

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
города Новосибирска «Детский сад № 424 «Умка»

Согласовано

Приказ от 24.08 20 16 г. № 29-04

Заведующий МКДОУ д/с № 424

(наименование ДОО)

В.В. Крот

(подпись) (Ф.И.О. руководителя)



**Программа**  
**формирования культуры здорового**  
**и безопасного образа жизни**

## СОДЕРЖАНИЕ

I.	Целевой раздел.....	3
	1. Пояснительная записка.....	3
	2. Цели и задачи программы .....	4
	3. Принципы программы.....	5
	4. Планируемые результаты.....	5
II.	Содержательный раздел.....	6
	1. Мероприятия по реализации программы.....	6
	2. Примерное содержание программы по возрастным группам.....	8
	3. Здоровьесберегающие технологии.....	10
	4. Методическое обеспечение программы.....	11
III.	Организационный раздел.....	14
	1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ДОУ.....	14
	2. Формы, методы и приемы организации образовательного процесса.....	14
	3. Предметно – пространственная развивающая среда в ДОУ.....	15

# I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1. Пояснительная записка

Программа формирования культуры здоровья и безопасного образа жизни» (далее – Программа) муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения города Новосибирска «Детский сад № 424 «Умка» (далее – Учреждение) представляет собой комплексную программу формирования у детей дошкольного возраста знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья, как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию каждого ребёнка, достижению планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования.

В современных условиях модернизации дошкольного образования большое значение необходимо придавать состоянию здоровья детей дошкольного возраста, а потому воспитателю особое внимание следует обращать на формирование у дошкольников ценностного отношения к собственному здоровью. Для этого надо не только говорить о значении здоровья для человека, но и вносить в повседневную жизнь детей элементы ценностного отношения к здоровью, прививать дошкольникам полезные привычки и навыки. Другими словами, воспитатель всеми доступными средствами способствует формированию у детей дошкольного возраста культуры здоровья. Состояние здоровья ребёнка при поступлении в детский сад – это своего рода стартовая позиция, которая определяет успешность ребенка не только на первом году посещения детского сада, но и всего периода дошкольного образования. Низкий уровень здоровья поступающих в детский сад детей не только отрицательно влияет на процесс их адаптации к новым условиям, но и становится причиной дальнейшего ухудшения их здоровья.

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

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

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

Наиболее эффективным путём формирования ценности здоровья и здорового образа жизни является направляемая и организуемая воспитателем, психологом, родителями самостоятельная работа, способствующая активной и успешной социализации ребёнка в детском саду, развивающая способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены. При выборе стратегии воспитания культуры здоровья в дошкольном возрасте учитывается зона актуального развития, так как формирование ценности здоровья и здорового образа жизни — необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы образовательного учреждения, требующий соответствующей здоровьесберегающей организации всей жизни детского сада, включая её инфраструктуру, создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной работы, рационального питания.

Одним из компонентов формирования ценности здоровья и здорового образа жизни является просветительская работа с родителями (законными представителями) воспитанников, привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе с детьми, к разработке программы формирования ценности здоровья и здорового образа жизни. Разработка Программы формирования ценности здоровья и здорового образа жизни, а также организация всей работы по её реализации строится на основе научной обоснованности, последовательности, возрастной и социокультурной адекватности, информационной безопасности и практической целесообразности.

## 2. Цели и задачи Программы.

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

### **Задачи программы:**

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

- сформировать у детей и их родителей ответственное отношение к здоровому образу жизни, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста, воспитание полезных привычек и пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье.

