

Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ.

Ведущие **цели физкультурно-оздоровительной работы:**

- Стабилизация физического, психологического и эмоционального благополучия воспитанников
- Улучшение соматических показателей
- Снижение заболеваемости, снижение риска возникновения осложнений после заболеваний
- Снижение роста хронической патологии
- Улучшение функционального состояния дошкольников

Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, учебной, художественной, двигательной, элементарно-трудовой.

Для **достижения целей** значение имеют:

- Забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;
- Создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволит растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;
- Максимальное использование разнообразных видов детской деятельности; их интеграция в целях повышения эффективности образовательного процесса;
- Творческая организация (креативность) процесса воспитания и обучения;
- Вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка;
- Уважительное отношение к результатам детского творчества;
- Обеспечение развития ребенка в процессе воспитания и обучения;
- Координация подходов к воспитанию детей в условиях ДОУ и семьи;

Организационная работа:

Вся работа по физическому воспитанию детей проводится с учетом состояния здоровья детей и осуществляется воспитателем группы при регулярном контроле со стороны медицинской сестры и старшим воспитателем.

С целью снижения заболеваемости в детском саду разработана и успешно применяется система закаливающих мероприятий в

повседневной жизни. Используются все природные факторы: вода, воздух, солнце. Закаливающие мероприятия осуществляются круглый год, но их вид и методика меняются в зависимости от сезона и погоды.

Обширная **профилактическая работа** включает в себя:

- облегченную одежду для детей в детском саду
- соблюдение сезонной одежды детей на прогулке, учитывая их индивидуальное состояние здоровья.
- соблюдение температурного режима в течение дня
- дыхательную гимнастику после сна
- мытье прохладной водой рук по локоть
- правильную организацию прогулки и ее длительность
- неспецифическую профилактику респираторных заболеваний

В утреннюю гимнастику и физкультурные НОД включаются корректирующие упражнения для профилактики сколиоза, нарушения осанки, плоскостопия. На не физкультурных НОД и между НОД организовывается двигательно-оздоровительные моменты: упражнения и задания на развитие мелких мышц руки, задания на развитие мимики и артикуляции и т.п.

В течение года ежемесячно проводится анализ заболеваемости и посещаемости детьми МКДОУ «Детский сад №6».

В детском саду выполняются все виды здоровьесберегающих технологий: медико-профилактические; физкультурно-оздоровительные; технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка; здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов дошкольного образования; валеологического просвещения родителей; здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

элементы **медико-профилактической технологии**

- организация мониторинга здоровья дошкольников
- разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста,
- физического развития дошкольников,
- закаливания;
- организация профилактических мероприятий в детском саду;
- организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов;
- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ

элементы **физкультурно-оздоровительной технологии**

- развитие физических качеств, двигательной активности
- становление физической культуры дошкольников,
- дыхательная гимнастика,
- массаж и самомассаж,
- профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки,
- воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье
- хореография

Материально-техническое обеспечение ДООУ

Материально-техническое оснащение и оборудование, пространственная организация среды МКДООУ «Детский сад №6» соответствуют санитарно-гигиеническим требованиям и обеспечивают физкультурно-оздоровительную работу. Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребностей в движении в ДООУ созданы следующие условия:

- Музыкальный зал оборудован под физкультурный; (гимнастические стенки, балансиры, гимнастические мячи, различные тренажеры, и т.д.); спортивная площадка для подвижных и спортивных игр;
- физкультурные уголки (во всех группах);
- существует кабинет медицинского работника (изолятор и процедурный кабинет)

Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Система физкультурно-оздоровительной работы включает лечебно-профилактические и физкультурно-оздоровительные мероприятия.

Ежегодно в начале учебного года составляется **план оздоровительных мероприятий на год:**

1. Утренняя гимнастика /ежедневно в течении года/
2. Гимнастика после сна /ежедневно в течении года/
3. Дыхательная гимнастика
4. Точечный массаж
5. Воздушные ванны /перед сном, после сна/
6. Физкультурные НОД /3 раза в неделю/
7. Пальчиковая гимнастика
8. Витаминизация: соки, напитки, сиропы, витамины /ежедневно
9. Профилактические прививки
10. Закаливание солнцем, водой /в летний период/

11. Профилактика плоскостопия /ежедневно/
12. Профилактика осанки детей /ежедневно/
13. Физкультминутки /ежедневно/
14. Подвижные игры /ежедневно/
15. Прогулки /любое время года/
16. Проводить работу с родителями по профилактике оздоровительных мероприятий в течение года.

