

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
Центр развития ребенка - детский сад «Лира»

# **«Система физкультурно- оздоровительной работы с детьми в ДОУ»**

Старший воспитатель  
Пьянкова  
Татьяна Александровна

Оса, 2020

«В дошкольном возрасте закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма, развиваются его адаптивные возможности, повышается устойчивость к внешним воздействиям, формируются движения, осанка, приобретаются физические качества, вырабатываются начальные гигиенические навыки и навыки самообслуживания. Приобретаются привычки, представления, черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни».

*Концепция дошкольного воспитания*

**п.1.6. Стандарт направлен на решение следующих задач:**

1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия ...

6) формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни...

# Образовательная область «Физическое развитие»



- Приобретение опыта двигательной деятельности, направленной на развитие координации, гибкости, равновесия, крупной и мелкой моторики
- Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта
- Овладение подвижными играми с правилами
- Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере
- Становлений ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами

# Задачи ООП ДО:

- **Оздоровительные:** охрана жизни и укрепления здоровья детей, содействие правильному физическому и психическому развитию детского организма, повышение умственной и физической работоспособности.
- **Развивающие:** развитие движений, формирование двигательных навыков и физических качеств (ловкость, быстрота, сила, выносливость), формирование правильной осанки.
- **Образовательные:** обогащение знаний детей о своем организме, здоровье, о путях его укрепления, сохранения, ответственного отношения к здоровью.
- **Воспитательные:** воспитание положительных черт характера (смелость, решительность, настойчивость, взаимопомощь), волевых качеств (сила воли, умение побеждать и проигрывать), формирование привычки к здоровому образу жизни, желания заниматься физическими упражнениями (в том числе не ради достижения успеха как такового, а для собственного здоровья).



## условия:

- ✓ НЕПРЕРЫВНОСТЬ,
- ✓ ДОБРОВОЛЬНОСТЬ,
- ✓ ДОСТУПНОСТЬ,
- ✓ ВАРИАТИВНОСТЬ,
- ✓ МОТИВАЦИЯ,
- ✓ ИНТЕРЕС,
- ✓ ПОДДЕРЖКА,
- ✓ ИГРА,
- ✓ УСПЕХ

- В ДОУ занимается физкультурно-оздоровительной работой – *воспитатель по физической культуре*, воспитатели всех возрастных групп, а также здоровьесберегающий режим соблюдают все узкие специалисты.
- Контроль за самочувствием детей в течение дня осуществляют *воспитатели, специалисты*, когда дети находятся у них на образовательной деятельности.
- Контроль за организацией физкультурно-оздоровительной работы осуществляет *старший воспитатель, фельдшер с медицинской стороны* и соблюдение норм детского питания, *заместитель зав. по административно-хозяйственной части* – за выполнением санитарно-гигиенических норм и правил

## Методическое обеспечение по физкультурно-оздоровительной работе:

- Токаева Т.Э. Технология физического развития детей 3-4 лет. Будь здоров, дошкольник
- Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7 лет).  
Физкультурные занятия с детьми 3-4 лет
- Яковлева Л.В. Физическое развитие и здоровье детей 3-7.
- Кириллова Ю.А. Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе для детей младшей группы (ОНР).
- Зимонина В.Н. Воспитание ребенка-дошкольника: Расту здоровым



# Диагностика уровня физического развития

- диагностика уровня физического развития (входящая, промежуточная, итоговая)
- обследование психоэмоционального состояния ребенка педагогом-психологом
- ежедневные наблюдения педагога за физическим, эмоциональным состоянием ребенка

## Диагностика состояния здоровья

- антропометрические данные (рост, вес, окружность головы, груди) - 2 раза в год
- плантография стопы
- индивидуальный план профилактических прививок
- периодические медицинские осмотры

# Создание условий для двигательной активности детей

- режим дня (гибкий, щадящий)
- создание развивающей предметно-пространственной среды для двигательной активности (физ.зал, центры здоровья и спорта в группах, спортивный участок, прогулочные участки)
- индивидуальный режим пробуждения после дневного сна

# Система работы по формированию ЗОЖ у детей и родителей (законных представителей)

- формирование начальных представлений и ЗОЖ: игровые обучающие ситуации, беседы, просмотры м/ф, видеороликов, презентации, чтение худ. литературы, разные виды игр, спортивные праздники и развлечения, проекты, исследовательская деятельность и т.п.
- пропаганда здорового образа жизни среди родителей : родительские встречи, стендовые консультации, буклеты, памятки, досуги и соревнования с участием родителей, анкетирование, консультации специалистов, акции, клуб «Здоровая семья» (групповой), проекты, Месячник Здоровья и т.п.

# Организация рационального питания

- сбалансированное 4-разовое питание с «С» - витаминизацией 3 блюда
- организация второго завтрака фруктами, овощами, соками
- строгое выполнение натуральных норм (белки, жиры, углеводы)
- соблюдение питьевого режима
- индивидуальный подход к детям во время приема пищи
- культура питания

# Профилактические мероприятия

- утренний фильтр воспитателями (беседа с родителями о состоянии здоровья, термометрия, осмотр кожных покровов)
- обработка помещений рецикуляторами
- режим проветривания
- чесночная и луковая терапия
- оксолиновая мазь в период сезонных эпидемий
- изоляция ребенка, заболевшего в течение дня
- зрительная, дыхательная и корригирующая гимнастика

# Система закаливания

- утренний прием на свежем воздухе в теплое время года
- облегченная форма одежды
- ходьба босиком до и после дневного сна
- воздушные ванны
- солнечные ванны (в летний период)
- ходьба босиком по массажным и соляным дорожкам
- дыхательная гимнастика

# Соблюдение санитарно-гигиенических норм и требований

- соблюдение температурного режима в помещениях ДОУ
- строгое соблюдение санитарно-гигиенических требований (уборка, проветривание и др.)
- формирование культурно-гигиенических навыков у детей



# Система двигательной активности детей

- утренняя гимнастика
- прогулки на свежем воздухе 2 раза в день (не менее 3 ч.) с включением подвижных и спортивных игр
- фронтальные физкультурные занятия (3 раза в нед., в т.ч. 1 на свежем воздухе)
- самостоятельная двигательная деятельность в группе и на прогулочном участке
- гимнастика пробуждения
- спортивные досуги и праздники, дни и недели здоровья
- спортивные соревнования
- динамические паузы во время и между образовательной деятельностью

# Создание условий психологического комфорта

- релаксация, «минутка тишины», музыкальные паузы
- атмосфера психологического комфорта во всех видах деятельности
- летние, зимние и весенние каникулы
- учет индивидуальных особенностей
- создание ситуации успеха для каждого ребенка

**Взаимодействие с социальными партнёрами** в рамках физкультурно-оздоровительной работы не осуществляется в полной мере, так как деятельность ДЮСШ не соответствует дошкольному возрасту, бассейн расположен на дальнем расстоянии (инициатива родителей), самый тесный контакт с ЦДТ в рамках конкурсного движения –соревнований (Олимпиада дошколят, туристический слет, семейные соревнования и др.)