

Система физкультурно-оздоровительной работы в подготовительной группе №3 компенсирующей направленности СП «Детский сад Аленушка» ГБОУ СОШ им. М.К. Овсянникова с. Исаклы

1 Комплекс физкультурно-оздоровительных мероприятий в подготовительной группе №3 компенсирующей направленности.

Сохранение и укрепление здоровья ребенка – ведущая задача концепции модернизации российского образования, в том числе его первой ступени – дошкольного. В дошкольном возрасте закладывается фундамент физического и психического здоровья, поскольку именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, формируются основные черты личности, вырабатывается характер. Приоритетным направлением деятельности нашего МБДОУ является физическое развитие ребёнка, сохранение и укрепление его здоровья, внедрение здоровьесберегающих технологий, целью которых является обеспечение высокого уровня реального здоровья ребенка и формирование мотивационных установок на осознанное отношение к своему здоровью. В связи с этим в нашем саду была разработана программа "Здоровье", которая включает в себя следующие модули: диагностико – коррекционный, оздоровительный, образовательно – просветительный, диагностический. Основной целью нашей работы по программе «Здоровье» является создание единой системы оздоровления детей с учётом особых климатических условий и медико-биологических факторов.

Согласно программе в начале и в конце года в каждой возрастной группе проводится психолого – педагогический мониторинг и мониторинг состояния здоровья детей:

- Диспансеризация и осмотр детей узкими специалистами городской детской поликлиники (по возрасту и показаниям);
- Регулярный осмотр детей медицинским персоналом ДОУ;
- Обследование учителем-логопедом ДОУ;
- Обследование психо-эмоционального состояния детей педагогом-психологом ДОУ;
- Диагностика общей физической подготовленности детей в начале и конце учебного года.
- Анкетирование, опросы, индивидуальные беседы с родителями

Полученные данные о детях сводятся в единую карту «Прогноз здоровья», что позволяет выявить изменения показателей здоровья, своевременно скоординировать совместную деятельность медицинского персонала, педагогов и родителей.

На основе полученных данных разрабатываем рекомендации к построению педагогического процесса с детьми, составляем индивидуальные планы оздоровления для детей группы риска, нуждающимися в коррекции развития. Полноценное развитие ребенка невозможно без физического воспитания, поэтому физкультурно-оздоровительная работа в моей группе имеет большое значение, как для укрепления здоровья, так и для формирования двигательных навыков и умений, необходимых для развития детей. В нашей группе оздоровительная работа ведется по следующим направлениям:

- Рациональная организация двигательного режима:
- физкультурные занятия;
- физкультурные занятия с плаванием;
- музыкально-ритмические занятия;
- занятия ритмикой;
- занятия плаванием в бассейне;
- утренняя, бодрящая, коррегирующая гимнастика;
- физкультминутки, динамические паузы и динамические часы;
- подвижные, спортивные игры и упражнения на прогулке;
- оздоровительный бег, ходьба;
- активный отдых (физкультурные досуги и праздники, дни здоровья, каникулы);
- самостоятельная двигательная деятельность;
- индивидуальная и дифференцированная работа (с детьми, имеющими нарушения в физическом и двигательном развитии).
- пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, бодрящая.

2 Система эффективного закаливания с учетом состояния здоровья, индивидуальных особенностей и возраста детей. При этом используется комплекс процедур: ежедневные оздоровительные прогулки утром и вечером; соблюдение сезонной одежды во время прогулок; прием и утренняя гимнастика на свежем воздухе в летнее время; ходьба босиком (босохождение) по массажным коврикам после сна, на занятиях по физической культуре; контрастные воздушные ванны; хождение по емкостям с контрастной температурой; сон без маек; игровой массаж; дыхательная гимнастика; обширное умывание; игры с водой.

3. Лечебно-профилактическая работа. В ее рамках проводятся следующие мероприятия: ароматизация помещений; контроль за физическими нагрузками для переболевших детей и для детей, находящихся на диспансерном учете по поводу сопутствующих заболеваний;

сбалансированное питание; вакцинация против гриппа; потребление фитонцидов (чеснока и лука); употребление соков и фруктов (второй завтрак); прием поливитаминов; дыхательная гимнастика после сна, пальчиковая гимнастика; гимнастика для глаз.

4. Создание благоприятных условий для физического развития и снижения заболеваемости: соблюдение санитарных и гигиенических требований (подбор мебели в соответствии с ростом детей); соблюдение питьевого режима, сквозное проветривание (3 – 5 раз в день в отсутствие детей); обеспечение температурного режима и чистоты воздуха; кварцевание групповых помещений для детей в период эпидемии гриппа и ОРВИ; специальный подбор комнатных растений, поглощающих вредные химические вещества, выделяющих фитонциды и увлажняющих воздух («Экологический ландшафт»); специальный выбор цветовой гаммы интерьеров ДОО и групповых помещений.

5. Использование практически апробированных и разрешенных методик нетрадиционного оздоровления детей: точечный массаж; дыхательная гимнастика

6. Психолого-педагогическая коррекция: психологическое сопровождение детей педагогом - психологом; занятия с учителем – логопедом.

7. Консультативно-информационная работа с родителями по оздоровлению детей и пропаганде здорового образа жизни: оказание консультативной помощи всем участникам образовательного процесса (в детском саду проводятся консультации, семинары практикумы, круглые столы с просмотром видеоматериалов и т.д.); анкетирование; родительские собрания; дни открытых дверей; открытые просмотры оздоровительных мероприятий в режиме дня; активное участие родителей в физкультурно-оздоровительной работе ДОО согласно годовому плану (участие в совместных праздниках и развлечениях, обмен опытом семейного воспитания); оформление папок, ширм, консультаций, информационных стендов, буклетов, фото стендов, газет.

8. Организация работы по гигиеническому воспитанию детей.

- привитие культурно – гигиенических навыков;
- формирование навыков здорового образа жизни.
- формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности.