



Утверждаю.

И.о.Заведующего МБДОУ № 21 «Колосок»

Субботина И.В.

План

Физкультурно – оздоровительной работы

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детского сада

№ 21 «Колосок»

на 2017-2018 год

Пояснительная записка

В уставе Всемирной организации здравоохранения говорится, что здоровье-это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребенка, социально-экономическое состояние страны, условия воспитания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете - отношение государства к проблеме здоровья.

В условиях современной природно-социальной и экологической ситуации проблематика здоровья детей приобретает глобальный характер. Разнообразные медицинские, социологические, демографические и другие данные свидетельствуют о том, что только 14% детей России можно считать практически здоровыми, 50%, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья, 35% - хронически больны (данные материалов Всероссийского совещания « Пути оптимизации здоровья и физического развития детей в дошкольных образовательных учреждениях») остро эта задача стоит в дошкольных учреждениях. По мнению ученых, дошкольный возраст относится к так называемым критическим периодам жизни ребенка. Термин «критический возраст» введен учеными для характеристики тех фаз жизни ребенка, когда он особенно чувствителен к повреждающим влияниям, что приводит к формированию отклонений здоровья,

формирования аллергических реакций и хронических соматических заболеваний. Исходя из этого физическое воспитание должно являться неотъемлемой частью жизни ребенка с самого рождения, а задача укрепления здоровья одна из приоритетных в работе ДОУ. Устойчивость организма к неблагоприятным факторам среды зависит не только от индивидуальных особенностей организма ребенка, но так же и от своевременного и правильного проведения специальных оздоровительных мер. МБДОУ № 21 «Колосок» ставит перед собой задачу разработать систему оздоровительной работы дошкольного учреждения.

^ Цель данной работы:

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

Ожидаемые результаты:

1. Осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияние образа жизни на состояние здоровья;
2. Повышение уровня ориентации к современным условиям жизни;
3. Овладения навыками самооздоровления;
4. Снижение уровня заболеваемости;

Основные принципы работы:

1. Подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно-обоснованными и практически апробированными методиками.

2. Участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.
3. Решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса всех видов деятельности.
4. Поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.
5. Реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития де

^ ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ ДОУ

Профилактическое-

1. Обеспечение благоприятной адаптации;
2. Выполнение сангигиенического режима;
3. Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
4. Проведение социальных санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

Организационное –

1. Организация здоровьесберегающей среды ДОУ;
2. Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностик;
3. Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
4. Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров;

5. Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

Лечебное

1. Дегельминтизация;
2. Иммунотерапия;
3. Витаминотерапия;
4. Оказание скорой помощи при неотложных состояниях.

Занятия по физической культуре проводит специалист

Закаливающие процедуры в группе и на прогулке

Профилактическая работа с детьми: мед. осмотры, прививки витаминизация

Создание методического комплекса в группах, в метод. кабинете и на участках

Работа с родителями: сообщения, всеобучи, консультации, совместные Дни здоровья, спортивные праздники

Коррекционная и индивидуальная работа с детьми на основе диагностики.

Соблюдения режима дня, работа по воспитательному плану.

Подв. игры аттракционы, игровые упражнения, забавы на прогулке

Работа с воспитателями:

семинары, консультации, открытые просмотры, педсоветы, индивидуальные беседы

Спортивные досуги, праздники, разнообразные формы проведения занятий

Занятие физической культурой на воздухе /Имл., средняя, старшая и подг. группы/

Профилактическая работа с детьми по здоровьесберегающим технологиям
/ОБЖ, ПДД/

Утренняя гимнастика, гимнастика пробуждения

Физ. минутки в процессе учебн. деятельности, пальчиковая гимнастика

Работа с ослабленными детьми в щадящем режиме

Физкультурные уголки в группах. Оборудована физ. площадка на воздухе

Физкультурно – оздоровительная работа с детьми

^ ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ.

1.

Задачи физического воспитания дошкольников.

1. Охрана и укрепление здоровья дошкольников, совершенствования их физического здоровья, повышения сопротивляемости организма, улучшения умственной и физической работоспособности.

2. Формирования у детей жизненно необходимых двигательных умений и навыков, достижение определенного уровня физической подготовки.

3. Воспитание у детей личной физической культуры. Формирование потребностей в физическом совершенствовании, вооружение знаниями, умениями и навыками, воспитание привычки к здоровому образу жизни.

2.

Физическое здоровье детей укрепляется такими средствами:

1. Полноценное питание детей.

2. Закаливающие процедуры.

3. Развитие движений.

4. Гигиена режима.

Принципы организации питания:

- выполнение режима питания;
- калорийность питания, ежедневное соблюдения норм потребления продуктов;
- гигиена приема пищи;
- индивидуальный подход к детям во время питания;
- правильность расстановки мебели;

Закаливание обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение его устойчивости воздействию постоянно меняющихся факторов окружающей среды и является необходимым условием оптимального развития организма ребенка.

^ Основные факторы закаливания:

- закаливающие воздействия органично вписываются в каждый элемент режима дня.
- закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности.
- закаливание проводится на положительном фоне и при тепловом комфорте организма ребенка.

В ДОУ проводится обширный комплекс закаливающих мероприятий:

- облегченная одежда для детей в ДОУ;
- соблюдение сезонной одежды на прогулке, учитывая их индивидуальное состояние здоровья;
- соблюдение температурного режима в течении дня;
- дыхательная гимнастика после сна;

^ Развитие движений.

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование

защитных сил организма ребенка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями.

Укрепление здоровья средствами физического воспитания:

- повышение устойчивости организма к воздействию патогенных микроорганизмов и неблагоприятных факторов окружающей среды
- совершенствование реакций терморегуляции и закаливание организма, обеспечивающих его устойчивость к простудным заболеваниям
- повышение физической работоспособности
- повышение тонуса коры головного мозга и создание положительных эмоций, способствующих охране и укреплению психического здоровья

^ Основные принципы организации физического воспитания в ДОУ

- 1.Физическая нагрузка должна быть адекватной возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья
- 2.Сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами.
- 3.Обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики, упражнений для повышения выносливости
- 4.Медицинский контроль за физическим воспитанием и оперативная медицинская коррекция выявленных нарушений в состоянии здоровья

Формы организации физического воспитания:

- Физкультурные занятия в зале и на спортивной площадке;
- физкультминутки;
- спортивные игры;
- утренняя гимнастика;

-индивидуальная работа с детьми;

Гигиена режима

1.Выполнение санитарных требований к помещению, участку, оборудованию.

2.Рациональное построение режима дня

3.Охрана жизни и деятельности детей

4.Санитарно-просветительская работа (с сотрудниками и родителями)

5.Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня

6.Воспитание у дошкольников потребности в здоровом образе жизни осуществляется по следующим направлениям:

-привитие стойких культурно-гигиенических навыков

-обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи

-формирование элементарных представлений об окружающей среде

-формирование привычки к ежедневным физкультурным упражнениям