

Формирование у детей дошкольного возраста основ здорового образа жизни, первичных представлений о здоровье, способах его сохранения и укрепления

Забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В. А. Сухомлинский.

Формирование разносторонне развитой, нравственно зрелой, творческой личности обучающегося является целью воспитания. Одним из средств для достижения этой цели является воспитание, которое направлено на овладение ценностями и навыками здорового образа жизни [5].

Поэтому весьма актуальным представляется деятельность педагогов по формированию у детей дошкольного возраста основ здорового образа жизни, первичных представлений о здоровье, способах его сохранения и укрепления [14].

Для взрослого человека или ребенка, здоровье это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

Выделяется несколько **компонентов здоровья**:

1. *Соматическое здоровье* – текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития.

2. *Физическое здоровье* – уровень роста и развития органов и систем организма.

3. *Психическое здоровье* – состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта.

4. *Нравственное здоровье*, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения человека в обществе [8].

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) – образ жизни человека, его поведение и мышление, которые обеспечивают охрану и укрепление здоровья.

Здоровый образ жизни детей рассматривается с двух позиций:

– как фактор их здоровья, полноценного развития,

– в качестве главного условия формирования навыков ЗОЖ [12].

Компоненты, составляющие здоровый образ жизни детей дошкольного возраста:

1) *двигательная активность;*

2) *психический комфорт;*

3) *рациональное питание;*

4) *система закаливания (адекватная особенностям здоровья каждого ребенка);*

- 5) *рациональный распорядок дня;*
- 6) *выполнение требований личной гигиены, создание эколого-гигиенических условий;*
- 7) *умение предупреждать опасные ситуации и правильно вести себя при их возникновении.*

Чтобы активно влиять на позицию ребенка по отношению к собственному здоровью, необходимо знать, что состояние здоровья формируется в результате взаимодействия:

- внешних (природных и социальных)
- внутренних (наследственность, пол, возраст) факторов.

Для формирования у детей дошкольного возраста основ здорового образа жизни, первичных представлений о здоровье, способах его сохранения и укрепления, педагогам рекомендуется, учитывая внутренние, внешние (природные), использовать **социальные факторы**:

1) **создание благоприятной среды** для роста и развития воспитанников:

- создание *гигиенической среды*;
- создание *развивающей среды*;

2) **оказание педагогического воздействия** на воспитанников, посредством проведения различных форм мероприятий в определенной последовательности, используя эффективные методы и приемы.

Дополнительным *социальным фактором* можно считать *взаимодействие с родителями воспитанников*.

Основой

1) *реализации компонентов составляющих здоровый образ жизни воспитанников*

2) *использования социальных факторов на формирование у детей дошкольного возраста основ здорового образа жизни, первичных представлений о здоровье, способах его сохранения и укрепления* являются:

–постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 25.01.2013 г. № 8 «Об утверждении Санитарных норм и правил «Требования для учреждений дошкольного образования» и признании утратившими силу некоторых постановлений Министерства здравоохранения Республики Беларусь и их отдельных структурных элементов»;

–постановление Министерства образования Республики Беларусь от 27 ноября 2012 г. № 133 «Об утверждении учебной программы дошкольного образования».

Дополнительно необходимо опираться на:

–постановление Министерства образования Республики Беларусь 14 июля 2014 г. № 105 «Об установлении перечней и норм обеспечения спортивным инвентарем и оборудованием, необходимыми для организации физического воспитания обучающихся»;

–постановление Министерства образования Республики Беларусь от 24 сентября 2007 г. № 50 «Об утверждении перечней оборудования для учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования»;

–методические рекомендации.

Двигательная активность как компонент здорового образа жизни детей дошкольного возраста

Основа для реализации компонента:

	Компонент	Санитарные нормы и правила «Требования для учреждений дошкольного образования» 25.01.2013 № 8	Учебная программа дошкольного образования
1	Двигательная активность	Глава 12 «Требования к распорядку дня воспитанников учреждения дошкольного образования» п. 163, 169	Образовательная область: «Физическая культура», раздел «Двигательная активность»

163. Пребывание воспитанников на открытом воздухе должно предусматриваться не реже двух раз в день общей продолжительностью не менее 3 часов 20 минут – 4 часов в зависимости от режима работы дошкольного учреждения и в соответствии с учебной программой дошкольного образования, утвержденной в порядке, установленном законодательством Республики Беларусь.

Во время прогулки должны быть обеспечены: двигательная активность воспитанников, рациональная одежда в зависимости от погодных условий, в том числе в зимний период.

169. Активная двигательная активность воспитанников на занятиях по физической культуре должна составлять 70 – 85 % от общей длительности занятия по физической культуре [10].

Двигательный режим регламентирован учебной программой дошкольного образования

Цель организации *двигательного режима*: удовлетворяя естественную биологическую потребность воспитанников в движении, обеспечить овладение двигательными умениями и навыками, элементарными представлениями по физической культуре.

Оптимальный двигательный режим является важным условием *разностороннего (умственного, нравственного, эстетического)* развития и воспитания потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями [12].

Основные требования к разработке двигательного режима. Продолжительность ДА должна составлять не менее 50—60% периода бодрствования, т. е. 6-7ч в сутки.

Содержанием двигательного режима является деятельность, разнообразная

- 1) *по формам*: самостоятельная, организованная;
- 2) *по видам*: двигательная, игровая, учебная;
- 3) *по составу движений и физических упражнений* [12; 15].

Содержание двигательного режима

1. Организованные физкультурные мероприятия.
2. Самостоятельная двигательная деятельность.

К организованным формам ДА относятся:

- 1) физкультурные занятия;
- 2) физкультурно-оздоровительная работа в течение дня
 - утренняя гимнастика,
 - физкультминутки,
 - подвижные игры и физические упражнения на прогулке;
- 3) активный отдых
 - физкультурные досуги
 - физкультурные праздники
 - дни здоровья;
- 4) индивидуальная и дифференцированная коррекционная работа:
 - с воспитанниками, имеющими отклонения в физическом и двигательном развитии;
 - с воспитанниками, для развития психомоторных способностей;
- 5) профилактические и реабилитационные мероприятия (по плану врача).

К самостоятельным формам ДА относятся: подвижные игры и физические упражнения в самостоятельной двигательной деятельности: утром, после завтрака, между занятиями, после сна, на 1 прогулке, на 2 прогулке.

Процентное соотношение их разное в группах раннего, младшего и старшего дошкольного возраста, однако самостоятельные движения детей всех возрастов должны составлять не менее 2/3 объема их общей ДА. Это можно объяснить тем, что потребность детей в движении наиболее полно реализуется в самостоятельной деятельности. Она является наименее утомительной из всех форм двигательной активности и содействует индивидуализации двигательного режима. Кроме того, именно в самостоятельной деятельности ребенок в наибольшей степени проявляет свои двигательные умения и двигательное творчество. Самостоятельная двигательная деятельность детей требует особого — опосредованного — руководства, которое осуществляется с учетом индивидуальных особенностей детей [12].

Интенсивность физических нагрузок.

Во время утреннего приема, перед занятиями умственного характера они должны быть умеренно интенсивными.

Самые высокие двигательно-физические нагрузки приходятся на время первой прогулки (с 10 до 12 ч). ДА здесь должна составлять 65–75% времени.

Следует осторожно подходить к физическим нагрузкам после дневного сна: в это время нецелесообразны организованные физические упражнения сразу после подъема детей, лучше всего предоставить детям возможность двигаться самостоятельно, создав условия для движений.

Периоды высокой ДА должны чередоваться с отдыхом, малоподвижными видами деятельности.

Каждый ребенок должен иметь возможность двигаться по своему усмотрению в любое время дня.

Воспитатели дошкольного образования, в ходе осуществления образовательного процесса, останавливают свой выбор на тех или иных физкультурно-оздоровительных мероприятиях, подчинив их решению выдвинутых задач [12].

Двигательный режим					
Возрастные группы	1 мл. гр (2-3 года)	2 мл. гр. (3-4 года)	Средняя гр. (4-5 лет)	Ст. группа (5-6 лет)	Ст. группа (6-7 лет)
Источник	[14 стр.79] эл. версия стр.50	[14 стр.128] эл. версия стр.85,85	[14 стр.184] эл. версия стр.120	[14 стр.264] эл. версия стр.172	[14 стр.272] эл. версия стр.175
Суточная норма двигательной активности (Полное удовлетворение биологической потребности в движениях)	не менее 60% периода бодрствования (6-7 ч)	не менее 50% периода бодрствования (6-6,5 ч).	не менее 50% периода бодрствования (6-6,5 ч).	не менее 50% периода бодрствования (5,5-6 ч).	не менее 50% периода бодрствования (5-6 ч).
Формы мероприятий, обеспечивающих двигательную активность	Периодичность / Продолжительность				
Утренняя гимнастика	5-6 мин.	6-7 мин	7-8 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.
Физкультминутки на занятиях	Нет	1,5-2 мин	2-3 мин.	3 мин.	3-4 мин.
Физкультминутки во время перерыва между занятиями	См. п.162 [10].	10-12 мин	См. п.162 [10].	10 мин	10-12 мин.
Физкультурное занятие	2 раза в неделю 10-15 мин.	3 раза в неделю 10-15 мин.	4 раза в неделю; 20-25 мин.	4 раза в неделю 25-30 мин.	4 раза в неделю 30-35 мин.
Физкультурный досуг	Нет	1 раз в месяц 20 мин.	2 раза в месяц; 25-30 мин.	2 раза в месяц; 30-35 мин.	2 раза в месяц; 35-40 мин.
Физкультурный праздник	Нет	Нет	2 раза в год; 30-40 мин.	4 раза в год; 40-45 мин.	4 раза в год; 50-60 мин
День здоровья	Нет	4 раза в год	4 раза в год	4 раза в год	4 раза в год
Подвижные игры и физические упражнения <i>в разных видах деятельности</i>	60-90 мин.	50-80 мин.	80-100 мин.	25-30 мин.	25-30 мин.
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке (планируются воспитателем дошкольного образования)	10-15 мин.	20 мин.	20-25 мин.	25 мин.	30 мин.
Подвижные игры и физические упражнения <i>в самостоятельной двигательной деятельности</i> (не планируются педагогом)	утром	15-20 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.	10-15 мин.
	после завтрака	10-12 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.	8-10 мин.
	между занятиями	См. п.162 [10].	10-12 мин.	См. п.162 [10].	10 мин.
	после сна	10-12 мин.	10-12 мин.	10-12 мин.	10-15 мин.
	на 1 прогулке	40-45 мин.	35-40 мин.	40-45 мин.	40-50 мин.
	на 2 прогулке	30-35 мин.	35-45 мин.	30-35 мин.	30-40 мин.

Психический комфорт как компонент здорового образа жизни детей дошкольного возраста

Основа для реализации компонента:

№	Компонент	Санитарные нормы и правила «Требования для учреждений дошкольного образования» 25.01.2013 № 8	Учебная программа дошкольного образования
2	Психический комфорт	Глава 12 «Требования к распорядку дня воспитанников учреждения дошкольного образования»	Образовательная область: «Ребенок и общество» (выборочно), разделы: «Познание социума» «Адаптивное социальное поведение» «Взаимодействие со сверстниками и взрослыми»

Психологическим комфортом во многом определяется здоровье воспитанников. Основой психологического комфорта детей дошкольного возраста является физиологическое состояние его организма. Удовлетворение биологических жизненно важных потребностей ребенка (питание, сон, движение) необходимо для его роста и развития, не только физического, но и общего [12].

160. рациональное сочетание различных по характеру видов деятельности, умственных и физических нагрузок.

162. Длительность занятий с воспитанниками в возрасте от 2 до 3 лет и от 3 до 4 лет должна составлять до 10 – 15 минут, с воспитанниками в возрасте от 4 до 5 лет - до 20 – 25 минут, с воспитанниками в физкультурные минутки – не менее 1,5 – 2 минуты.

Продолжительность перерывов между занятиями должна быть 10 – 12 минут. Во время перерывов должны проводиться подвижные игры умеренной интенсивности.

В начале и конце недели должны предусматриваться облегченные по содержанию и умственной нагрузке занятия. *Домашние задания во всех группах задаваться не должны.* [10].

Другим важнейшим условием психологического комфорта ребенка служит благоприятный психологический климат в семье и в учреждении дошкольного образования. Источником хорошего настроения ребенка является демократический стиль общения, оптимальная двигательная активность, условия для самостоятельной двигательной деятельности, положительная оценка взрослыми успехов детей в овладении движениями, комфортность быта в дошкольном учреждении.

Забываясь о физическом и познавательном развитии детей дошкольного возраста, нельзя забывать о важности эмоционально – личностного развития, которое напрямую связано с психологическим и социальным благополучием. Для того чтобы воспитанники в полной мере ощущали психологический

комфорт необходимо у них формировать умения распознавать и описывать свои эмоции, а также выражать свое эмоциональное состояние социально приемлемым способом. Из-за несформированности этих умений возникают конфликты внутри детской группы, у воспитанников появляются внутриличностные проблемы, которые вытекают в тревожность, гиперактивность, застенчивость, агрессивность, замкнутость и т.д. [12].

Формирование умений воспитанников, (проявлять доброжелательное отношение к людям, позитивно относиться к близкому окружению и событиям, определять и называть разные эмоциональные состояния людей по мимике, жестам) регламентировано учебной программой дошкольного образования (образовательная область «Ребенок и общество», разделы «Взаимодействие со сверстниками и взрослыми» «Адаптивное социальное поведение» «Познание социума»).

Содержание учебной программы дошкольного образования образовательная область: «Ребенок и общество», раздел «Адаптивное социальное поведение»					
Гр.	1 мл. гр (2-3 года)	2 младшая группа (3-4 года)	Средняя гр. (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Старшая группа (6-7 лет)
Ист.	[14 стр. 83] эл. версия стр.53,54	[14 стр.133] эл. версия стр.86	[14 стр.190] эл. версия стр.126	[14 стр.179] эл. версия стр.181	[14 стр.289] эл. версия стр.188
Содержание	Представление о том, что нельзя кричать на детей. Умения: пользоваться общепринятыми способами оказания и принятия помощи, благодарить словом, улыбкой, жестом; пожалеть другого человека, если он обижен, огорчен, расстроен.	Представление о нормах поведения Умения: высказывать свои желания; словесно выразить свое состояние культурно себя вести.	Представление о правилах поведения и культурного общения с другими людьми. Умения: сдерживать себя и выразить свои чувства в приемлемой форме, подчиняться правилам и нормам.	Представления об адекватных моделях общения и поведения Умения: сдерживать свои негативные побуждения, избегать конфликта проявлять чуткость к эмоциональному и физическому состоянию старших выбирать модель общения и поведения, адекватную эмоциональному и физическому состоянию другого человека.	Представления о статусно-ролевой модели поведения, ее гибкости (подчиняться правилам, соответствовать ожиданиям, быть ситуативно-адекватным, утверждать себя, не принижая других Умения: выбрать модель общения и поведения, адекватную эмоциональному и физическому состоянию другого человека (взрослого или ребенка).

Содержание учебной программы дошкольного образования образовательная область: «Ребенок и общество», раздел «Взаимодействие со сверстниками и взрослыми»					
Гр.	1 мл. гр (2-3 года)	2 младшая группа (3-4 года)	Средняя гр. (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Старшая группа (6-7 лет)
Ист .	[14 стр. 83] эл. версия стр.53,54	[14 стр.133] эл. версия стр.86	[14 стр.189] эл. версия стр.124	[14 стр.178] эл. версия стр.180	[14 стр.288] эл. версия стр.187
Содержание	Представления: об элементарных способах общения; включаться в совместную деятельность Умения: обратиться с просьбой.	Представление о хороших и плохих поступках детей по отношению друг к другу в жизни и на картинках. Умения: давать оценку хорошим и плохим поступкам детей с помощью взрослого; использовать вежливые обороты речи в общении друг с другом и взрослыми.	Представления о: соотношении поступка и реакции окружающих на него Умения: проявлять отзывчивость и содействовать переживаниям сверстников, взрослых.	Представления о: социальных нормах взаимодействия со взрослыми и сверстниками Умения: проявлять доброжелательность, взаимопонимание, чуткость, сопереживание, способность к эмпатии и децентрации.	Представления о: возможности проявить инициативу, связанную с мотивами общественной пользы Умения: содержательно общаться друг с другом в различных видах деятельности.

Содержание учебной программы дошкольного образования образовательная область: «Ребенок и общество», раздел «Познание социума»					
Гр.	1 мл. гр (2-3 года)	2 младшая группа (3-4 года)	Ср. гр. (4-5 лет)	Ст. гр. (5-6 лет)	Старшая группа (6-7 лет)
Ист .	[14 стр. 83] эл. версия стр.54	[14 стр.133] эл. версия стр.85,85	[14стр.190] эл. в.стр.126	[14 стр.179] эл. В. стр.181	[14 стр.289] эл. версия стр.188
Содержание	Представления: об элементарных способах общения; включаться в совместную деятельность (с детьми и взрослым); обратиться с просьбой.	Представления о: том, как в семье заботятся друг о друге; близком окружении Умения: понимать: проявлять доброжелательное отношение к людям. позитивно относиться к близкому окружению и событиям, в которых воспитанник принимает участие; понимать отдельные ярко выраженные эмоциональные состояния людей по мимике и жестам.	Умения: видеть и понимать, когда человек спокоен, сердится, волнуется, радуется, грустит.	Умения: определять и называть разные эмоциональные состояния людей по мимике, жестам.	Представления о: том, как живут люди в Республике Беларусь, как трудятся, отдыхают; достижениях людей страны в спорте Умения: оценивать чужие поступки с позиции общечеловеческих ценностей.

**Рациональное питание,
как компонент здорового образа жизни детей дошкольного возраста**

№	Компонент,	СанПин «Требования для учреждений дошкольного образования» 25.01. 2013 № 8	Учебная программа дошкольного образования
3)	Рациональное питание	Глава 11 «Требования к организации питания воспитанников учреждения дошкольного образования»	Образовательная область: «Ребенок и общество», раздел «Культура питания».

Формирование представлений у воспитанников о рациональном питании, регламентировано учебной программой дошкольного образования (образовательная область «Ребенок и общество», раздел «Культура питания»).

