



Система физкультурно-оздоровительной
работы в МДОУ «Детский сад»
«Золотой ключик» п. Муромцево

Нам всем важно, в самом деле,

Чтобы дети не болели,

Мы хотим их не лечить,

А здоровье сохранить!

Ясно ведь: важней его

Нет на свете ничего!

Здоровье – одно из основных условий, определяющих возможность полноценного физического и психического развития ребенка.

Здоровье зависит от:

- здоровья родителей;
- экологии;
- воспитания ребенка в семье и ДОУ;
- условий жизни.

Значимыми факторами являются:

- система воспитания и обучения;
- организация медицинской помощи;
- охрана психического здоровья.

Задачи укрепления здоровья и формирования предпосылок здорового образа жизни включают:

- организацию рационального режима дня, обеспечения суточной продолжительности сна в соответствии с возрастными потребностями;
- создание условий для обеспечения оптимального двигательного режима;
- осуществление оздоровительных и закаливающих мероприятий;
- полноценное питание;
- обеспечение благоприятной гигиенической обстановки;
- создание атмосферы психологического комфорта;
- обеспечение безопасности детей.

Работа строится в тесном сотрудничестве с Муромцевской амбулаторией:

- наблюдение за состоянием здоровья детей;
- консультации врача – педиатра;
- санация полости рта;
- ежегодная диспансеризация врачей – специалистов;
- посещение физиокабинета;
- профилактические прививки.

Продиагностировав состояние здоровья детей, проанализировав заболеваемость,

ДОУ определил в своей работе следующие направления:

1. Создание комплексной системы физкультурно – оздоровительной работы с детьми.
2. Оптимизация двигательного режима.
3. Оздоровление детей через:
 - закаливание;
 - гигиенические условия;
 - полноценное питание;
 - рациональный режим;
 - лечебно – профилактические мероприятия;
 - лично – ориентированный подход.

Особая роль отводится взаимодействию с семьей.

Система физкультурно-оздоровительной работы

№ п/п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственный
I. МОНИТОРИНГ				
1.	Определение уровня физического развития. Определение уровня физической подготовленности детей	Все	2 раза в год (в сентябре-октябре и апреле)	Старшая медсестра Восп. по физ. культуре, воспитатели групп
2.	Диспансеризация	Средняя, старшая, подготовит	1 раз в год	Специалисты детской поликлиники, старшая медсестра, врач
II. ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ				
1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп или воспитатель по физкультуре
2.	Физическая культура - в зале - на воздухе	Все группы	3 раза в нед. 2 раза 1 раз	Воспитатель по физкультуре Воспитатели групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6.	Спортивные игры	Старшая, подготовит	2 раза в неделю	Воспитатели групп
7.	«Школа мяча»	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
8.	«Школа скакалки»	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
9.	Физкультурные досуги	Все	1 раз в месяц	Воспитатель по физкультуре Воспитатели, музыкальный руководитель
10.	Физкультурные праздники	Старшая, подготовит	2 раза в год	Воспитатель по физкультуре, музыкальный руководитель, воспитатели
11.	День здоровья	Все группы, кроме ясельной	4 раза в год	Воспитатель по физкультуре, ст. медсестра, музыкальный руководитель, воспитатели
12.	Каникулы	Все группы	2 раза в год	Все педагоги

III. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ				
1.	Витаминотерапия	Все группы	2 раза в год	Ст. медсестра
2.	Профилактика гриппа и простудных заболеваний (режимы проветривания, утренние фильтры, работа с род.)	Все группы	В неблагоприятные периоды (осень-весна) возникновения инфекции)	Ст. медсестра
IV. НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ				
1.	Музыкотерапия	Все группы	Использование музыки на занятиях физкультуре и перед сном	Музыкальный руководитель, ст. медсестра, воспитатель группы
2.	Фитотерапия а) полоскания горла отварами трав б) фиточай витаминный в) фитоадепты (женьшень, элеутеракок)	По назначению врача	2 раза в год (ноябрь, май) курсом в 20 дней 1 раз в год курсом в 20 дней 1 раз в год (ноябрь)	Врач, ст. медсестра Ст. медсестра, врач
3.	Фитонцидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	Неблагоприятные периоды, эпидемии, инфекционные заболевания	Ст. медсестра, младшие воспитатели
V. ЗАКАЛИВАНИЕ				
1.	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна, на физкультурных занятиях	Воспитатели, воспитатель по физкультуре, инструктор по плаванию
2.	Ходьба босиком	Все группы	После сна, на занятии физкультурой	Воспитатели, воспитатель по физкультуре
3.	Облегченная одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
4.	Мытье рук, лица, шеи прохладной водой	Все группы	В течение дня	Воспитатели, младшие воспитатели
VI. ОРГАНИЗАЦИЯ ВТОРЫХ ЗАВТРАКОВ				
1.	Соки натуральные или фрукты	Все группы	Ежедневно	Младшие воспитатели, воспитатели