

**Система
физкультурно – оздоровительной
работы с детьми.**

Система физкультурно - оздоровительных мероприятий

ЗАДАЧИ	МЕРОПРИЯТИЯ	ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ
<p>Создание образовательной среды благоприятно воздействующей на здоровье детей и взрослых.</p> <p>Создание системы физкультурно – оздоровительной работы.</p> <p>Определение содержания педагогического процесса в МДОУ, обеспечивающего физическое развитие и здоровье детей.</p> <p>Определение эффективности форм подготовки педагогов к работе по здоровьесберегающим технологиям.</p> <p>Создать программно – методическое обеспечение педагогического процесса в МДОУ, соответствующее личностно – ориентированным требованиям дидактики.</p>	<p><u>Организационно – методическая деятельность по укреплению здоровья детей.</u></p> <p>1. Развитие и пополнение материальной базы для проведения физкультурно – оздоровительной работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Оснащение спортивной площадки, прогулочных площадок, организация в групповых комнатах уголков для развития самостоятельной двигательной активности детей, оснащение инвентарём физкультурных занятий, а именно приобрести велосипеды, самокаты, теннисный набор, оборудование для баскетбольных и футбольных игр, клюшки, санки, мячи разных размеров, скакалки, тренажёры, кольцебросы, массажные коврики для коррекции стопы, маты, батуты, флажки, султанчики, ленты для ОРУ; -подбор мебели согласно возрастным показателям; -проведение физкультурных занятий по группам в соответствии с группой здоровья; -создание экологически благоприятных условий в групповых помещениях для игр и НОД детей: соблюдение санитарно – гигиенических требований , сквозное проветривание по графику, поддержка температурного режима в групповых комнатах и спальнях; <p>2. Провести семинар – практикум в 2012-2013 году на тему «Здоровьесберегающие технологии в детском саду»;</p> <p>3. Соблюдать правила техники безопасности и охраны труда участниками образовательного процесса в соответствии с нормативными документами;</p> <ul style="list-style-type: none"> -проводить мероприятия с детьми по профилактике травматизма и сохранности жизни и здоровья воспитанников: -изучение правил дорожного движения; - изучение правил пожарной безопасности; - изучение правил «Один дома»; - изучение правил поведения в общественных местах, как вести себя с незнакомыми людьми. <p>4. Соблюдать правила санитарно – гигиенических требований к содержанию и организации режима дня в МДОУ в соответствии с нормами СанПиН</p>	<p>Образовательная среда, формирующая здоровую личность.</p>

<p>Способность развитию личности детей через создание коррекционно – развивающей среды.</p>	<p><u>Коррекционно – развивающая среда</u></p> <p>1. Развитие и коррекция познавательных процессов в НОД и режимных моментах, основываясь на результаты мониторинга.</p> <p>2. Разработка и использование дидактических материалов на развитие памяти, внимания, мышления, эмоционально – волевой сферы.</p>	<p>Приближение к норме всех психических процессов: внимания, памяти, мышления, речи, эмоционально – волевой сферы.</p>
<p>Укрепление здоровья воспитанников, содействие гармоничности физического развития.</p> <p>Создание оздоровительного микроклимата, стимулирующего двигательную активность ребёнка.</p> <p>Развитие интереса к детскому спорту.</p> <p>Формирование элементарных знаний о своём организме, о роли физических упражнений.</p>	<p><u>Физкультурно – оздоровительная работа</u></p> <p>1.Общеукрепляющие и закаливающие мероприятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> -ежедневные оздоровительные прогулки; -умывание прохладной водой, полоскание рта после еды; -воздушные ванны и ходьба босиком по ребристым дорожкам до и после сна. 	<p>Физически развитая личность, сознательно использующая знания о здоровом образе жизни, увлеченная спортом.</p>
<p>Формирование социального здоровья детей.</p> <p>Обеспечение взаимосвязи физического, духовного, нравственного, эстетического развития.</p> <p>Формирование повышенной самооценки.</p>	<p><u>Работа по адаптации и интеграции детей в социуме</u></p> <p>1.Организация безболезненной адаптации к детскому саду.</p> <p>2.Оказание индивидуальной психолого – педагогической поддержки детям в решении их проблем.</p> <p>3.Обучение детей правилам культурного поведения и навыкам самообслуживания</p> <p>4.Создание здорового микроклимата в детском коллективе.</p> <p>5. выявление личностных особенностей каждого ребёнка.</p> <p>6. Развитие личностной сферы ребёнка, положительных свойств психики, положительного самоощущения.</p>	<p>Социально адаптированная здоровая личность ребёнка.</p>

СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ДОУ

Мероприятия	Возрастные группы	Периодичность	Кто проводит
Обследование			
1. Обследование уровня физического развития, физической подготовленности детей	Дошкольные группы	2 раза в год	Медицинская сестра Инструктор по физической культуре, медицинская сестра
2. Диспансеризация	Старшая группа Подготовительная к школе группа	1 раз в год	Участковый педиатр
Двигательная деятельность			
1. Утренняя гимнастика	Все	Ежедневно	Воспитатели групп
2. Физкультурные занятия: - в зале - на воздухе	Все	3 раза в неделю	Воспитатели групп Инструктор по физической культуре, медицинская сестра
3. Гимнастика после дневного сна	Все	Ежедневно	Воспитатели групп
4. Подвижные игры на прогулке, закрепление О.В.Д.	Все	2 раза в день	Воспитатели групп
5. Спортивные праздники	Дошкольные группы	2 раза в год	Инструктор по физической культуре, медицинская сестра Музыкальный руководитель Воспитатели групп
6. День здоровья	Все	2 раза в год	
7. Каникулы	Все	Зимние	Воспитатели групп Музыкальный руководитель
8. Спортивные развлечения	Все	1 раз в месяц	
9. музыкальные развлечения	Все	1 раз в месяц	
Лечебно-профилактические мероприятия			
1. Витаминотерапия	Все	В течении года	Медицинская сестра
2. Профилактика гриппа и ОРВИ	Все	В неблагоприятные периоды: весной и осенью; инфекция в группе; Эпидемия	Медицинская сестра
3. Физиотерапевтические процедуры: кварцевание групповых комнат	Все	По графику	Медицинская сестра

Создание условий для двигательной активности	Система двигательной активности, система психологической помощи	Система закаливания		Организация рационального питания	Профилактические и реабилитационные мероприятия по плану участкового педиатра	Диагностика уровня физического развития состояния здоровья физической подготовленности психоэмоционального состояния
		В повседневной жизни	Специально организованная			
<p>-Гибкий режим пребывания детей в ДОУ;</p> <p>-занятия по подгруппам;</p> <p>-создание условий для двигательной активности детей: наличие спортивного инвентаря, оборудование спортивного зала и спортивной площадки на участке учреждения, спортивных уголков в групповых комнатах;</p> <p>-индивидуальный режим пробуждения после дневного сна;</p> <p>-проведение профилактической работы (витаминация, использование облучателей)</p> <p>-обеспечение сотрудничества бригады «педагог-ребенок-семья»</p> <p>-постоянное повышение квалификации инструктора по физической культуре</p>	<p>-утренняя гимнастика; -прием детей на улице;</p> <p>-физкультурные занятия в спортивном зале и на свежем воздухе;</p> <p>-двигательная активность на прогулке;</p> <p>-физ. минутки на занятиях; -гимнастика после сна;</p> <p>-спортивные праздники и развлечения;</p> <p>-ритмическая гимнастика на занятиях;</p> <p>-самостоятельная двигательная деятельность;</p> <p>-психогимнастика;</p> <p>-аутотренинг;</p> <p>-коррекционная двигательная деятельность на физкультурных занятиях.</p>	<p>-прием детей на воздухе, соответственно температурному режиму;</p> <p>-утренняя гимнастика в спортивном зале и на свежем воздухе (летнее время);</p> <p>-облегченная форма одежды во время физ. занятий;</p> <p>-ходьба в носочках на физ. занятиях;</p> <p>-сон с доступом воздуха +17 - +19;</p> <p>-прогулки;</p> <p>-обширное умывание.</p>	<p>-полоскание горла отварами трав</p>	<p>-введение овощей и фруктов в обед и полдник;</p> <p>-замена продуктов для детей аллергиков;</p> <p>-питьевой режим.</p>	<p>-осмотр детей специалистами</p>	<p>-обследование логопедом;</p> <p>-диагностика уровня физического развития</p> <p>-диагностика физической подготовленности;</p> <p>-обследование психоэмоционального состояния детей.</p>

Двигательный режим МБДОУ д/с «Малыш»

Формы работы	Время проведения	1 младшая группа	2 младшая группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Занятия по физической культуре	3 раза в неделю	10x3=30	15x3=45	20-25x3=60, 75	25,30x9=225,270
Утренняя гимнастика	Утром перед завтраком ежедневно	5x5=25	6x5=30	8x5=40	10x5=50
Музыкальные занятия	2 раза в неделю	10x2=20	15x2=30	2x20,25=40,50	2x30=60
Физкультминутки	Во время каждого занятия	2x5=10	2x5=10	3x8=24	3x9=27
Подвижные игры на прогулке	Ежедневно: 1 прогулка – высокой подвижности; 2 прогулка-средней и малой подвижности.	5,15x10=50,150	5-15x10=50,150	6-12x10=60,120	7,14 x 10 = 70,140
Основные виды движений на прогулке	Ежедневно утром и вечером.	8x10=80	8x10=80	12x10=120	15 x 10 = 150
Побудка	Ежедневно	4x5=20	4x5=20	6x5=30	6x5 =30
Индивидуальная работа по ОВД	Ежедневно утром и вечером	5x10=50	4x10=40	8x10=80	10x 10 =100
Физкультурный досуг	Один раз в месяц	-----	15-20 мин.	25- 30 мин.	40 мин.
Спортивный праздник	2 раза в год	-----	-----	40-50 мин.	50 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно на прогулке утром и вечером	20,30x10=200, 300	20-30x10=200,300	40-50 мин.x10=400,500	40-50 x10 = 400,500
ИТОГО		7 час26 мин.-11 час.41 мин	7 час. 92 мин; 11час,15 мин.	14 час. 23 мин.; 15 час.48 мин.	18час. 53 мин.-22 час. 12мин.

Примечание: Время проведения физкультурных досугов и праздников в «итого» не учитывается.