Содержание учебной программы дошкольного образования образовательная область: «Ребенок и общество», раздел «Культура питания»					
Гр.	1 мл. гр (2-3 года)	2 мл. группа (3-4 года)	Средняя гр. (4-5 лет)	Старшая группа (5-6 лет)	Старшая группа (6-7 лет)
Ист .	[14 стр. 82] эл. В.стр.52,53	[14 стр.132] эл. В.стр.86	[14 стр.189] эл. В.стр.123	[14 стр.277] эл. версия стр.179	[14 стр.286] эл. В. стр.186
Содержание	Приучение к здоровому питанию. Поддержка потребности и инициативы: не спеша пережевывать пищу, глотать, держать чашку и пить из нее; правильно и самостоятельно пользоваться столовыми приборами (столовой и чайной ложками, вилкой, салфеткой).	Первичные представления о полезности пищи. Умения: спокойно садиться за стол и выходить из-за него; правильно пользоваться столовой и чайной ложкой, вилкой; есть аккуратно; не разговаривать, не прожевывая и не проглотив пищу; пользоваться салфеткой, благодарить после еды.	Представления о: профилактике заболеваний желудочно-кишечного тракта; полезности продуктов питания; сервировке стола; принятии пищи только в установленных местах: о том, что нельзя кушать в транспорте, во время прогулки на улице. Умения: готовить несложные блюда, пользоваться столовыми приборами;	Представления о: значении рационального питания для здоровья человека; правилах: сервировки стола, пользования столовыми приборами; поведения за столом (не кричать, не говорить с набитым ртом, не класть локти на стол, сохранять правильную осанку); необходимости уважительно относиться: к хлебу как основе рациона человека и продукту тяжелого труда многих людей. Умения: пользоваться столовыми приборами; совместно со взрослым выбирать полезные для здоровья продукты, помогать готовить блюда из них; связанные непосредственно с приемом пищи: не спешить, не хватать горячую пищу, брать пищу маленькими кусочками, старательно пережевывать, не отвлекаться во время приема пищи, не наклонять тарелку с первым блюдом, фрукты из компота кушать десертной ложкой, косточки сплевывать аккуратно в ложку, хлеб отламывать маленькими кусочками, но не крошить.	Представления о: влиянии продуктов на здоровье человека, витаминах, других веществах (белках, жирах, углеводах, минералах), их роли для сохранения здоровья и поддержания активной жизнедеятельности людей, полезных и вредных продуктах; том, какое должно быть меню для завтрака, обеда, полдника, ужина; Умения: выбирать полезные для здоровья продукты; совместно со взрослым составлять меню для завтрака, обеда, полдника и ужина.

**Система закаливания,
как компонент здорового образа жизни детей дошкольного возраста**
Основа для реализации компонента:

	Компонент,	Санитарные нормы и правила «Требования для учреждений дошкольного образования» 25.01.2013 № 8	Учебная программа дошкольного образования
4)	<i>система закаливания (адекватная особенностям здоровья каждого ребенка);</i>	п 170	Образовательная область: «Физическая культура», раздел «Закаливание» «Ребенок и общество», раздел «Здоровье и личная гигиена» (выборочно закаливание)

Согласно санитарным правилам и нормам «Требования для учреждений дошкольного образования» утвержденных постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 25.01 2013 г. №8:

170. *Закаливание* воспитанников в учреждениях дошкольного образования должно проводиться *с использованием естественных природных факторов*: воздух, вода, рассеянные лучи солнца.

При закаливании воспитанников должны соблюдаться следующие требования:

естественные природные факторы должны использоваться комплексно; закаливающие процедуры должны проводиться систематически с постепенным увеличением естественного природного фактора;

способ закаливания должен определяться с учетом состояния здоровья воспитанника.

При закаливании в условиях групповой ячейки одежда воспитанников должна состоять не более чем из двух слоев (хлопчатобумажное белье, платье или костюм из плотной хлопчатобумажной или полушерстяной ткани, *колготы для воспитанников до 3 лет или носки для воспитанников старше 3 лет*).

Закаливание является важным средством укрепления здоровья при условии, что оно органично включено в комплекс физкультурно-оздоровительных мероприятий и представляет собой определенную систему, простую в исполнении и отвечающую индивидуальным особенностям здоровья и развития детей.

В условиях учреждения дошкольного образования рациональнее использовать естественные методы закаливания, органично включенные в режимные процессы. Так, ежедневные оздоровительные прогулки продолжительностью не менее 3–4ч насыщают организм кислородом и способствуют тренировке всех его функций. Многократное умывание в течение дня прохладной (холодной) водой, полоскание рта и горла после

приема пищи водой комнатной температуры, воздушные ванны и ходьба босиком во время переодеваний, при подготовке ко сну и после него стимулируют деятельность терморегуляционной системы.

Такая организация закаливания не требует специальных условий, времени. При этом закаливающие процедуры органически вписываются в распорядок дня и как бы автоматически дополняют значимость режимных моментов еще и закаливающей функцией. А главное, систематическое ежедневное исполнение естественных закаливающих процедур становится для ребенка нормой поведения, потребностью. Физиологи считают систематически повторяющиеся слабые дозы закаливания более эффективными, чем разовые сильные, такие, например, как обливание или обтирание.

У воспитанников 6-7 лет, согласно содержанию учебной программы дошкольного образования образовательной области: «Ребенок и общество», раздел «Здоровье и личная гигиена», требуется формировать представления о пользе закаливания.

Содержание учебной программы дошкольного образования образовательная область: «Ребенок и общество», раздел «Здоровье и личная гигиена» (закаливание)					
Гр.	1 мл. гр (2-3 г.)	2 мл.гр.(3-4 года)	Ср. гр. (4-5 лет)	Ст. гр. (5-6)	Ст. гр.(6-7)
Ист.	[14 стр. 82], эл. версия стр.52,53	[14 стр.131] эл. версия стр.86	[14 стр.188], эл. версия стр.123	[14 стр.276] эл. стр.178	[14 стр.286] эл. стр.186
Содержание	Не выделено	Не выделено	Не выделено	Не выделено	Представления о: пользе закаливания для здоровья.

Рациональный распорядок дня как компонент здорового образа жизни детей дошкольного возраста

Основа для реализации компонента:

	Компонент,	Санитарные нормы и правила «Требования для учреждений дошкольного образования» 25.01.2013 № 8	Учебная программа дошкольного образования
5)	<i>Рациональный распорядок дня</i>	Глава 12 «Требования к распорядку дня воспитанников учреждения дошкольного образования»	Раздел «Примерный распорядок дня воспитанников»

Содержание учебной программы дошкольного образования образовательная область: «Ребенок и общество», раздел «Здоровье и личная гигиена» (умения)					
↳	1 мл. гр (2-3 года)	2 мл. гр.(3-4 г.)	Средн. гр. (4-5 лет)	Старшая гр (5-6 лет)	Ст. гр.(6-7 л.
	Не выделено	Не выделено	Умения: соблюдать распорядок дня		

Педагогам следует обратить внимание на необходимость усиления оздоровительно-содержательной и воспитательной направленности распорядка дня, в каждом компоненте которого есть свое особое назначение. Необходимо обеспечить «физиологическое качество» всех бытовых процессов, высокий уровень культуры гигиенического обслуживания детей (особенно младшего возраста), не допуская при этом малейшей небрежности и неприветливого тона. Важно создавать определенные традиции проведения режимных моментов, каждый из которых должен нести информацию о гигиенической культуре и правилах поведения. Весь быт в учреждении дошкольного образования организуется так, чтобы воспитанники имели возможность постоянно упражняться в навыках гигиены и самообслуживания: надеть, застегнуть, завязать, развязать, снять, аккуратно положить или повесить одежду и т. д.

Таким образом, каждый режимный момент для педагога — это временной ориентир к постепенной смене деятельности детей. Одновременно это и система своеобразных оздоровительных и образовательных занятий с воспитанниками, к каждому из которых необходимо специально отобрать программный материал с постепенным усложнением, продумать информационные приемы, обеспечить заинтересованность и активность каждого ребенка. Для воспитанников это просто необходимая и увлекательная деятельность, в результате которой они начинают осознавать: почему именно так надо умываться, чистить зубы, мыть руки; зачем нужны сон и зарядка, проветривание помещения, прогулки; почему надо прямо стоять и сидеть, аккуратно есть, пользоваться салфеткой, полоскать рот. Дети должны знать последовательность одевания на прогулку; научиться элементарно рассуждать о здоровье: что значит быть здоровым, какого человека можно назвать здоровым, что человек должен делать, чтобы быть здоровым, какие пища, одежда, обувь и т. д. полезны для здоровья.

Представления и умения воспитанников, требования к самостоятельности усложняются постепенно. Важно, чтобы они были одинаковыми в учреждении дошкольного образования и в семье.

**Выполнение требований личной гигиены,
создание эколого-гигиенических условий,
как компонент здорового образа жизни детей дошкольного возраста**

Основа для реализации компонента:

№	Компонент	Санитарные нормы и правила «Требования для учреждений дошкольного образования» 25.01.2013 № 8	Учебная программа дошкольного образования
б)	<i>Выполнение требований личной гигиены, создание эколого-гигиенических условий</i>	П. 58, 62, 66, 67, 109.	Образовательная обл.: «Физическая культура», раздел «Здоровье и личная гигиена»

Личная гигиена (индивидуальная) изучает вопросы сохранения и укрепления здоровья человека, соблюдения гигиенических правил и мероприятий в его личной жизни и деятельности, включает мероприятия гигиенического воспитания, пропаганду гигиенических знаний и здорового образа жизни с целью повышения гигиенической культуры населения. В неё входят вопросы гигиенического содержания тела (кожи, волос, ногтей, зубов), обуви и одежды, жилища. Вопросы личной гигиены (каждый в определенной степени) актуальны и для детей дошкольного возраста.

Формирование представлений о здоровье и личной гигиене, формирование умений соблюдать необходимые правила личной гигиены, регламентированы учебной программой дошкольного образования (образовательная область «Ребенок и общество», раздел «Здоровье и личная гигиена»).

Содержание учебной программы дошкольного образования образовательная область: «Ребенок и общество», раздел «Здоровье и личная гигиена» (представления)					
Г	1 мл. гр (2-3 г.)	2 мл.гр.(3-4 года)	Средняя гр. (4-5 лет)	Ст. гр. (5-6)	Ст. гр.(6-7)
Ис	[14 стр. 82], эл. версия стр.52,53	[14 стр.131] эл. версия стр.86	[14 стр.188], эл. версия стр.123	[14 стр.276] эл. стр.178	[14 стр.286] эл. стр.186
Содержание	Представления о: процессах умывания, одевания, купания; потребности в чистоте и опрятности, понимании их смысла ("для здоровья", "для красоты", "чтобы другим было приятно смотреть и быть рядом", "чтобы взрослые радовались").	Представления о: значении всех процессов самообслуживания (для здоровья, для красоты, чтобы другим было приятно смотреть и быть рядом); предметах одежды и обуви; предметах, используемых в самообслуживании (мыло, полотенце, водопроводный кран и пр.), и их назначении.	Представления о: правилах здорового поведения; путях созидания своего здоровья; взаимосвязи природы и человека, влиянии окружающей среды на его здоровье; направленности, содержании, рациональных способах выполнения процессов самообслуживания; требованиях к гигиене; культуре поведения.	Представления о том, что красивым и здоровым тело делают физически упражнения и отдых; полезная пища; свежий воздух; чистота.	Представления о: пользе закаливания для здоровья; необходимости занятий физическим и упражнениями, отдыха; полезных продуктов; свежего воздуха; чистоты для здоровья.

Содержание учебной программы дошкольного образования образовательная область: «Ребенок и общество», раздел «Здоровье и личная гигиена» (умения)					
№	1 мл. гр (2-3 года)	2 мл. гр.(3-4 г.)	Средн. гр. (4-5 лет)	Старшая гр (5-6 лет)	Ст. гр.(6-7 л.
	<p>Умения: выполнять правила гигиены; с помощью взрослого или самостоятельно: умывать лицо, мыть руки перед едой и после каждого их загрязнения (самостоятельно засучивать рукава, намыливать руки, тщательно смывать мыльную пену водой, досуха вытираться полотенцем); пользоваться носовым платком; чистить зубы, полоскать рот после приема пищи под наблюдением взрослого; правильно пользоваться предметами индивидуального назначения: расческой, салфеткой, стаканом для полоскания, полотенцем, носовым платком; горшком, вовремя сообщая взрослому о своих физиологических потребностях; правильно называть процессы умывания, купания, предметы и действия, связанные с ними.</p>	<p>Умения: самостоятельно мыть руки и лицо: засучивать рукава, намыливать руки, тщательно смывать мыльную пену водой, умывать лицо, досуха вытираться полотенцем; под наблюдением взрослого чистить зубы; самостоятельно и правильно пользоваться расческой, носовым платком; самостоятельно или с помощью небольшой взрослого пользоваться туалетом, вовремя сообщать о своих физиологических потребностях; поддерживать опрятный внешний вид и испытывать радость от чистой, красивой одежды, аккуратной прически и отрицательные эмоции от вида грязных рук, грязной одежды, непричесанных волос.</p>	<p>Умения: заботиться о чистоте тела (перед едой самостоятельно быстро и тщательно мыть руки и лицо, после посещения туалета, а также при необходимости; чистить зубы утром и вечером, пользоваться расческой, носовым платком, мыть ноги); самостоятельно готовить постель ко сну; замечать неполадки в прическе, одежде, обуви, устранять их самому или с помощью взрослого; сохранять правильную осанку в различных жизненных ситуациях; соблюдать распорядок дня бережно и внимательно относиться к своему здоровью: не ходить во влажной одежде, в мокрой обуви; здоровью окружающих людей; понимать важность охраны зрения и слуха; обращаться ко взрослому при малейшем недомогании и дискомфорте.</p>	<p>Умения: внимательно относиться к своему здоровью (правильно одеваться, положительно относиться к профилактическим осмотрам, прививкам); замечать и самостоятельно ликвидировать беспорядок в своем внешнем виде; без напоминания взрослого перед едой быстро и чисто мыть руки и лицо, самостоятельно мыть в ванной свое тело (намыливать и смывать водой), перед сном самостоятельно мыть ноги; готовить постель ко сну и убирать ее после сна; после еды полоскать рот (или чистить зубы), мыть свой стаканчик; обслуживать себя в быту, использовать по назначению предметы гигиены, быть опрятным; ощущать свое самочувствие и при малейшем недомогании и дискомфорте обращаться к взрослому проявлять полорелевые модели поведения.</p>	<p>Умения: замечать и самостоятельно ликвидировать беспорядок в своем внешнем виде; без напоминания взрослого применять культурно-гигиенические навыки (после еды полоскать рот (или чистить зубы), мыть свой стаканчик; самостоятельно принимать ванну); содержать одежду и обувь в чистоте; внимательно относиться к своему здоровью; негативно относиться к вредным привычкам.</p>

Согласно санитарным правилам и нормам «Требования для учреждений дошкольного образования» утвержденных постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 25.01 2013 г. №8:

35. Входы в групповые ячейки должны быть с двумя тамбурами и с устройствами для очистки обуви.

58. Качество питьевой воды в учреждениях дошкольного образования из централизованных систем и децентрализованных источников водоснабжения должно отвечать санитарным нормам и правилам, устанавливающим требования к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения.

Для организации питьевого режима воспитанников должна использоваться негазированная питьевая вода промышленного производства, фасованная в емкости, или кипяченая вода, которая хранится в графинах не более 6 часов.

Эколого-гигиенические условия определяются, прежде всего, составом воздуха в местах проживания человека, в том числе — в жилых помещениях. Одной из причин «тяжелого» воздуха в помещении является перенасыщенность его углекислым газом. Загрязняют воздух также болезнетворные бактерии и вредные химические вещества. В непроветриваемых помещениях концентрация их может превышать в десятки раз степень концентрации в воздухе улиц самых грязных городов. В групповой комнате детского сада такие скопления могут быть значительными.

Не менее существенное значение имеет влажность воздуха и наличие отрицательно заряженных частиц (ионов), оказывающих стимулирующее и лечебное воздействие на организм. В помещении ионы не вырабатываются, а поступают при проветривании.

Очищение и увлажнение воздуха, насыщение его ионами обеспечивается, в основном, за счет сквозного проветривания (в холодное время для этого достаточно 7—10 мин). Поэтому важным правилом гигиены в дошкольных учреждениях должно быть сквозное проветривание перед приходом воспитанников утром, а также еще несколько раз в день (во время прогулок, перед занятиями физическими упражнениями). Прекрасно улучшают воздух в помещении комнатные растения.

Согласно санитарным правилам и нормам «Требования для учреждений дошкольного образования» утвержденных постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 25.01 2013 г. №8:

62. Температура воздуха в помещениях учреждения дошкольного образования должна соответствовать нормам согласно настоящим Санитарным нормам и правилам.

В игральных и групповых с зонами отдыха, расположенных на первом этаже, температура поверхности пола в зимний период должна быть не менее +22 °С.

п. 66. В групповых помещениях должна быть обеспечена возможность проведения естественного сквозного или углового проветривания.

п. 67. Сквозное и угловое проветривание групповых ячеек должно проводиться только в отсутствие воспитанников. Продолжительность проветривания определяется в зависимости от температуры наружного воздуха, направления ветра, эффективности работы отопительной системы и должно заканчиваться за 30 минут до возвращения воспитанников в групповые ячейки. Согласно п. 68. одностороннее проветривание может проводиться в присутствии воспитанников. В холодное время года дневной сон также проводится в условиях проветривания, однако в помещениях спален фрамуги, форточки закрываются за 30 минут до сна воспитанников, открываются с одной стороны во время сна воспитанников и закрываются за 30 минут до подъема воспитанников.

п.109. Помещения учреждений дошкольного образования должны содержаться в чистоте:

У детей старшего возраста, в соответствии с учебной программой дошкольного образования педагогам требуется формировать представления о пользе свежего воздуха для здоровья.

Старшая группа (5-6 лет)	Старшая группа (6-7 лет)
[14 стр.276] эл. копия стр.178	[14 стр.286] эл. копия стр.186
Представления о том, что красивым и здоровым тело делают свежий воздух; чистота.	Представления о пользе свежего воздуха; чистоты для здоровья.

**Умение предупреждать опасные ситуации
и правильно вести себя при их возникновении,
как компонент здорового образа жизни детей дошкольного возраста**

Основа для реализации компонента:

№	Компонент,	Санитарные нормы и правила «Требования для учреждений дошкольного образования» 25.01.2013 № 8	Учебная программа дошкольного образования
7)	Умение предупреждать опасные ситуации и правильно вести себя при их возникновении		Образовательная обл.: «Физическая культура», раздел «Безопасность жизнедеятельности»

Находясь в постоянном контакте с окружающей средой и с другими людьми, ребенок дошкольного возраста может оказаться в ситуациях, которые грозят его здоровью, испытывая на себе неблагоприятные воздействия в быту, на улице, в транспорте, на природе, в отношениях с людьми, животными.

Поэтому очень важно сформировать представления как предупредить возникновение, опасных ситуаций, а если опасная ситуация возникла, то как себя вести в ней с наименьшим ущербом для здоровья.