### 3. Принципы Программы

В основу Программы положены **принципы**:

- **Принцип актуальности** отражает насущные проблемы, связанные со здоровьем детей, гигиеническими, культурными, социальными нормами и ценностями; обеспечивает знакомство воспитанников с наиболее важной гигиенической информацией.
- **Принцип доступности**, в соответствии с которым предлагается оптимальный для усвоения объем информации, предполагающий сочетание изложения гигиенической информации теоретического характера с примерами и демонстрациями, что улучшает его восприятие. Принцип предусматривает использование ситуационных задач с необходимостью выбора и принятия решения, ролевых игр, информационного поиска, рисования, моделирования драматических сцен.
- **Принцип положительного ориентирования**. В соответствии с этим принципом уделяется значительное внимание позитивным, с точки зрения здоровья, стилям жизни, их благотворному влиянию на здоровье. Реализация данного принципа - показ положительных примеров. Это более эффективно, чем показ отрицательных последствий негативного в отношении здоровья и поведения.
- **Принцип последовательности** предусматривает выделение основных этапов и блоков, а также их логическую преемственность в процессе осуществления содержания Программы.
- **Принцип системности** позволяет усвоить знания, имеющие отношения к здоровью, в виде целостной системы.
- **Принцип сознательности и активности** направлен на повышение активности воспитанников в вопросах здоровья, что возможно только при осознании ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих. Этот принцип выступает в качестве основополагающего для изучения форм поведения и стилей жизни.

### 4. Планируемые результаты

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

- создание лично-ориентированной системы смыслов воспитанников, отношение к здоровью, как основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
- стабильно высокие результаты выполнения детьми образовательной Программы (целевые ориентиры), наличие положительной динамики мониторинга здоровья;
- выполнение требований СанПиН;
- посещение спортивных секций дошкольниками;
- уменьшение количества поведенческих рисков, опасных для здоровья;
- степень удовлетворенности всех участников образовательного процесса комплексностью и системностью работы коллектива Учреждения по сохранению и укреплению здоровья;
- наличие положительных результатов созданной системы по формированию ценностных установок и жизненных приоритетов на здоровье, здоровый образ жизни и самореализацию у всех участников образовательного процесса;
- наличие здоровьесберегающей предметно-пространственной среды;
- отсутствие перегрузок, расписание учебных занятий в соответствии с требованиями СанПиН (выполнение санитарно-гигиенических нормативов, использование здоровьесберегающих технологий в педагогическом процессе, отсутствие воздействий неблагоприятных для здоровья детей факторов (экологически чистая вода, воздушно – тепловой режим и т.д.);
- повышение уровня компетентности педагогического коллектива по использованию здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;

- высокий уровень мотивации воспитанников к занятиям физической культурой и участию в спортивных мероприятиях;
- активное взаимодействие Учреждения с родителями по вопросам укрепления и сохранения здоровья.

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 1. Мероприятия по реализации Программы

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки исполнения	Ответственные
<b>I. Подготовка педагогических кадров</b>			
1	Участие в районных и городских методических объединениях инструкторов по физической культуре	По графику	Воспитатели
2	Обучение на курсах повышения квалификации	НИПКиПРО, Магистр	Воспитатели
3	Оказание методической помощи при разработке и проведении мероприятий, связанных с пропагандой ЗОЖ.	В течение года	Ст. воспитатель Ст. медсестра
<b>II. Развитие материально-технической базы здоровьесберегающей образовательной среды</b>			
1	Составление акта о приемке образовательного учреждения	август	Заведующий ДОУ Ст. воспитатель Зам по АХР
2	Приобретение учебного, методического, спортивного оборудования в физкультурный зал и для центров двигательной активности в группы	В течение года	Старший воспитатель
<b>III. Рациональная организация совместной и самостоятельной деятельности воспитанников</b>			
1	Составление расписания занятий, учебного плана	август	Ст. воспитатель
2	Проведение мероприятий по ознакомлению и соблюдению санитарно-гигиенических норм и правил, изучению ПДД, ТБ, ОБЖ Проведение бесед и минуток безопасности	1 раз в квартал	Ст. воспитатель, воспитатели
<b>IV. Воспитание культуры здоровья участников образовательного процесса</b>			
1	Развитие представлений о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья (в ходе занятий физической культурой, бесед, просмотра учебных фильмов)	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели
2	Преимственность со школой по вопросам, связанных с воспитанием культуры здоровья.	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели
3	Просветительская работа с родителями (беседы, индивидуальные консультации и т.п.), вовлечение родителей в физкультурно - оздоровительный процесс – совместные соревнования, праздники	В течение года	Ст. воспитатель, воспитатели

