

Система физкультурно-оздоровительных мероприятий в ДОУ.

Цель: совершенствовать систему физкультурно-оздоровительных мероприятий, направленных на снижение заболеваемости детей раннего возраста.

Основные направления работы:

- Распределение материала занятий, двигательной нагрузки, профилактику заболеваний, диагностики развития и воспитания.
- Изменение модели взаимодействия педагога и ребёнка с учебно-дисциплинарной на личностно-ориентированную.
- Взаимосвязь всех специалистов ДОУ в решении задач.
- Активное приобщение родителей к проведению физкультурно-оздоровительной работы.

Участники работы и их основные обязанности

<p>Старшая медсестра</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Профилактические прививки (по показаниям педиатра). 2. Лечебно-оздоровительная: кварцевание. 3. Медико-педагогический контроль за соблюдением санэпидрежима, режима питания, за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий. 4. Антропометрия и диагностика физического развития детей. 5. Работа с группой ДЧБ. 5. Анализ состояния здоровья (поквартально, за год: учебный, календарный).
<p>Воспитатели Инструктор по физкультуре</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Диагностика. 2. Соблюдение санэпидрежима, требований СанПиН. 3. Ионизация группового помещения. 4. Соблюдение двигательного режима в течение дня, режим прогулок. 5. Контроль за позой ребёнка при сидении за столом, на ковре. 6. Соблюдение чередования деятельности детей (сидят, стоят). 7. Включение в утреннюю гимнастику комплексов кинезиологических упражнений, гимнастики на речевой основе, логоритмике. 8. Систематическое проведение комплексов дыхательных упражнений на утренней гимнастике, прогулке, занятиях, между занятиями, на закаливании после сна, после подвижных игр, основных видов движений, бега, прыжков. 9. Систематическое проведение закаливающих процедур. 10. Проведение артикуляционной гимнастики. 11. Ежедневная пальчиковая гимнастика. 12. Контроль за правильным дыханием во время выполнения физических упражнений (бег, прыжки, п/и, танцы, ритмические движения). 13. Контроль за правильным речевым дыханием во время заучивания и рассказывания стихотворений, речевых упражнений, речи в повседневной жизни. 14. Контроль за дыханием во время пения. 15. Работа с детьми над культурно-гигиеническими навыками (чистка носа). 16. Проведение бесед о здоровом образе жизни.

Музыкальный руководитель	<ol style="list-style-type: none"> 1. Диагностика певческих навыков. 2. Соблюдение санэпидрежима (режимы температурный, проветривания, влажной уборки). 3. Ионизация помещения. 4. Соблюдение требований СанПиН по проведению музыкальных мероприятий (время, нагрузка, чередование видов деятельности). 5. Контроль за соблюдением правильной позы во время пения. 6. Обязательное включение дыхательных упражнений перед пением, между песнями с разным темпом исполнения, после музыкально-ритмических упражнений и музыкальных подвижных игр. 7. Контроль за правильным дыханием детей во время пения, танцев, музыкально-подвижных игр. 8. Использование артикуляционной и пальчиковой гимнастики, кинезиологических упражнений, пальчикового театра. 9. Проведение музыкально-тематических занятий.
Учитель-логопед	<ol style="list-style-type: none"> 1. Диагностика речи и речевого дыхания. 2. Использование комплексов дыхательных упражнений, артикуляционной, пальчиковой гимнастик, звукодвигательных игр, упражнений по кинезиологии. 3. Контроль за речевым дыханием детей во время рассказывания стихотворений, рассказов, монологов, позой ребёнка во время сидения.
Младший воспитатель	<ol style="list-style-type: none"> 1. Соблюдение режима проветривания, температурного и питьевого режима, влажной уборки и мытья групповых помещений. 2. Совместно с воспитателем работа над культурно-гигиеническими навыками.

