

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение
«Ягодка»

Программа **формирования культуры здорового и безопасного** **образа жизни воспитанников** **ОГЛАВЛЕНИЕ:**

Раздел	Содержание	Стр.
1. ЦЕЛЕВОЙ	1.1. Пояснительная записка	4
	1.1.2. Нормативно-правовая основа Программы	5
	1.1.3. Цели и задачи реализации Программы	5
	1.1.4. Принципы и подходы к формированию Программы	6
	1.2. Планируемые результаты	7
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ	2.1. Мероприятия по реализации Программы. Направления деятельности, мероприятия, формы работы с детьми и взаимодействия с родителями.	9
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ	3.1. Здоровьесберегающая инфраструктура учреждения	19
	3.2. Рациональная образовательной деятельности, режим дня, модель образовательной деятельности.	21
4. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ	4.1. Приложения <i>Приложение 1 «Годовой календарный учебный график»</i> <i>Приложение 2 «Годовой календарный учебный график».</i>	27-42

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни (далее – Программа) муниципального казённого дошкольного образовательного учреждения «Ягодка» представляет систему необходимых условий, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников, позволяющую формировать у воспитанников необходимые знания, умения и навыки по здоровому и безопасному образу жизни.

Здоровье детей является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны (экономический, интеллектуальный, культурный), а также одной из характеристик национальной безопасности. Среди важнейших социальных задач, которые сегодня стоят перед образованием – забота о здоровье, физическом воспитании и развитии детей, формировании у них потребности в здоровом и безопасном образе жизни.

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 условия 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 утомляемости дошкольников, повышению у них мотивации к игровой, творческой, трудовой, познавательной, исследовательской, двигательной деятельности.

1.1.2. Нормативно-правовая основа Программы

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни воспитанников МКДОУ «Ягодка» разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 24 июля 1998 года №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 года №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 года №1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. №26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций";
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.12.2010г. №2106 «Об утверждении и введении в действие федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»

1.1.3.Цели и задачи Программы

Цели Программы

- создание условий для сохранения и укрепления физического и психического здоровья воспитанников;
- формирование у воспитанников необходимых знаний, умений и навыков по здоровому и безопасному образу жизни.

Задачи Программы

- создать благоприятные условия для сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей через рациональную организацию режима дня и питания, занятий и отдыха, применение здоровьесберегающих технологий;
- обеспечить психолого-педагогическую поддержку семьи и компетентность родителей (законных представителей) в вопросах формирования у детей основ культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формировать представления детей о позитивных факторах, влияющих на их здоровье и безопасность, ответственное отношение к здоровому и безопасному образу жизни;
- воспитывать у детей полезные привычки и пропагандировать физическую культуру, спорт, туризм в семье.

1.1.4.Принципы Программы

Программа базируется на следующих принципах:

- *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 позитивному, с точки зрения здоровья, стилю жизни, его 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 отношение 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.

1.2. Планируемые результаты

Планируемые результаты реализации Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни:

- созданы благоприятные условия для сохранения и укрепления физического и психического здоровья, для комфортного и безопасного пребывания детей дошкольного возраста в детском саду через:
 - рациональную организацию режима дня и питания, занятий и отдыха, применение здоровьесберегающих технологий;
 - современную развивающую предметно-пространственную среду (оборудование центров активности в группах, соответствие физкультурного и игрового оборудования требованиям СанПиН, гарантия безопасности жизни детей на протяжении всего периода пребывания в детском саду)
- повышение профессиональной компетентности педагогов, предполагающую знание и применение здоровьесберегающих технологий; создание условий для полноценного физического, психического и социально-личностного развития ребенка; систематическое планирование физкультурно-оздоровительной работы;

- снижен уровень заболеваемости детей;
- увеличено количество дней, проведенных ребенком в детском саду;
- у детей сформированы культурно-гигиенические навыки, знания о правильном питании, мотивация к занятиям физической культурой и участию в спортивных мероприятиях;
- дети имеют представление о положительных факторах, влияющих на их здоровье и безопасность;
- созданы условия для психолого-педагогической поддержки семьи и компетентности родителей (законных представителей) в вопросах формирования у детей основ культуры здорового и безопасного образа жизни.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Мероприятия по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни

№ п/п	Направления деятельности, мероприятия	Периодичность	Ответственные
Медико-профилактическая деятельность			
1.	<i>Мониторинг развития детей</i> Показатели физического развития: - уровень физического развития (антропометрические данные); - уровень физической подготовленности Педагогическая диагностика: - анализ показателей освоения детьми содержания образовательных областей «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие»	2 раза в год 1-2 раза в год 1-2 раза в год	медсестра воспитатели
2.	<i>Профилактика и оздоровление детей</i> - витаминизация третьих блюд	1 раз в день осень, зима, весна	контроль медсестры