<b><i>V. Создание условий для обеспечения безопасного здоровьесберегающего процесса</i></b>			
1	Соблюдение санитарно-гигиенических требований, санитарно-гигиенического состояния во всех помещениях согласно санитарным правилам и нормам действующих СанПиН.	В течение года	Все сотрудники ДОУ
2	Обеспечение постоянного контроля состояния помещений ДОУ, исправность электрических розеток, наличие аптечек, инструкций и журналов по охране труда	В течение года	Специалист по ОТ Зам по АХР
3	Проведение занятий с детьми, педагогическими, техническими работниками и другим обслуживающим персоналом по изучению правил обеспечения безопасности; проведение учебных тренировок по действиям в чрезвычайных ситуациях, проведение учебных эвакуаций	В течение года	Заведующий Ст. воспитатель воспитатели
<b><i>VI. Развитие физической и двигательной активности воспитанников.</i></b>			
1	Проведение динамических пауз, физминуток для предупреждения умственного утомления и профилактики нарушений зрения, осанки и возникновения застойных явлений в кровообращении и дыхании	ежедневно	Воспитатели Музыкальные руководители
2	Мониторинг заболеваемости	ежемесячно	Ст. медсестра
3	Дополнительное образование	В течение года	Воспитатели
<b><i>VII. Использование воспитательного потенциала совместной и самостоятельной деятельности воспитанников</i></b>			
1	Планирование работы по формированию здоровьесберегающей среды в детском саду в соответствии с требованиями ФГОС ДО	август	Ст. воспитатель
2	Ведение пропаганды ЗОЖ среди детей и родителей.	В течение года	Воспитатели
<b><i>VIII. Организация работы с родительской общественностью</i></b>			
1	Организация информационной поддержки родителей через систему родительского всеобуча	В течение года	Заведующий Ст. воспитатель воспитатели
2	Индивидуальные консультации	В течение года	Ст. воспитатель Воспитатели
3	Организация совместной работы педагогов и родителей по проведению спортивных соревнований, дней здоровья	В течение года	Все педагоги
4	Выставки научно-методической литературы по здоровьесбережению, профилактике заболеваний, вредных привычек, безопасности детей	По мере приобретения новых изданий	Ст. воспитатель
<b><i>IX. Традиционные мероприятия по формированию культуры безопасного здорового образа жизни</i></b>			
1	Физкультминутки, физкультурные упражнения и подвижные игры	ежедневно	Воспитатели
2	Непосредственно образовательная деятельность по физической культуре	3 раза в неделю	Воспитатель

3	Организация условий для самостоятельной двигательной деятельности детей	ежедневно	Воспитатели
4	Дни здоровья	2 раза в год	Воспитатели
5	Мама, папа, я – спортивная семья!	В течение года	Воспитатели старших групп
6	Спортивные досуги «Веселые старты»	1 раз в месяц	Воспитатели
7	Спортивные игры, игры – эстафеты	В течение года	Воспитатели
8	Совместная деятельность с детьми по профилактике ЗОЖ, профилактике ДДТТ.	В течение года	Воспитатели
9	Проведение минуток безопасности	Еженедельно	Воспитатели

## 2. Примерное содержание Программы по возрастным группам.

Возрастная группа	Планируемые результаты образовательной работы
<b>Младшая группа (3-4 года)</b>	<p><b>ЗОЖ.</b> 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.</p> <p><b>ОБЖ.</b> Знакомить с источниками опасности дома (горячая плита, утюг и др.). Формировать навыки безопасного передвижения в помещении (осторожно спускаться и подниматься по лестнице, держась за перила; открывать и закрывать двери, держась за дверную ручку). Формировать умение соблюдать правила в играх с мелкими предметами (не засовывать предметы в ухо, нос; не брать их в рот). Развивать умение обращаться за помощью к взрослым. Развивать умение соблюдать правила безопасности в играх с песком, водой, снегом.</p> <p><b>Физкультура.</b> Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.</p>
<b>Средняя группа (4-5 лет)</b>	<p><b>ЗОЖ.</b> 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.</p> <p><b>ОБЖ.</b> Знакомить с правилами безопасного поведения во время игр.</p>