План работы

Содержание	Дата	Ответственный
<i>Аналитико-диагностическая работа</i>		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Комплексная диагностика физических качеств и физического развития. 2. Диагностика психо-физиологических особенностей. 3. Проведение мониторинга: <ul style="list-style-type: none"> - физических, медицинских и речевых показателей дыхания; - группы ДЧБ; - нормативных документов, обеспечивающих коррекционно-оздоровительную работу. 4. Антропометрия. 5. Диагностика знаний и умений культурно-гигиенических навыков. 6. Анализ заболеваемости за календарный год с выработкой рекомендаций. 7. Анализ заболеваемости за учебный год. 8. Оценка физического состояния здоровья вновь прибывших детей. 	Сентябрь, Май	Воспитатели Инструктор ФИЗО Учитель-логопед Медсестра Ст.воспитатель

Организационно-педагогическая работа		
1. Семинар «Пути оптимизации здоровья детей» <i>Цели:</i> проанализировать результаты комплексной диагностики по физическому развитию, результаты мониторинга, анкетирование родителей; повышать профессиональный уровень педагогов в системе технологий, направленных на снижение заболеваний.	2-я неделя октября	Воспитатели Инструктор ФИЗО Учитель-логопед Медсестра Ст.воспитатель
2. Заполнение «Паспорта здоровья» с текущими данными. 3. Работа с группой ДЧБ.	В течение года	Медсестра
4. Неделя педагогического мастерства. <i>Цели:</i> систематизировать знания педагогов о здоровьесберегающих образовательных технологиях; проанализировать начальные знания детей о соблюдении правил личной гигиены, валеологических знаний.	4-я неделя января	Воспитатели Инструктор ФИЗО
5. Проведение конкурса физкультурных уголков в группах, пособий – в физкультурном зале. <i>Цель:</i> проанализировать укомплектованность групп пособиями, атрибутами, дидактическими играми для выработки правильного дыхания, карточками п/и и т.п.	1-я неделя февраля	Воспитатели Инструктор ФИЗО
6. Педсовет «Ребёнок и его здоровье». <i>Цель:</i> проанализировать эффективность системы оздоровительных мероприятий в ДОУ по снижению заболеваний, уровень знаний взрослых о потребности в здоровом образе жизни, умений заботиться о своём здоровье.	май	Воспитатели Инструктор ФИЗО Учитель-логопед Медсестра Ст.воспитатель
7. Сотрудничество с поликлиникой в рамках договора для создания согласованности в работе по оздоровлению детей.	В течение года	Медсестра
8. Разработка методического материала.	В течение года	Воспитатели Инструктор ФИЗО Учитель-логопед Медсестра Ст.воспитатель
Контроль		
1. Оперативный 2. Тематический контроль системы оздоровительных мероприятий. 3. Регулирования, коррекции, диагностики: - физических качеств и навыков; - индивидуальных психологических и физиологических особенностей; - культурно-гигиенических знаний и навыков; - речевых навыков; - музыкальных навыков; - мониторинг.	Ежемесячно по плану В течение года	Воспитатели Инструктор ФИЗО Учитель-логопед Медсестра Ст.воспитатель

4. За заполнением «паспорта здоровья» (учёт заболеваемости, тетрадь закаливания, здоровья). 5. За осуществлением физкультурно-оздоровительных мероприятий по формированию ЗУН. 6. За анализом уровня заболеваемости детей за календарный и учебный год.		
<i>Работа с родителями</i>		
1. Анкетирование. 2. Пополнение и расширение знаний через информационно-теоретическое содержание в родительском «Уголке здоровья», тематические ширмы; консультации, беседы, сообщения на родительских собраниях, фотовыставки; папки «Делимся опытом». 3. Практическое обучение родителей через тренинги, семинары, «круглые столы». 4. Показ детской деятельности на открытых мероприятиях, через видеозаписи и т.п. и запросу родителей. 5. Привлечение родителей к совместным мероприятиям. 6. Помощь в изготовлении и приобретении пособий.	В течение года	Воспитатели Инструктор ФИЗО Учитель-логопед Медсестра Ст.воспитатель
<i>Материально-техническое оснащение</i>		
1. Приобретение ионизатора воздуха. 2. Оснащение медицинского кабинета.	В течение года	Завхоз, медсестра