Содержание учебной программы дошкольного образования образовательная область: «Ребенок и общество», раздел «Безопасность жизнедеятельности»					
Гр.	1 мл. гр.	2 мл. группа	Средняя гр.	Ст. гр. (5-6 лет)	Ст. гр.6-7 лет)
Ист.	[14 стр. 82] эл. в.стр.52,53	[14 стр.132] эл. в. стр.86	[14 стр.189] эл.в.стр.124	[14 стр.277] эл. стр.179	[14 стр.287] эл. версия стр.187
Содержание	Соблюдение оптимального и рационального уклада жизни воспитанников в течение дня для обеспечения их психологического и физического благополучия.	Представления о: том, что следует пить только чистую (желательно бутилированную) воду. Умения: оберегать глаза от травм, переутомления (не трогать их грязными руками, не бросаться песком, использовать по назначению карандаши, рассматривать книги там, где много света).	Представления о: мерах предупреждения некоторых заболеваний (инфекционных); назначении лекарственных препаратов, которые без контроля взрослых принимать нельзя (никаких лекарств, витаминов, напитков, жевательных резинок и др.).	Представления о: значимости правильного безопасного поведения для охраны своей жизни и здоровья; своих возможностях в охране жизни и здоровья. Умения: внимательно относиться к своему здоровью (знать опасные места, предметы и уметь избегать опасности); оберегать глаза от напряжения, попадания инородных предметов; соблюдать правила безопасности при быстрых движениях, при ходьбе по лестнице, в гололедицу, катании на санках, коньках, лыжах и др..	Представления о: правилах безопасного поведения дома, на улице, в общественных местах, в том числе в экстремальных ситуациях: оберегать глаза от напряжения, попадания инородных предметов, пить только бутилированную (кипяченую) воду, соблюдать правила безопасности при быстрых движениях, при ходьбе по лестнице, навыки безопасного поведения при ходьбе в гололедицу, катании на санках, коньках, лыжах и др.; значении правильного безопасного поведения для охраны своей жизни и здоровья; своих возможностях в охране жизни и здоровья.

**Создание условий
для организации мероприятий
по формированию у детей дошкольного возраста
основ здорового образа жизни, первичных представлений о здоровье,
способах его сохранения и укрепления**

Педагогам рекомендуется формировать и оснащать *развивающую среду* согласно

–постановлению Министерства образования Республики Беларусь 14 июля 2014 г. № 105 «Об установлении перечней и норм обеспечения спортивным инвентарем и оборудованием, необходимыми для организации физического воспитания обучающихся»;

–постановлению Министерства образования Республики Беларусь от 24 сентября 2007 г. № 50 «Об утверждении перечней оборудования для учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования»;

–методическим рекомендациям «Организация предметно-игровой развивающей среды в современном дошкольном учреждении».

В группах, физкультурном зале, на спортивной площадке рекомендуется иметь оборудование для укрепления здоровья воспитанников, организации активного отдыха.

В группах **в центре развития движений** необходимо расположить оборудование, которое стимулируют активные движения воспитанников, способствуют закреплению двигательных умений, освоенных на занятиях физкультурой. Каждое пособие может быть доступным в центре не более 5 дней, пока оно вызывает интерес у воспитанников, а затем заменяется другим.

№ п/п	Классификация и наименование игрового материала и его предназначение	второй– третий годы жизни	четвер- тый– пятый годы жизни	шестой – седьмо- й годы жизни
<i>Моторно-спортивные игрушки</i>				
148	Волчки мелкого размера		4 шт.	4 шт.
152	Пропеллеры, вертушки, соразмерные руке ребенка		по 3 шт.	по 3 шт.
153	Игрушки подвесные (лягушка-«дергунчик», пчелка, «Жар-птица» и др.)	2 шт.	2 шт.	2 шт.
	подвесные мячи; подвесная карусель с колокольчиками или игрушками (для упражнения воспитанников в подпрыгивании)			
154	Кегли разного размера («Боулинг» и др.)	2 наб.	2 наб.	2 наб.
155	Мячи из разных материалов, разного размера, надувные и набивные, с различными особенностями поверхности, специального назначения: массажные, с трубочкой, с веревочкой (резинкой), для спастики	12 шт.	12 шт.	8 шт.

156	Вожжи с бубенцами	2 шт.		
158	Скакалка: короткая		10 шт.	10 шт.
	Скакалка: длинная		5 шт.	10 шт.
159	Кольцеброс напольный, настольный, настенный, среднего и крупного размера, разной конструкции		2 наб.	2 наб.
160	Серсо			2 наб.
161	«Летающие» тарелки			2 наб.
162	Гир с шариками		1 наб.	1 наб.
164	Набор «Дартс» с мячами, со стрелами		1 наб.	1 наб.
165	Бильярд детский напольный, крупногабаритный			1 наб.
Игрушки для спортивных игр				
166	Городки: колышки (длина 120–140 см, диаметр 35 см), биты (длина 80 см)			1 наб.
167	Набор для бадминтона (ракетка – длина 50–60 см; воланы)			2 наб.
Оборудование для физического развития				
422	Лесенка: горизонтальная для перешагивания (длина 1,5 м)	1 шт.		
	Лесенка: подвесная веревочная (длина 1,25 м)	1 шт.		
	Лесенка: Стремянка, высота 1,5 м, ширина 130 см (два пролета по 65см)	1 шт.		
427	Предметы мелкого размера; из разных материалов; разной формы для захвата пальцами рук	12 шт.	12 шт.	12 шт.
428	Доски: гимнастическая (длина 2–2,5 м, ширина 10, 15, 20, 25 см)	по 2 шт.	по 2 шт.	по 2 шт.
	Доски: с зацепами (ширина 8–10 см, 15–20 см, длина 2–2,5 м)		по 2 шт.	по 2 шт.
	Доски: ребристая (ширина 20 см, длина 1,5–2 м)	1 шт.	1 шт.	1 шт.
429	Веревка (шнур): длинная (10 м)	1 шт.	1 шт.	1 шт.
	Веревка (шнур): короткая (75–80 см)		1 шт.	1 шт.
432	Мишени: стационарные, съемные (вертикальная цель)		2 шт.	2 шт.
	Мишени: движущиеся, качающиеся, вертящиеся цели-мишени на каталках			2 шт.
433	Обручи: 90–100 см, круглые и плоские	3 шт.		
	Обручи: диаметр 55–65 см, круглые и плоские		3 шт.	
	Обручи: диаметр 45 см, круглые и плоские		.	3 шт.
437	Валуны	1 шт.	1 шт.	1 шт.
438	Змейка-шагайка	1 шт.	1 шт.	1 шт.
439	Координационная дорожка	1 шт.	1 шт.	1 шт.
441	Мешочки: для метания (масса от 80 до 250 г, размер 5 x 8 см)	5 шт.	5 шт.	5 шт.
	Мешочки: для равновесия (масса 500–700 г)	.	5 шт.	5 шт.
444	Дорожка для профилактики плоскостопия (ширина 15–20 см, длина 2–3 м); из разных материалов; разной конфигурации	1 шт.	1 шт.	1 шт.
445	Мат		.	1 шт.
450	Палки гимнастические (длина 80 см)		10 шт.	10 шт.
455	Коврики координационные (например, «Седы», «Топ-топ» и др.)		1 шт.	1 шт.
456	Бассейн сухой	1 шт.	1 шт.	

460	Корзина (для физкультурного инвентаря)	3 шт.	3 шт.	3 шт.
99.1	Флажки разноцветные	42	42	42
38	Ленты разноцветные с кольцами (длина 50–60 см)		42	42
	Кубики,			
	Шишки,			
2.2	Маски (сказочных персонажей разных моделей и материалов) .	5	5	5
2.1	Медальоны нагрудные (разные),	5	5	5
	Нстандартное оборудование (см. ж-л «Пралеска» № 7,1997; книгу Шишкиной В. «Азбука движений малышей»)			

Можно привести достаточно большой перечень безопасного оборудования для мини стадиона, но главное – это его оформление. Он может быть стилизован под «цирк», «джунгли». Важно, чтобы дети могли здесь играть, используя оборудование. В игре ребенок повторяет движения бесчисленное количество раз, и процесс физического развития идет быстрее [7].

В уголок двигательных игрушек необходимо включить коляски, легковые и грузовые машины, заводные машины, машины на верёвочках, тележки, каталки, автобусы, трамваи, теплоход, лодка и т. д. [7].

140	Игрушки-каталки	4 шт.		
44	Автомобиль: простой конструкции, деревянный, пластмассовый, среднего размера	4 шт.		
44	Транспорт наземный: пассажирский, грузовой, специальный, легковой автомобиль, автобус, паровоз и др.	по 2 шт.	по 2 шт.	по 2 шт.
44	Транспорт водный		по 2 шт.	по 2 шт.

В центре познавательной практической деятельности должны находиться:

274	Карточки исследовательские: с символическим изображением методов исследования (подумать, спросить у взрослого, прочитать, посмотреть)			5 наб.
-----	--	--	--	--------

Для поддержания психологического комфорта имеется игровое оборудование:

145	Игрушки для релаксации подвесные (соломенные птички, снегопад в шарике, облака, рыбки и др.)	2 шт.	2 шт.	2 шт.
-----	--	-------	-------	-------

Для формирования представлений о гигиене одежды и обуви, умений пользоваться этими предметами в центре познавательной практической деятельности должны находиться:

229	Щетки: для чистки одежды	3 шт.	3 шт.	3 шт.
229	Щетки: для чистки обуви	3 шт.	3 шт.	3 шт.