	<p>Рассказывать о ситуациях опасных для жизни и здоровья. Знакомить с назначением, работой и правилами пользования бытовыми электроприборами (пылесос, электрочайник, утюг и др.).</p> <p>Закреплять умение пользоваться столовыми приборами (вилка, нож), ножницами.</p> <p>Знакомить с правилами езды на велосипеде. Знакомить с правилами поведения с незнакомыми людьми.</p> <p>Рассказывать детям о работе пожарных, причинах возникновения пожаров и правилах поведения при пожаре.</p> <p><b>Физкультура.</b> Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Развивать психофизические качества: быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.</p>
<p><i>Старшая группа (5-6 лет)</i></p>	<p><b>ЗОЖ.</b> 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 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.</p> <p><b>ОБЖ.</b> Закреплять основы безопасности жизнедеятельности человека. Продолжать знакомить с правилами безопасного поведения во время игр в разное время года (купание в водоемах, катание на велосипеде, на санках, коньках, лыжах и др.).</p> <p>Расширять знания об источниках опасности в быту (электроприборы, газовая плита, утюг и др.). Закреплять навыки безопасного пользования бытовыми предметами.</p> <p>Уточнять знания детей о работе пожарных, о причинах пожаров, об элементарных правилах поведения во время пожара. Знакомить с работой службы спасения — МЧС. Закреплять знания о том, что в случае необходимости взрослые звонят по телефонам «01», «02», «03».</p> <p>Формировать умение обращаться за помощью к взрослым. Учить называть свое имя, фамилию, возраст, домашний адрес, телефон.</p> <p><b>Физкультура.</b> Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.</p> <p>Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.</p> <p>Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.</p>
<p><i>Подготовительная к школе группа (6-7 лет)</i></p>	<p><b>ЗОЖ.</b> 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.</p>

	<p>Формировать представления о том, что полезные и необходимые бытовые предметы при неумелом обращении могут причинить вред и стать причиной беды (электроприборы, газовая плита, инструменты и бытовые предметы). Закреплять правила безопасного обращения с бытовыми предметами.</p> <p><b>ОБЖ.</b> Закреплять правила безопасного поведения во время игр в разное время года (купание в водоемах, катание на велосипеде, катание на санках, коньках, лыжах и др.).</p> <p>Подвести детей к пониманию необходимости соблюдать меры предосторожности, учить оценивать свои возможности по преодолению опасности.</p> <p>Формировать у детей навыки поведения в ситуациях: «Один дома», «Потерялся», «Заблудился». Формировать умение обращаться за помощью к взрослым.</p> <p>Расширять знания детей о работе МЧС, пожарной службы, службы скорой помощи. Уточнять знания о работе пожарных, правилах поведения при пожаре. Закреплять знания о том, что в случае необходимости взрослые звонят по телефонам «01», «02», «03».</p> <p>Закреплять умение называть свое имя, фамилию, возраст, домашний адрес, телефон.</p> <p><b>Физкультура.</b> 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. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.</p>
--	--

### 3. Здоровьесберегающие технологии

#### Здоровьесберегающие технологии

<p><i>Медико – профилактические:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Организация мониторинга здоровья дошкольников</li> <li>• Организация и контроль питания детей</li> <li>• Физическое развитие дошкольников</li> <li>• Организация профилактических мероприятий</li> <li>• Организация обеспечения требований СанПин</li> <li>• Организация здоровьесберегающей среды</li> </ul>	<p><i>Физкультурно – оздоровительные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развитие физических качеств, двигательной активности</li> <li>• Становление физической культуры детей</li> <li>• Дыхательная гимнастика</li> <li>• Профилактика плоскостопия</li> <li>• Формирование правильной осанки</li> <li>• Воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье</li> </ul>
--	--

#### НАПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

<p><b>ПРИБРЕТЕНИЕ ДЕТЬМИ ОПЫТА В ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• связанной выполнением упражнений,</li> <li>• направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;</li> </ul>	<p><b>СТАНОВЛЕНИЕ ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОСТИ И САМОРЕГУЛЯЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ СФЕРЕ</b></p>	<p><b>СТАНОВЛЕНИЕ ЦЕННОСТЕЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ</b></p> <p>Овладение элементарными нормами и правилами (в питании, в двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и пр.)</p>
---	---	---