Физкультурно-оздоровительная работа

<i>Виды мероприятий</i>	<i>Система работы</i>
Физкультурно-оздоровительная работа	<ul style="list-style-type: none"> • утренняя гимнастика • физкультурные занятия • физкультурные занятия на улице (в теплое время) • подвижные игры и физические упражнения • спортивные игры • индивидуальная работа по развитию движений • физкультминутки • коррекционная гимнастика: <ul style="list-style-type: none"> - для глаз, - дыхательная - пальчиковая • Активный отдых <ul style="list-style-type: none"> - физкультурный досуг - спортивные праздники - пешие походы - Дни здоровья • оздоровительный бег • каникулы • кружок логоритмики • создание комфортного режима

	<ul style="list-style-type: none"> • самостоятельная игровая деятельность
Закаливание	<ul style="list-style-type: none"> • прогулки • умывание прохладной водой из-под крана с элементами самомассажа ушных раковин, крыльев носа, пальцев рук • игры с водой • пребывание в облегчённой одежде в помещении, в одежде соответственно сезону года на улице • хождение босиком • сон с доступом воздуха • проветривание, кварцевание • воздушные ванны • привитие культурно-гигиенических навыков
Лечебно-профилактическая работа	<ul style="list-style-type: none"> • определение оптимальной нагрузки на ребёнка, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей • витаминотерапия (поливитаминны) • витаминизация 3-его блюда (витамин С) • использование приёмов релаксации, минуты тишины • сказкотерапия • музыкотерапия • смехотерапия (игрушки-забавы) • ароматизация группы • использование фитонцидов (лук, чеснок)
Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> • беседы • игровая деятельность: <ul style="list-style-type: none"> - дидактические игры, - развивающие игры, - сюжетно-ролевые, - игры-драматизации • Активный отдых <ul style="list-style-type: none"> - физкультурный досуг - Дни здоровья • художественная литература • мини экскурсии • целевые прогулки • познавательная-практическая деятельность • продуктивная деятельность • занятия по темам:
Коррекционная работа с детьми, имеющими отклонения в здоровье и физическом развитии	Согласно основным направлениям с детьми с отклонениями в здоровье и по планированию работы руководителя физического воспитания по коррекционной работе

Формы физического воспитания

Физкультурно-оздоровительные	<ul style="list-style-type: none"> - занятие физической культурой по программе ДОУ; - утренняя гимнастика; - подвижные игры; - индивидуальные задания для самостоятельного
-------------------------------------	--

	<p>выявления в течение дня;</p> <ul style="list-style-type: none"> - закаливающие процедуры; - элементы массажа, самомассажа.
Утренняя гимнастика	<p>Проводится воспитателем и инструктором ФК до завтрака (ежедневно) и включает простейшие гимнастические упражнения с обязательным введением дыхательных упражнений. Длительность – от 5 до 10 минут.</p>
Элементы физического воспитания в режиме дня	<p>Включают п/и в период бодрствования в I и II половину дня. Игры могут проводиться в группе, на площадке или в зале. Проводит игры воспитатель или специалист по физкультуре.</p> <p>Длительность игр 10-15 минут. В начале и в конце занятия оптимальны менее подвижные, чем в основной части, игры. Эту форму можно использовать от 2-3 до 5 раз в неделю.</p> <p>Характер мышечной работы в процессе игры подбирают с учётом патологии (например, дыхательная патология предусматривает игры с работой плечевого пояса, мышц грудной клетки, элементов звуковой гимнастики).</p>
Индивидуальные задания (для самостоятельного выполнения в домашних условиях)	<p>Это комплекс упражнений, игр, направленных на развитие отстающего двигательного навыка или качества либо на ликвидацию остаточных явлений какой-либо патологии. Для всех детей с патологией дыхательной системы обязательны дыхательные упражнения.</p>
Закаливающие процедуры	<p>Назначаются только врачом. При этом должна быть составлена схема проведения процедуры с учётом индивидуальных особенностей реакции на воздействие холода. Необходимо указать характер закаливающей процедуры (воздух, вода), зону и вид воздействия (например, для водной процедуры – обтирание, обливание, душ), начальную и конечную температуру воздуха для проведения водного закаливания, кратность проведения. При проведении процедур со слабым характером закаливающего воздействия (мытьё рук холодной водой) возможен групповой способ.</p>
Элементы массажа и самомассажа	<p>Выполняет воспитатель при чтении потешек, пальчиковых игр и т.п.</p>