У каждого ребенка в шкафчике должна быть расческа, носовой платок или салфетки

Для ознакомления с гигиеной полости рта, в буфетной у каждого ребенка должна быть:

***	Щетка зубная	по 1 шт. на ребенка	по 1 шт. на ребенка	по 1 шт. на ребенка
-----	--------------	---------------------	---------------------	---------------------

***	Паста зубная		по 1 шт. на ребенка	по 1 шт. на ребенка
300	Стакан пластмассовый для полоскания полости рта	по 1 шт. на ребенка	по 1 шт. на ребенка	по 1 шт. на ребенка

В центре познавательного-интеллектуального развития, должны быть дидактические игры (игровые наборы с правилами), отражающие тематику ЗОЖ («Мое чудесное тело», «Мои помощники», «Валеология или здоровый малыш», «Подбери пару», «Угадай на вкус», «Что ты чувствуешь», «Как ты растешь?», «Полезные и вредные продукты», «Что такое хорошо и что такое плохо»). Это дидактические игры и пособия по ознакомлению со строением человека, его внутренними органами и их функциями, развитием, правилами ухода, а также по формированию элементарных представлений о режиме дня, о здоровом образе жизни.

73	Домино:с картинками различной тематики («Океан», «Дорожные знаки», «Транспорт» и др.)		3 наб.	3 наб.
74	Лото:карты из 2–4	2 наб.		
	Лото:с картами из 6–8 частей Лото:карты из 8–12 частей с картинками разной тематики «Лото осторожностей»		3 наб.	3 наб.
75	Картинки разрезные: на 2 части по прямой, предметные картинки	4 наб.		
	на 4–8 частей по прямой, предметные и сюжетные, различной тематики		5 наб.	5 наб.
	на 4–6 частей по прямой, контурные			3 наб.
	на 8–16 частей, сюжетные, разделенные прямыми и изогнутыми линиями			3 наб.
76	Парные картинки: предметные, разной тематики:	по 1 наб.	по 1 наб.	по 1 наб.
	Парные картинки:на соотнесение (сравнение): найди отличия, ошибки		2 наб.	3 наб.
	Парные картинки:на сопоставление реалистических и условно-схематических изображений (Физические упражн.)		по 3 наб.	по 3 наб.
77	Кубики: с разрезными (2–4 части) предметными картинками	2 наб.		
	с разрезными (4–6 частей) картинками (предметные и сюжетные)		3 наб.	
	с узором, сюжетными картинками		по 2 наб.	по 3 наб.
78	Маршрутные игры различной тематики с маршрутом до 20–25 ходов, игральным кубиком на 1–3 очка		3 наб.	
	с маршрутом до 50 ходов и игральным кубиком на 6 очков			3 наб.
67	Пазлы		4 наб.	4 наб.
57	Вкладыши (строение человека)	по 2 шт.	по 2 шт.	по 2 шт.

В центре познавательного-интеллектуального развития, могут находиться **учебные наглядные пособия:** «Твоя столица: стадионы и спортплощадки Минска», «Физкультурная мозаика», «В мире движений»

В центре сюжетно-ролевых игр должно быть игровое оборудование, которое может быть опосредовано, использовано для совершенствования представлений о здоровом образе жизни в сюжетно-ролевых играх.

19	Коляска для кукол: крупногабаритная (прогулочная, закрытая)	3 шт.	по 1 шт.	по 1 шт.
19	Коляска для кукол: среднего размера, складная	по 1 шт.	по 1 шт.	по 1 шт.
25	Игровые атрибуты: определяющие внешний знак роли (халаты, шлемы, каски и т.п.)		по 4 шт.	по 4 шт.
	Игровые атрибуты: «продукты» среднего размера, из разных материалов (овощи, фрукты, мясные и хлебобулочные изделия)	2 наб.	3 наб.	3 наб.
	Схемы: соподчинения ролей в сюжетно-ролевой игре			3 шт.
	Схемы: последовательности трудовых действий (приготовление пищи)			6 шт.

В микрокабинете воспитателя дошкольного образования должны быть пособия, которые используются для групповой и индивидуальной работы с воспитанниками.

23 9	Серии картин крупного размера; разной тематики: правила поведения; и др.			по 1 наб.
	Картинки предметные мелкого и среднего размера разной тематики (одежда и др.)	по 1 наб.	по 1 наб.	по 1 наб.
	Картинки предметные мелкого и среднего размера разной тематики одежда, обувь овощи, фрукты, общественные здания		по 1 наб.	по 1 наб.
	Картинки предметные мелкого и среднего размера разной тематики для установления последовательности действий и событий (социобывтовые ситуации: «Ребенок выполняет режим дня», «Дети чистят зубы») (по 3–4 шт. в наборе)	5 наб.	5 наб.	5 наб.
24 0	Картинки сюжетные разной тематики: сюжетные крупного размера (разные)	10 шт.	10 шт.	10 шт.
	Картинки сюжетные разной тематики: мелкого и среднего размера, с простым сюжетом (одно действующее лицо) ЗОЖ	по 1 наб.	по 1 наб.	по 1 наб.
	Картинки сюжетные разной тематики: с многоплановым сюжетом ЗОЖ		по 1 наб.	по 1 наб.
	Картинки сюжетные разной тематики: с последовательно развивающимся сюжетом (4–9 картинок для одного сюжета) (ЗОЖ)		по 1 наб.	по 1 наб.
	Серии картинок: времена года (<u>характерные виды работ и отдыха людей</u>)	по 1 наб.	по 1 наб.	по 1 наб.
	Открытки разной тематики (ЗОЖ. Виды спорта)	по 1 наб.	по 1 наб.	по 1 наб.
242	Таблицы: человек (строение, функции, органы чувств)		2 шт.	2 шт.
243	Иллюстрированные книги, альбомы, журналы, фотографии (ЗОЖ)			по 1 шт.

Дополнительно можно приобрести планшет: «Изучаем свое тело» (№244), плакаты разной тематики :«Овощи», «Прогулка» и др .(№ 245).

Руководителям физического воспитания, воспитателям дошкольного образования рекомендуется иметь в микрокабинете:

–учебные издания;

- методические рекомендации по теме укрепления здоровья детей дошкольного возраста, организации активного отдыха, формированию у детей дошкольного возраста основ здорового образа жизни, первичных представлений о здоровье, способах его сохранения и укрепления;
- методические рекомендации по планированию мероприятий;
- перспективное, тематическое планирование мероприятий;
- конспекты занятий;
- картотеки игр и упражнений по здоровому образу жизни;
- консультации для родителей и педагогов.

Для организации образовательного процесса педагогам рекомендуется использовать оборудование:

- учебное наглядное пособие;
- предметы;
- модели предметов;
- изображения;
- набор карточек (№);
- атрибуты к играм (маски и т.д.).

Согласно санитарным правилам и нормам «Требования для учреждений дошкольного образования» утвержденных постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 25.01 2013 г. №8:

20. Физкультурно-спортивное и игровое оборудование на территории учреждения дошкольного образования, спортивный инвентарь по конструкции, размерам, применяемым материалам должны соответствовать возрастным и психофизическим особенностям воспитанников, требованиям технических нормативных правовых актов, содержащих обязательные для исполнения требования.

Физкультурно-спортивное и игровое оборудование, спортивный инвентарь должны быть водостойкими и хорошо поддаваться очистке.

111. Игрушки, за исключением мягконабивных, перед использованием и по мере загрязнения, но не реже одного раза в день, должны мыться щеткой с применением моющих средств под теплой проточной водой в посудомоечных ваннах, затем высушиваться в буфетных или на столах. Кукольная одежда стирается по мере загрязнения, но не реже одного раза в неделю.

Игрушки для игры на улице в конце дня моются непосредственно на территории учреждения дошкольного образования с помощью поливочных шлангов.

В учреждении дошкольного образования должны быть емкости для дезинфекции игрушек в случае осложнения эпидемической ситуации.

**Использование в образовательном процессе
учебных наглядных пособий
для формирования представлений о здоровом образе жизни
у детей дошкольного возраста**

1. Использование в образовательном процессе
учебного наглядного пособия
«Твоя столица: стадионы и спортплощадки Минска»

Для ознакомления воспитанников с объектами архитектуры, предназначенными для активного отдыха, поддержания и сохранения здоровья необходимо использовать учебное наглядное пособие *«Твоя столица: стадионы и спортплощадки Минска»*.

Пособие включает развивающие игры для детей от 5 до 6 лет. Они направлены на развитие интереса к физической культуре; приобщение к занятиям физической культурой, расширение представлений о многообразии видов спорта; обогащение знаний о спортивных объектах Минска, о выдающихся белорусских спортсменах; приобщение к идеям олимпийского движения [1].

2. Использование в образовательном процессе
учебного наглядного пособия «Физкультурная мозаика»

Для формирования представлений о здоровом образе жизни у воспитанников 5-6 лет используется учебное наглядное пособие «Физкультурная мозаика»

Учебное наглядное пособие включает игры и игровые задания для детей 5-6 лет, направленные на совершенствование представлений детей старшего дошкольного возраста о здоровом образе жизни. Содержание игр обеспечивает реализацию задач образовательных областей «Физическая культура», «Ребенок и общество», раздела «Познание социума» учебной программы дошкольного образования

Учебное наглядное пособие «Физкультурная мозаика» содержит интересные познавательные игры и игровые задания для развития мышления, речи, внимания, памяти и воображения, а также для подготовки пятилетних детей к школе в соответствии с учебной программой дошкольного образования.