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении во многом зависит от взаимодействия воспитателей с медицинской сестрой, музыкальным руководителем. Предварительно составляется **план работы совместной деятельности на год**, включающий в себя консультации для воспитателей, выступления на педагогических советах, семинарах, родительских собраниях. Планируются медико-педагогические совещания.

Консультации для воспитателей: «Двигательный режим дня в детском саду», «Особенности проведения бодрящей гимнастики после дневного сна», «Физическая готовность детей к школе».

Планирование выступлений на педсоветах: «Охрана жизни и здоровья детей», «Безопасность жизнедеятельности ребенка в детском саду», «Итоги оздоровительной работы».

Планирование медико-педагогических совещаний «Эффективность физкультурно-оздоровительной работы», «Итоги оздоровительной работы», «Организация летней оздоровительной работы».

В своей работе воспитатели детского сада используют различные виды образовательной деятельности, среди которых преобладают:

- сюжетно-игровые занятия, состоящие из подвижных игр разной степени интенсивности;
- занятия-соревнования: дети разбиваются на команды и в ходе различных эстафет выявляют победителей;
- занятия-тренировки основных видов движений;

Большую часть времени в дошкольном учреждении ребенок находится в группе, поэтому от того насколько грамотно будет построена деятельность воспитателя по организации режима детей, зависит сохранение и укрепление их здоровья.

Одной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни является прогулка. Для того чтобы она действительно давала эффект, необходимо менять последовательность видов деятельности детей на прогулке в зависимости от характера предыдущего занятия и погодных условий. Так, в холодное время года и после совместной деятельности, на котором дети сидели, прогулка должна начинаться с пробежки, подвижной игры; в теплое время или после физкультурных и музыкальных НОД – с наблюдения, спокойных игр и т.д.

Необходимо учить педагогов определять признаки утомления у детей по изменению окраски кожи, выражению лица, частоте дыхания, появлению потливости и своевременно регулировать характер их деятельности, переключая на более спокойный или, наоборот, интенсивный вид деятельности. Для того чтобы дети не перегревались и не простужались, необходим правильный подбор одежды в соответствии с состоянием здоровья и погодными условиями, выход на прогулку подгруппами, регулирование ее длительности в зависимости от сезона, возраста детей и их здоровья.

Воспитатель делает подбор упражнений для физкультминуток, для бодрящей гимнастики, для организации игр между совместной деятельностью;

- оборудование физкультурного уголка;
- организация самостоятельной двигательной активности детей в группе и на прогулке;
- оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной деятельности в семье.

Ежедневно во всех возрастных группах реализуется несколько форм физкультурно-оздоровительной деятельности: утренняя гимнастика в зале и в летний период времени на открытом воздухе, разнообразные подвижные игры в течение всего дня, НОД по физической культуре в зале и на воздухе. Все вместе эти формы деятельности позволяют обеспечить двигательную активность детей на протяжении всего дня, рационально распределить интеллектуальную и физическую нагрузку детей.

Много профилактических мероприятий по предупреждению заболеваний в осеннее - зимний период проводит и медицинская сестра детского сада. Сюда входит поддержание чистоты,

дезинфекция в период вспышки ОРВИ, проветривание спален перед сном и проветривание групп.

Детям проводятся следующие профилактические мероприятия:

- вакцинация по возрасту противогриппозной сывороткой (в районной поликлинике)
- витаминизация;
- полоскание рта и горла настоем трав (ромашка, шалфей, календула - в домашних условиях);
- дыхательная гимнастика.
- Закаливающие процедуры:

утренняя гимнастика, физкультурные НОД; прогулки на свежем воздухе (-10); хождение по группе босиком.

Такие же мероприятия проводятся и в весенне-летний период, только закаливающие процедуры:• ежедневные прогулки на свежем воздухе

- воздушно-солнечные ванн.