспитатели
<b>Здоровьесберегающая образовательная деятельность</b>			
11.	Формирование у детей здорового и безопасного образа жизни.	постоянно	воспитатели
12.	Воспитание культурно-гигиенических навыков у детей.	постоянно	воспитатели
<b>Работа с персоналом</b>			
13.	<i>Обучение персонала:</i> - инструктаж персонала по охране жизни и здоровья детей;  - инструктаж персонала по пожарной безопасности; - санитарно-просветительская работа с персоналом.	по плану  по плану постоянно	уполномоченный по ОТ, зам. зав. по УВР, зам. зав. по АХР администрация
14.	<i>Медицинские осмотры</i> - диспансеризация всех сотрудников	1 раз в год	Заведующий
15.	<i>Организация контроля за:</i> - выполнением санитарно-гигиенических требований к организации образовательного процесса и режима дня; - соблюдением санитарно-гигиенических требований к оснащению помещений и участков; - проведением оздоровительных процедур; - соблюдением противоэпидемиологического режима в группах и на пищеблоке; - соблюдением графика генеральной уборки помещений; - воздушным и питьевым режимом по учреждению; - ведением журнала приема детей в группе; - физической нагрузкой детей; - контролем за доставкой и хранением вакцины; - маркировкой постельного белья; - состоянием здоровья сотрудников пищеблока; - температурным режимом холодильника; - сроками реализации скоропортящихся продуктов; - качеством готовой продукции, взятие и хранение суточной пробы с контрольной записью в бракеражном журнале; - товарным соседством продуктов на пищеблоке; - прохождением профилактических осмотров персоналом; - привитием персонала.	по плану	Заведующий, уполномоченный по ОТ, зам. зав. по УВР, зам. зав. по АХР м/с
<b>Внешние связи</b>			
16.	<i>Взаимодействие с семьей:</i> - участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях; - ознакомление родителей с результатами диагностических обследований; - оформление информационных стендов, выставок; - индивидуальное консультирование родителей; - амбулаторный прием педиатра (по жалобе); - организация и проведение родительских собраний; - организация групповых консультаций; - анкетирование родителей. - функционирование клуба «К здоровой семье через детский сад» - функционирование клуба «Мамина школа»	по плану  в период обследования постоянно по мере необх-сти по мере необх-сти по плану по мере необх-сти по плану постоянно  постоянно	ст. воспитатель  м/с воспитатели, м/с м/с врач-педиатр воспитатели м/с, воспитатели педагог-психолог ст. воспитатель  учитель - логопед

17	<i>Взаимодействие с социальными институтами:</i> - детская поликлиника №3; - Комитет образования АГС; - Министерство образования СК - Госпотребнадзор; - Роспотребнадзор.	постоянно постоянно постоянно постоянно	администрация
----	--	--	---------------