<ul style="list-style-type: none"> <li>способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики</li> <li>связанной с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны)</li> </ul>		
--	--	--

### СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

двигательная активность, занятия физкультурой	эколого-природные факторы (солнце, воздух, вода)	психогигиенические факторы (гигиена сна, питания, занятий)
---	--	--

#### 4. Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие»

Автор составитель	Наименование издания	Издательство	Год издания
<i>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</i>			
Л. Пензулаева	Физкультурные занятия в детском саду	Москва Мозаика-Синтез	2014
Под редакцией В. Орла и С. Агаджановой	Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях	Санкт-Петербург «Детство-Пресс»	2008
Автор – составитель О.Н. Моргунова	Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ. Практическое пособие.	Воронеж	2007
П. Павлова, И. Горбунова	Расти здоровым, малыш!. Программа оздоровления детей раннего возраста.	Творческий центр Сфера, Москва	2006
Под редакцией З.Бересневой	Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ.	Творческий центр Сфера, Москва	2006
С.Е.Шукшина	Я и мое тело	Москва	2009
Составитель Н. Шестернина	Гигиена и здоровье. Тематический словарь в картинках	Москва Школьная пресса	2010
	Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников	Москва Мозаика-Синтез	2010
<i>Физическая культура</i>			
Борисова М.	Малоподвижные игры и игровые упражнения	Москва, Мозаика-Синтез	2014
Н. Нищева	Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики	Санкт-Петербург «Детство-Пресс»	2014
Л.И. Пензулаева	Физкультурные занятия в детском саду	Москва «Мозаика-Синтез»	2009 2014

Автор – составитель Подольская Е.А. Сочеванова	Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет	Волгоград	2011
Г.А. Прохорова	Подвижные игры с бегом для детей 4-7 лет	Санкт-Петербург, «Детство – Пресс»	2009
Т.Е. Харченко	Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет	Москва	2010
Л.И. Пензулаева	Утренняя гимнастика в детском саду	Москва «Мозаика-Синтез»	2007
Ю.А. Кириллова	Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет	Москва «Мозаика-Синтез»	2010
	Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе	Москва «Мозаика-Синтез»	2010
	Ползаем, ходим, бегаем, прыгаем Развитие общей моторики От 0 до 3 лет	Санкт – Петербург, «Паритет»	2005
Л. Горькова, Л.Обухова	Занятия физической культурой в ДОУ	Москва	2007
Н. Муллаева	Конспекты-сценарии занятий по физической культуре для дошкольников	Санкт-Петербург	2006
	Методическое пособие «Реабилитация детей с патологией опорно-двигательного аппарата в условиях ДОУ	Новосибирск	2013
<b>Перечень пособий</b>	<p>Информационно – деловое оснащение ДОУ:  Детские инфекции  Как сохранить зубы здоровыми и красивыми  Мы идем в детский сад. «Правильная» одежда и обувь для дошкольника,  Санкт-Петербург «Детство – Пресс»  Гигиена и здоровье, тематический словарь в картинках «Мир человека»,  Москва, 2010</p> <p style="text-align: center;"><b>ПОЗНАВАТЕЛЬНО – РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Малыши – крепыши.</li> <li>2. Наши чувства и эмоции</li> </ol> <p><i>Информационно – деловое оснащение ДОУ, Санкт-Петербург «Детство – Пресс»:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Детские инфекции</li> <li>2. Мы идем в детский сад. «Правильная» одежда и обувь для дошкольника</li> <li>3. Как сохранить зубы здоровыми и красивыми</li> </ol> <p style="text-align: center;">Светлана Вохринцева «ОКРУЖАЮЩИЙ МИР» Дидактический материал:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Зимние виды спорта</li> <li>3. Летние виды спорта</li> </ol>		

5. Методическое обеспечение образовательной области «Формирование основ безопасности»

Автор составитель	Наименование издания	Издательство	Год издания
Авдеева Н.Н., О.Л. Князева, Р.Б.Стеркина	Безопасность Учебное пособие по основам безопасности	Санкт-Петербург Детство-Пресс	2004

	жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста		
Авторы – составители: Кобзева Т., И. Холодова, Г. Александрова	Правила дорожного движения Система обучения дошкольников	Волгоград	2010
Вдовиченко Л.	Ребенок на улице Цикл занятий для старших дошкольников по обучению правилам дошкольного движения	Санкт-Петербург Детство-Пресс	2009
Автор – составитель Ефанова З.	Игровая деятельность на занятиях по ПДД. Подготовительная группа	Волгоград	2010
Авторы – составители Равчеева И., Журавлева В.	Безопасность. Опыт освоения образовательной области. Тематическое планирование.	Волгоград	2014
Шорыгина Т.	Правила пожарной безопасности для детей 5-8 лет	Творческий центр Сфера, Москва	2007
Гризик Т. И.	Познаю мир Знаки и символы	Москва, Просвещение	2006
Голицына Н. С.	ОБЖ для младших дошкольников Система работы	Москва «Издательство Скрипторий 2003»	2010
Голицына Н. С., С. Люзина С., Бухарова Е.	ОБЖ для старших дошкольников Система работы	Москва «Издательство Скрипторий 2003»	2010
Автор – составитель Л. Поддубная	ОБЖ Занимательные материалы	Корифей Волгоград	2010
Саулина Т. Ф.	Три сигнала светофора Ознакомление дошкольников с правилами дорожного движения Пособие для педагогов и родителей для работы с детьми 3-7 лет	Мозаика-Синтез Москва	2010
Автор-составитель Поддубная Л.Б.	Игровая деятельность на занятиях по ПДД Подготовительная группа	Корифей Волгоград	2010
Белая К.Ю.	Формирование основ безопасности у дошкольников	Мозаика-Синтез Москва	2011

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 1. Физкультурно - оздоровительные мероприятия в ДОУ:

«Дни здоровья» / праздники, спортивные соревнования	Формы работы по активизации двигательной активности	Диспансеризация	Прививки	Витаминизация	Другие
2 раза в год Дни здоровья; 2 раза в год спортивные праздники, 1 раз в месяц – спортивные досуги 1 раз в год праздник с привлечением родителей	Физ.занятия, утренняя гимнастика, утренняя гимнастика с элементами психогимнастики, пробуждающая гимнастика после дневного сна с элементами корригирующей гимнастики и воздушным закаливанием, подвижные игры, музыкальные занятия, хореография, прогулки на свежем воздухе.	1 раз в год	Согласно национальному календарю профилактических прививок по возрасту (с согласия родителей)	Осень, зима, весна Пиковит Ревит Аскорбиновая кислота	Прогулки на свежем воздухе, воздушное закаливание, включение в рацион питания компотов из свежемороженых ягод (вишня, смородина, брусника, клюква, шиповник)

#### 2. Формы, методы и приемы организации образовательного процесса в образовательной области «Физическое развитие»

Режимные моменты	Совместная деятельность с педагогом	Самостоятельная деятельность детей	Совместная деятельность с семьей
Игра подвижная; Утренняя гимнастика; Закаливающие процедуры (воздушное, водно – солевое закаливание) Пробуждающая гимнастика Корригирующая гимнастика массаж стоп (с использованием массажных дорожек	Групповая, подгрупповая Индивидуальная Физкультурные занятия в зале и на свежем воздухе Физминутки Игры с имитацией движений; Игры подвижные Кружки, секции Праздники и соревнования беседы о здоровом	Игры подвижные; Спортивные игры; Самостоятельная двигательнo-игровая деятельность детей	Игры подвижные; спортивные игры; туризм досуги и спортивные развлечения

и ковриков Спортивные игры и развлечения	образе жизни познавательные занятия на формирование ЗОЖ  ЛФК		
--	---	--	--

3. Предметно-пространственная развивающая среда в ДОУ по здоровьесбережению и физкультурно-оздоровительной работе