Пособие направлено на обогащение представлений воспитанников 5–6 лет о признаках здоровья, способах его сохранения и укрепления, о правилах пользования спортивным инвентарём, правилах безопасности при выполнении физических упражнений, правилах гигиены до и после физических упражнений.

Пособие предназначено для кратковременного (5–10 мин) использования на занятиях и в нерегламентированной деятельности

Воспитанники овладевают представлениями о различных средствах и способах двигательной деятельности, совершенствуют двигательные умения и навыки посредством специально организованных педагогом и самостоятельных видов двигательной деятельности.

Учебное наглядное пособие «Физкультурная мозаика» служит для уточнения, расширения и оценки уже имеющихся у воспитанников представлений о навыках здорового образа жизни, содействует дальнейшему развитию интереса к физической культуре, обогащает активный словарь детей названиями видов и способов движений, спортивных упражнений, игр.

Работа с пособием предполагает развивающее взаимодействие педагога и воспитанников. Педагог знакомит воспитанников с содержанием задания, беседует с ними, обсуждает результаты игровых действий [2].

3. Использование в образовательном процессе учебного наглядного пособия «В мире движений»

Учебное наглядное пособие «В мире движений» входит в серию развивающих игр «Мир детства», предназначенных для работы с детьми в учреждении дошкольного образования и дома.

Пособие включает развивающие игры, направленные на обогащение двигательного опыта, интеллектуальное развитие детей 3-5-го года жизни. («Узнай движение», «Физкультура на кубиках», «Четвертый лишний», «У всех своя зарядка», «Учимся плавать»). Эти игры формируют у воспитанников представление о разных вариантах физических упражнений, умение воспринимать и выполнять их.

Развивающие игры используются для организации кратковременной индивидуальной и групповой работы.

В работе с пособием ведущая роль принадлежит педагогу, он является организатором и активным участником игрового общения с воспитанниками. Педагог объясняет воспитанникам игровые правила, показывает пример выполнения игровых действий. Воспитателю дошкольного образования рекомендуется быть доброжелательным, поощрять инициативу играющих, от этого зависит, насколько успешно воспитанники будут выполнять игровые действия каждой отдельной игры, входящей в игровой комплект.

Учебное наглядное пособие «В мире движений» дает педагогу возможность руководить интеллектуальным развитием детей 3-5 лет посредством включения мыслительных операций во все виды игровых действий, выполняемых в дидактической игре. Воспитанники находят сходства и различия движений, изображенных на карточках, классифицирует их по всем видам. Побуждая подробно объяснять изображение на картинке, педагог развивает у воспитанников способность делать обобщения и умозаключения, необходимые для формирования представлений о здоровом образе жизни [4].

**Методы и приемы
по формированию у детей дошкольного возраста
основ здорового образа жизни, первичных представлений о здоровье,
способах его сохранения и укрепления**

Методы и приемы	- словесные,	<ul style="list-style-type: none"> –познавательное сообщение педагога; –рассказ педагога из личного опыта –рассказ ребенка из личного опыта –беседа с воспитанниками; –познавательные вопросы детей; –чтение литературных произведений; –разучивание стихотворений; –устная инструкция по выполнению задания; –устный анализ работ воспитанников; –вопросы; –сравнение; –пояснения, объяснения.
	- наглядные;	<ul style="list-style-type: none"> –показ картин, предметов, игрушек; –показ образца; –показ способа действия –показ натуральных предметов; –рассматривание коллекций, макетов, моделей, объектов; –обследование.
	репродуктивные практические;	<ul style="list-style-type: none"> –упражнения; –элементарные опыты; –выполнение определенного предмета, изображения: <ul style="list-style-type: none"> а) поэтапно, с устной инструкцией педагога; б) с использованием модели процесса; в) по памяти, схеме; –моделирование знакомого сюжетно-игрового комплекса –моделирование различных ситуаций
	игровые.	<ul style="list-style-type: none"> –создание игровой проблемной ситуации; –внезапное появление объекта; –сюжетно-ролевая игра; –дидактическая игра; –игра-драматизация; –подвижная игра; –игры-тренинги; –эпизодические игровые приемы (загадки, упражнения-имитации, игровые действия); –инсценировки; –элементы соревнования; –имитация голоса, движения

Для формирования представлений о здоровом образе жизни эффективными являются группы словесных и наглядных методов и приемов.

Для формирования умений, эффективными являются практические, в том числе и игровые методы и приемы. Наибольшее предпочтение надо отдать таким приемам как упражнения, моделирование различных ситуаций, игры-тренинги.

Планирование форм образовательного процесса по формированию у детей дошкольного возраста основ здорового образа жизни, первичных представлений о здоровье, способах его сохранения и укрепления

Воспитателям дошкольного образования, необходимо обеспечить познавательную (формирование представлений) и деятельностную (формирование умений) направленность образовательного процесса.

Значительная часть мероприятий планируется в раздел «Нерегламентированная деятельность воспитанников», подразделы:

- 1) познавательная практическая деятельность
- 2) общение
- 3) игровая деятельность
- 4) художественная деятельность
- 5) элементарная трудовая деятельность.

Планирование мероприятий по формированию здорового образа жизни необходимо осуществлять согласно циклограмме, обеспечивая необходимую направленность. Именно благодаря циклограмме нерегламентированной деятельности воспитанников возможно органичное сочетание **форм образовательного процесса**.

Планирование должно быть подчинено определенному алгоритму.

На 1 этапе происходит формирование первоначальных представлений о здоровом образе жизни.

Основой для формирования первоначальных представлений о здоровом образе жизни, должна стать *познавательная практическая деятельность*. Приступить к формированию тех или иных представлений у воспитанников необходимо, используя сочетание форм образовательного процесса: ***познавательное сообщение педагога, рассматривание изображений***. Так происходит объединение двух групп методов: словесных и наглядных, что является залогом дальнейшей успешной образовательной деятельности.

В период накопления представлений у воспитанников педагог может планировать такие формы образовательного процесса как ***рассматривание иллюстраций, фотографий, семейных альбомов, коллекций, макетов, осуществляет просмотр видеоматериалов***.

После использования вышеперечисленных форм, воспитанникам предлагается ***моделирование*** (режимные процессы, последовательность: выполнений физических упражнений во время зарядки, действий во время чистки зубов, одевания на прогулку и так далее). Сначала планируется рассматривание и обсуждение с воспитанниками готовых моделей, затем планируется составление моделей процессов.

На 2 этапе происходит анализ педагогом формирования представлений у воспитанников, уточнение представлений.

Анализ формирования представлений у воспитанников, педагог проводит в ходе организации форм образовательного процесса в разделе

«Общение». Это такие формы, как *беседа, рассказ воспитателя, детей из опыта, коммуникационные ситуации («телефонный разговор») встречи с интересными людьми*. Педагог на этом этапе посредством вопросов к воспитанникам, может выявить, как происходит формирование представлений, продолжает знакомить детей дошкольного возраста с определенными деталями, расширяя и углубляя представления, показывает воспитанникам свое личное отношение.

Для закрепления представлений используются формы «Художественной деятельности», такие как *чтение литературных произведений, рисование, конструирование* и другие.

В ходе 3 этапа происходит закрепление представлений у воспитанников, формирование умений.

Полученные представления воспитанники стремятся выразить в деятельности. Педагог организует для этого разнообразные виды деятельности, такие, как *игровая, художественная, трудовая*.

Входить в игровую деятельность требуется последовательно, предлагая воспитанникам сначала *дидактические упражнения и дидактические игры*, которые являются наиболее эффективной формой закрепления представлений.

Только после освоения этих видов игровой деятельности можно перейти к формированию умений в *сюжетно-отобразительной или сюжетно-ролевой игре*. Однако в *сюжетно-ролевой игре воспитанники могут лишь опосредовано совершенствовать* представления о здоровом образе жизни, формировать умения.

Для формирования умений наиболее эффективными формами образовательного процесса являются *игры-тренинги*. В период формирования умений у воспитанников в разделе «познавательная практическая деятельность» целесообразно планировать такие формы как *упражнения, моделирование различных ситуаций*.

2.Рекомендуется планировать мероприятия в раздел «Специально организованные виды деятельности игры-занятия» по образовательной области «Физическая культура», «Ребенок и общество».

В занятия по образовательным областям: «Ребенок и природа», «Развитие речи и культура речевого общения», «Искусство» можно интегрировать содержание разделов «Самопознание», «Здоровье и личная гигиена», «Культура питания», «Безопасность жизнедеятельности», «Взаимодействие со сверстниками и взрослыми», «Адаптивное социальное поведение», «Познание социума», образовательной области «Ребенок и общество».

3.Отдельные мероприятия по формированию у детей дошкольного возраста основ здорового образа жизни, первичных представлений о здоровье, способах его сохранения и укрепления планируются в разделы: «Виды детской деятельности на первой прогулке», «Виды детской деятельности на второй прогулке».

Отношение детей дошкольного возраста к своему здоровью на разных возрастных этапах

Отношение ребенка к своему здоровью является фундаментом, на котором можно будет выстроить здание потребности в здоровом образе жизни. Оно зарождается и развивается в процессе осознания ребенком себя как человека и личности. Отношение ребенка к здоровью напрямую зависит от сформированности в его сознании *этого понятия*.

Дети младшего дошкольного возраста понимают, что такое болезнь, но дать самую элементарную характеристику здоровью еще не могут. Вследствие этого никакого отношения к нему у маленьких детей практически не складывается.