	- профилактические прививки - профилактика заболеваний ЖКТ (соблюдение санитарно-эпидемиологического режима)	по мере необходимости систематически	воспитатели помощники воспитателей
3.	<i>Организация питания</i> - соблюдение 10-дневного сбалансированного меню - соблюдение технологии при кулинарной обработке продуктов и приготовлении блюд - обеспечение санитарно-гигиенической безопасности питания - обеспечение качества продуктов питания и приготовления блюд - соблюдение сроков реализации скоропортящихся продуктов - организация питьевого режима	постоянно	повар, контроль медсестры кладовщик помощники воспитателей
4.	<i>Организация гигиенического режима</i> - режим проветривания помещений - режим кварцевания - обеспечение температурного режима - обеспечение санитарного состояния помещений группы и детского сада - смена и маркировка постельного белья, полотенец - проведение	постоянно по графику в период карантина ежедневно	помощники воспитателей, контроль медсестры воспитатели

	противоэпидемиологических мероприятий -обработка игрушек в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями			
5.	<i>Организация здоровьесберегающей среды</i> -качественное проведение утреннего приёма и осмотра детей -своевременная изоляция больного ребёнка -создание современной развивающей предметно-пространственной среды (оборудование центров активности в группах, соответствие физкультурного и игрового оборудования требованиям СанПиН) -соблюдение санитарно-гигиенических требований к организации образовательного процесса -организация и проведение прогулок - организация жизни детей в адаптационный период, создание условий для комфортного пребывания -подбор мебели с учётом антропометрических данных	ежедневно по мере необходимости постоянно период адаптации	воспитатели контроль медсестры	

	-выполнение инструкций по охране жизни и здоровья детей -наличие аптечек для оказания первой медицинской помощи и их своевременное пополнение		
	Физкультурно-оздоровительная деятельность		
1.	Организация двигательного режима		
	-утренняя гимнастика - ООД в помещении - ООД на улице -физминутки - гимнастика после дневного сна - музыкально-ритмическая ООД -подвижные игры, ОРУ на прогулке, самостоятельная двигательная активность детей - игры малой подвижности в помещении группы с использованием атрибутов центров активности - спортивные развлечения -спортивные праздники, соревнования, эстафеты, дни здоровья - экскурсии, целевые прогулки - гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика -индивидуальная работа по развитию движений	ежедневно 2р.в неделю 1р.в неделю во время ООД ежедневно 2р.в неделю ежедневно ежедневно 1р.в месяц по плану в соответствии с циклограммой ежедневно	5-10 мин по расписанию 3-4 мин 3-5 мин 30-40 мин 10-12 мин воспитатели, музыкальный руководитель

2.	Оздоровительная работа		воспитатели
	- приём детей на улице - проветривание помещений - воздушно-водное закаливание - сон без маек - босохождение по корригирующим дорожкам - гигиенические и водные процедуры (умывание, мытьё рук) - прогулки на свежем воздухе - дыхательная гимнастика	- в зависимости от погоды - ежедневно, -по графику - после сна - по режиму дня, -в соответствии с гигиеническими требованиями	
Здоровьесберегающая образовательная деятельность с детьми			
	Направления деятельности	Формы работы	Периодичность
	-воспитание культурно-гигиенических навыков -формирования навыков культуры питания -формирование начальных представлений о здоровом и безопасном образе жизни -накопление и обогащение двигательного опыта детей -формирование у детей потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании -формирование представлений об	-беседа; -ситуативный разговор; -сюжетные игры; -наблюдение; -экскурсии; -решение проблемных ситуаций; -экспериментирование; -реализация	в соответствии с циклограммой ответственные воспитатели

	опасных для человека и окружающего мира ситуациях и способах поведения в них -передача детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства	проекта; -игры с правилами; -моделирование; -чтение; -обсуждение; -коллективный труд; -дежурство; -поручение; подвижные дидактические игры; -подвижные игры с правилами; -игровые упражнения; -соревнования		
Взаимодействие с семьёй				
	Направления деятельности	Формы работы	Периодичность	Ответственные
-изучение запросов семьи, уровня компетентности родителей, семейных ценностей; -информирование, консультирование родителей; - просвещение и обучение родителей;	родителей, родителей, родителей, родителей;	-беседы; -анкетирование; -рекламные буклеты; -информационные	по плану	воспитатели