Вид помещения	Основное предназначение	Оснащение
Методический кабинет	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Осуществление методической помощи педагогам;</li> <li>• Организация консультаций, педсоветов, семинаров и других форм повышения педагогического мастерства;</li> <li>• Выставка дидактических и методических материалов для организации работы с детьми по различным направлениям.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Библиотека методической и детской художественной литературы;</li> <li>• Библиотека периодических изданий;</li> <li>• Демонстрационный, раздаточный материал для ООД;</li> <li>• Документация по содержанию методической работы в ДОУ (годовой план, тетрадь протоколов педсоветов, тетрадь протоколов медико – педагогических совещаний, книга движения методических пособий, документы по аттестации, результаты мониторинга детей;</li> <li>• Дидактические игрушки,</li> <li>• муляжи;</li> <li>• перспективные планы по всем разделам программы</li> <li>• методические рекомендации по всем разделам</li> <li>• доступ к информационным системам</li> </ul>
Музыкальный зал	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Утренняя гимнастика;</li> <li>• Развлечения, досуги;</li> <li>• Мероприятия для родителей.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Шкафы для пособий, игрушек, атрибутов;</li> <li>• Методическая литература</li> <li>• Шкафы для аппаратуры;</li> <li>• Цифровое пианино;</li> <li>• Мультимедийная техника (проектор, экран, ноутбук)</li> </ul>
Спортивный зал	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Физкультурные занятия;</li> <li>• Секция фитбол-гимнастики;</li> <li>• Утренняя гимнастика;</li> <li>• Развлечения, физкультурные досуги;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Спортивный инвентарь;</li> <li>• Пособия, тренажеры;</li> <li>• Магнитофон</li> </ul>
Фойе ДОУ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Информационно-просветительская работа с сотрудниками ДОУ и родителями.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Информационные стенды для родителей,</li> <li>• Стенды для сотрудников (охрана труда, по пожарной безопасности, профилактике терроризма);</li> <li>• Выставки детского творчества;</li> <li>• Выставки детско-родительского</li> </ul>

		творчества
Территория ДОУ, групповые участки	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Прогулки, наблюдения;</li> <li>• Игровая деятельность;</li> <li>• Самостоятельная двигательная деятельность;</li> <li>• Физкультурные занятия на воздухе;</li> <li>• Трудовая деятельность в природе</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Прогулочные площадки для детей всех возрастных групп;</li> <li>• Малые игровые формы;</li> <li>• Песочницы;</li> <li>• Физкультурные площадки – 2 шт.;</li> <li>• «экологическая тропинка»</li> </ul>
Групповые комнаты	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Проведение режимных моментов;</li> <li>• Совместная деятельность</li> <li>• Самостоятельная двигательная деятельность детей;</li> <li>• НОД в соответствии с образовательной программой</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Детская мебель;</li> <li>• Игровые комплексы;</li> <li>• Центр двигательной активности;</li> <li>• Центр дидактических, настольно-печатных игр;</li> </ul>
Спальная комната	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Дневной сон</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Спальная мебель</li> <li>• Оформление стен со спокойной тематикой</li> </ul>
Приемная комната	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Информационно-просветительская работа с родителями;</li> <li>• Формирование навыков самообслуживания</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Информационные стенды для родителей;</li> <li>• Выставки детского творчества;</li> <li>• Индивидуальные кабинки для детей</li> </ul>
Медицинский кабинет	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Осмотр детей, консультации медсестры, врачей;</li> <li>• Консультативно-просветительская работа с родителями и сотрудниками ДОУ</li> <li>• Оказание первой доврачебной помощи детям и сотрудникам</li> <li>• Профилактические прививки детям и сотрудникам</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Медицинский кабинет;</li> <li>• Процедурный кабинет;</li> <li>• Изолятор</li> <li>• Ростомер</li> <li>• Весы для взвешивания детей</li> <li>• Бактерицидные лампы</li> <li>• Аптечка для оказания неотложной медицинской помощи</li> </ul>
Кабинет педагога - психолога	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Занятия подгрупповые и индивидуальные</li> <li>• Песочная терапия</li> <li>• Консультативная работа с родителями по коррекции психического развития детей</li> <li>• Консультативная работа с педагогами</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Песочница</li> <li>• Набор игрушек для песочной терапии</li> <li>• Развивающие игры</li> <li>• Диагностический материал</li> <li>• Методическая литература</li> </ul>