Система физкультурно-оздоровительной работы

Цель

Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи

Создать в ДОУ условия для обеспечения психического и физического благополучия каждого ребенка.

Обеспечить оптимальное освоение детьми комплекса движений и физических упражнений, необходимых для нормального физического развития.

Воспитывать интерес и желание участвовать в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, учить пользоваться физкультурным оборудованием вне занятий.

Оздоровительные задачи направлены на охрану жизни и укрепление здоровья детей, повышение сопротивляемости к заболеваниям, неблагоприятным воздействиям внешней среды и работоспособности организма.

Воспитывать у детей осмысленное отношение к здоровью как важной жизненной ценности: развивать валеологическую культуру ребенка, основы валеологического сознания.

Организовать систематическую неспецифическую профилактику проблем здоровья детей, начиная с момента их поступления в ДОУ.

Осуществлять комплекс закаливающих процедур.

Реализовать индивидуально-дифференцированный подход к детям в системе физкультурно-оздоровительной работы.

Оптимизировать работу с семьей по проблеме физического развития и оздоровления детей.

Принципы физкультурно-оздоровительной работы

Название принципа	Характеристика
Принцип активности и сознательности	Участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
Принцип научности	Подкрепление проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками.
Принцип комплексности и интегративности	Решение оздоровительных задач в системе всего учебно - воспитательного процесса и всех видов деятельности.
Принцип результативности и преемственности	Поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.
Принцип результативности и гарантированности	реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительных результатов независимо от возраста и уровня физического развития.
Принцип оздоровительной направленности	Согласно которому воспитатель несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, обеспечивает рациональный общий и двигательный режим, создает оптимальные условия для чередования двигательной и познавательной активности детей, продуктивных видов деятельности.

Принцип разностороннего и гармоничного развития личности,	Выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания. Единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
Принцип индивидуализации	Позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения организованной деятельности, учитывая индивидуальные особенности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений.

Основные направления физкультурно-оздоровительной работы

1. Создание условий

- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ
- обеспечение благоприятного течения адаптации
- выполнение санитарно-гигиенического режима

2. Организационно-методическое и педагогическое направление

- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
- систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров
- составление планов оздоровления
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

3. Физкультурно-оздоровительное направление

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
- коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом здоровье

4. Профилактическое направление

- проведение обследований по скрининг - программе и выявление патологий
- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний
- предупреждение острых заболеваний методами неспецифической профилактики
- противорецидивное лечение хронических заболеваний
- дегельминтизация
- оказание скорой помощи при неотложных состояниях.

Система физкультурно-оздоровительной работы в МБДОУ № 107

Блоки	Содержание
Создание условий для двигательной активности	Оснащение (спортинвентарем, оборудованием, наличием спортзала, спортплощадки, спортивных уголков в группах). Гибкий режим дня и оптимальная организация режимных моментов: Утренняя гимнастика; Прием детей на улице в теплое время года; физкультурные занятия; двигательная активность на прогулке;

	физкультура на улице; подвижные игры; физкульминутки на занятиях; гимнастика после дневного сна. Формирование и развитие у детей дошкольного возраста стойкой мотивации (далее – потребности) к занятиям физическими упражнениями.
Система двигательной деятельности и система психологической поддержки	Утренняя гимнастика; Прием детей на улице в теплое время года; Физкультурная НОД; Подвижные игры; Музыкальные занятия; Двигательная активность на прогулке; Динамические паузы ; Гимнастика после дневного сна; Физкультурные досуги, забавы, игры; Игры, хороводы, игровые упражнения.
Система закаливания: в повседневной жизни Специально-организованная	Утренний прием на свежем воздухе в теплое время года; Утренняя гимнастика (разные формы: ритмика, ОРУ, игры); облегченная форма одежды; Ходьба босиком в спальне до и после сна; Сон с доступом воздуха (+19*С…+17*С); Контрастные воздушные ванны; Солнечные ванны (в летнее время); Обширное умывание. Кислородные коктейли; Полоскание рта.
Организация рационального питания	Организация второго завтрака (соки, фрукты); введение овощей и фруктов в обед и полдник; Строгое выполнение натуральных норм питания; Соблюдение питьевого режима; Гигиена приема пищи; Индивидуальный подход к детям во время приема пищи; Правильность расстановки мебели.
Диагностика уровня физического развития, состояния здоровья, физической подготовленности, психоэмоционального состояния	Диагностика физического развития; Диспансеризация детей детской поликлиникой; Диагностика физической подготовленности и формирования представлений об основах здорового образа жизни, а также элементах самоконтроля за состоянием своего здоровья окружающих; Обследование логопедом.
Взаимодействие МБДОУ и семьи по оптимизации физкультурно-оздоровительной работы	Формы сотрудничества с семьей: анкетирование; наглядная агитация по вопросам физического воспитания; консультации и беседы (групповые, подгрупповые и индивидуальные); организация совместного активного отдыха; открытые занятия; день открытых дверей; родительские собрания (групповые и общие); оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной деятельности детей в семье.

Модель двигательного режима МБДОУ № 107

Формы организации	Особенности организации
Утренняя гимнастика	Ежедневно на открытом воздухе или в зале, длительность- 10- 12 минут
Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	Ежедневно в течение 7- 8 минут
Динамические паузы во время НОД	Ежедневно, в зависимости от вида и содержания занятий
Подвижные игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно с учетом уровней двигательной активности (ДА) детей, длительность 12-15 минут.
Индивидуальная работа по развитию движений на прогулке	Ежедневно во время прогулки, длительность- 12- 15 мин
Прогулки - походы в лес или парк	1- 3 раза в квартал, во время, отведенное для физкультурного занятия, организованных игр и упражнений
Оздоровительный бег	2 раза в неделю, подгруппами по 5- 7 человек во время утренней прогулки, длительность - 3-7 мин.
Гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей, длительность - не более 10 мин.
НОД по физической культуре	3 раза в неделю (в старшем возрасте одно на воздухе). Длительность- 15- 30 минут
Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно, под руководством воспитателя, продолжительность зависит от индивидуальных особенностей
Физкультурно- спортивные праздники	2-3 раза в год (последняя неделя квартала)
Неделя здоровья	1-2 раза в месяц на воздухе совместно со сверстниками одной - двух групп
Физкультурный досуг	2- 3 раза в год , внутри детского сада или совместно со сверстниками соседнего учреждения
Физкультурно- спортивные праздники	1- 2 раза в год на воздухе или в зале, длительность- не более 30 мин.
Игры- соревнования между возрастными группами или со школьниками начальных классов	1 раз в год в спортивном клубе или в школе микрорайона, длительность - не более 30 мин
Спартакиады вне детского сада	Участвуют дети с высоким уровнем физической подготовленности
Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи	По желанию родителей и детей не более 2 раза в неделю, длительность 25- 30 мин
Физкультурные образовательная деятельность детей совместно с родителями в дошкольном учреждении	Определяется воспитателем по обоюдному желанию родителей, воспитателей и детей
Участие родителей в физкультурно-оздоровительных, массовых мероприятиях детского сада	Во время подготовки и проведения физкультурных досугов, праздников, недели здоровья, туристических походов, посещения открытых занятий