В среднем дошкольном возрасте у детей формируется представление о здоровье как «не болезни». Они рассказывают о том, как болели, у них проявляется негативное отношение к болезни на основании своего опыта. Но что, значит, быть здоровым и чувствовать себя здоровым, они объяснить еще не могут. Отсюда и отношение к здоровью, как к чему-то абстрактному. В их понимании быть здоровым — значит не болеть. На вопрос, что нужно делать, чтобы не болеть, многие дети отвечают, нужно не простужаться, не есть на улице мороженого, не мочить ноги и т.д. Из этих ответов следует, что в среднем дошкольном возрасте дети начинают осознавать угрозы здоровью со стороны внешней среды (холодно, дождь, сквозняк), а также своих собственных действиях (есть мороженое, мочить ноги и т.д.).

В старшем дошкольном возрасте благодаря возрастанию опыта личности отношение к здоровью существенно меняется. Но наблюдается смешение понятий «здоровый», как большой, хороший (вот здорово!) и «здоровый», как не больной, дети по-прежнему соотносят здоровье с болезнью, но более отчетливо определяют угрозы здоровью как от своих собственных действия («нельзя есть грязные фрукты», «нельзя брать еду грязными руками» и пр.), так и от внешней среды.

При определенной воспитательной работе дети соотносят понятие «здоровье» с выполнением правил гигиены.

Они начинают соотносить занятия физкультурой с укреплением здоровья и в его определении (как, собственно, и взрослые) на первое место ставят физическую составляющую. В этом возрасте дети (хотя еще интуитивно) начинают выделять и психическую, и социальную компоненты здоровья («там все так кричали, ругались, и у меня голова заболела»). Но, несмотря на имеющиеся представления о здоровье и способах его сохранения, в целом отношение к нему у детей старшего дошкольного возраста остается достаточно пассивным. Причины такого отношения кроются в недостатке у детей необходимых знаний о нем, а также не осознании опасностей не здорового поведения человека для сохранения здоровья.

Нездоровое поведение в ряде случаев приносит удовольствие (как приятно съесть холодное мороженое, выпить целую бутылку охлажденного

лимонада, пробежать по луже, поваляться подольше в постели и т.п.), а долговременные негативные последствия таких поступков кажутся ребенку далекими и маловероятными.

Значительная часть самоохранительного поведения детей старшего дошкольного возраста определяется их представлениями о здоровье. При целенаправленном воспитании, обучении, закреплении в повседневной жизни правил гигиены, соответствующей мотивации занятий физкультурой отношение детей к своему здоровью существенно меняется. Сформированность отношения к здоровью как к величайшей ценности в жизни (на доступном пониманию детей уровне) становится основой формирования у детей потребности в здоровом образе жизни.

В свою очередь, наличие этой потребности помогает решить важнейшую психологическую и социальную задачу становление у ребенка позиции созидателя в отношении своего здоровья и здоровья окружающих[13].

Самооценка здоровья воспитанниками:

- знание правил гигиены и ухода за своим телом;
- знание наиболее опасных факторов риска для здоровья и жизни;
- знание о том, как устроен человек, какие органы нуждаются в особой защите;
- знание о своем физическом развитии, уровне физической подготовленности [13].

Взаимодействие с семьями воспитанников по формированию у детей дошкольного возраста основ здорового образа жизни, первичных представлений о здоровье, способах его сохранения и укрепления

Личностно ориентированное взаимодействие с семьями воспитанников, направленное на установление партнерских отношений на основе конструктивного диалога, является одной из приоритетных задач учреждений дошкольного образования. Важным условием ее реализации является использование эффективных форм взаимодействия с родителями, обеспечивающих продуктивность общения всех участников образовательного процесса [3].

В учреждении дошкольного образования систематически должна проводиться работа с родителями, для этого рекомендуется использовать разнообразные формы взаимодействия.

Коллективные формы

1. Родительские собрания в группе («Здоровье ребенка в наших руках»), будут способствовать развитию у родителей активной педагогической позиции, приобщат родителей к участию в жизни учреждения дошкольного образования.

2. Участие родителей в мероприятиях учреждения дошкольного образования «День здоровья», «День открытых дверей», физкультурных праздниках и досугах, музыкальных развлечениях будут способствовать сотрудничеству, эмоциональному, психологическому сближению родителей и детей.

3. «Круглый стол» с привлечением специалистов учреждения дошкольного образования и медицинских работников, дает возможность родителям задать вопросы и услышать мнение узких специалистов.

Наглядно-информационные формы

Уголки для родителей во всех возрастных группах содержащие информацию о формировании представлений о здоровом образе жизни, позволят родителям, самостоятельно познакомиться с методами и приемами организации двигательной деятельности детей, закаливания в домашних условиях, рационального питания. Для родителей будут полезны консультации: «Чтоб здоровье сохранить, научись его ценить», «Закаливание детей дошкольного возраста», «Рыбные блюда в рационе питания детей дошкольного возраста» и др.

Индивидуальные формы

1. Индивидуальные беседы позволят оказать семье педагогическую помощь с учетом социальной направленности семьи, уровня ее педагогической культуры, своеобразия ситуации воспитания, сложившейся в данной семье, и индивидуальных задач воспитания личности ребенка [3].

2. Анкетирование («Активный отдых в семье», «Условия здорового образа жизни в семье») поможет педагогам проанализировать мнение родителей по вопросам воспитания у детей основ здорового образа жизни,

оценить методы и приемы семейного воспитания, сделать выводы и планировать необходимые формы работы с родителями.

3. Выпуск семейных газет («Путь к здоровью»), позволит родителям делиться опытом семейного воспитания.

Информационно-коммуникативные формы

Со страниц сайта учреждения дошкольного образования родители могут получить сведения об основных направлениях деятельности педагогов по обеспечению безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста. Сайт учреждения дошкольного образования – это источник информации учебного, методического характера.

На сайте может быть размещена информация партнеров – учреждения «Гомельский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья». Тематика информации разнообразна: «Всемирный день гигиены рук», «Как сохранить мир в семье», «Дышите правильно», «Беларусь против табака», «О важности закаливания организма», «Вкусная еда – хорошее настроение», «О проведении радиологического контроля за дикорастущей продукцией и продуктов питания», «Профилактика болезней системы кровообращения», «Цветотерапия».

Источники

1.	Горелова, Л.А. Твоя столица: стадионы и спортплощадки Минска: учеб. нагляд. пособие для педагогов учреждений дошк. образования / Л.А. Горелова. – Минск: Нар. асвета, 2011. – 24 с.: 26 с. ил. – (Страницы родной земли).
2.	Использование в образовательном процессе учебного наглядного пособия «Физкультурная мозаика» http://www.loshnicayaslisad.by/%D0%BD%D0%BE%D0%B2_%D1%81%D1%82%D1%80_107.htm (дата обращения: 11.11.2017)
3.	Инструктивно-методическое письмо Министерства образования Республики Беларусь к 2015/2016 учебному году. Учреждения дошкольного образования. Приоритетные направления деятельности учреждений системы дошкольного образования. www.adu.by/wp-content/uploads/2015/06/imp-doshkola-15-16-2.doc (дата обращения: 11.11.2017)
4.	Использование в работе учебного наглядного пособия «В мире движений» http://www.ds9.by/index.php/2015-03-23-11-10-04/74-2016-04-21-11-03-04 (дата обращения: 11.11.2017)
5.	Кодекс Республики Беларусь об образовании — Мозырь : Белый Ветер, 2011. - 379, [1] с.
6.	Личная гигиена https://ru.wikipedia.org/wiki (дата обращения: 11.11.2017)
7.	Организация предметно-игровой развивающей среды в современном дошкольном учреждении: Методические рекомендации / Автор-составитель С.Г. Толкачёва. - Гомель: УО «ГГОИПК», 2006.-40 с.
8.	Петленко В.И., Петленко, В. П. Этюды валеологии. Здоровье как человеческая ценность / В. П. Петленко, Д. Н. Давиденко. — СПб., 1998.—с.7-103
9.	Постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 25.01.2013 г. № 8 «Об утверждении Санитарных норм и правил «Требования для учреждений дошкольного образования» и признании утратившими силу некоторых постановлений Министерства здравоохранения Республики Беларусь и их отдельных структурных элементов»
10.	Постановление Министерства образования Республики Беларусь 14 июля 2014 г. № 105 «Об установлении перечней и норм обеспечения спортивным инвентарем и оборудованием, необходимыми для организации физического воспитания обучающихся»
11.	–Постановление Министерства образования Республики Беларусь от 24 сентября 2007 г. № 50 «Об утверждении перечней оборудования для учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования
12.	Работаем по программе «Пралеска»: пособие для педагогов и руководителей учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования / Е. А. Панько [и др.] – Минск: НИО; Аверсэв, 2007.
13.	Система работы с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни http://xn--i1abbnckbmcl9fb.xn--p1ai/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/618041/ (дата обращения: 11.11.2017)
14.	Учебная программа дошкольного образования. – Минск: НИО, 2012. – 415 с. (стр.334)
15.	Шебеко, В.Н. В мире движений: учеб. нагляд. пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования, родителей / В.Н. Шебеко. - Мн.: Выш. шк., 2005. - 14 с. - (Серия «Мир детства»).
16.	Шишкина, В.А. Физкультурная мозаика: учеб. нагляд. пособие для педагогов учреждений, обеспеч. получение дошк. образования / В.А. Шишкина. – Минск: Нац. ин-т образования, 2010. – 56 с.: ил.