

**Система физкультурно-оздоровительной работы  
в ГБДОУ детский сад № 75  
на 2016-2017 учебный год.**

№ п/п	Разделы и направления работы	Формы работы
	<b>Медико - педагогическое сопровождение</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— анализ посещаемости в различных возрастных группах</li> <li>— проведение антропометрии с оценкой физического развития.</li> <li>— диагностика уровня физического развития и физической подготовленности</li> <li>— выполнение санитарно-противоэпидемического режима</li> <li>— определение группы здоровья детей</li> <li>— профилактические прививки (по графику). Включая специфическую профилактику ГРИППа и ОРВИ</li> <li>— неспецифическая профилактика простудных заболеваний (ОРВИ, ГРИППа)</li> <li>— проведение профилактических мероприятий по предупреждению возникновения нарушений зрения; острых кишечных инфекций; травматизма детей.</li> <li>— мониторинг физического развития и состояния здоровья;</li> <li>— контроль за физическим развитием и физической подготовленностью (наблюдение за организацией и проведением физкультурных занятий, закаливающих мероприятий и прогулок);</li> <li>— санитарно-педагогический контроль (температурный режим в группе, освещенность в группе, режим кварцевания и проветривания)</li> </ul>
	<b>Физкультурно – оздоровительная работа</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— утренняя гимнастика с элементами корригирующей гимнастики</li> <li>— физкультурные занятия по программе ДОУ</li> <li>— физкультурные занятия на спортивной площадке</li> <li>— индивидуальная работа по развитию движений – проводится 2 раза в неделю с подгруппой детей. В данную группу дети отбираются по результатам мониторинга физического развития, группа состоит из 12 воспитанников разного возраста.</li> <li>— пешие походы 1 раз в неделю в летний период - на тропу здоровья, которая оборудована на территории ДОУ</li> <li>— оздоровительный бег – на свежем воздухе</li> <li>— недели здоровья – проходят 2 раза в год (апрель, декабрь)</li> <li>— спортивные праздники, физкультурные развлечения, проводятся согласно годовому плану</li> </ul>
	<b>Лечебно-профилактическая работа</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— ежедневные прогулки – 2 раза в день</li> <li>— воздушные ванны – переход из группы в спальню</li> <li>— гимнастика после сна</li> <li>— зрительная гимнастика – на занятиях</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>— дыхательная гимнастика - на занятиях</li> <li>— точечный массаж</li> <li>— проветривание помещения</li> <li>— профилактика плоскостопия - ходьба босиком в помещении /в группе, в спортивном зале/ по массажным дорожкам /ребристая доска, пуговичница/, «дорожкам здоровья»</li> <li>— релаксационные упражнения</li> <li>— использование релаксационной музыки при укладывании на дневной сон</li> </ul>
	<b>Использование вариативных режимов дня и пребывания ребенка в ДОУ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— адаптационный режим;</li> <li>— типовой режим дня по возрастным группам на холодный и теплый период года, реорганизованный с учетом оздоровления детей;</li> <li>— щадящий режим (по показаниям);</li> <li>— режим двигательной активности.</li> </ul>
	<b>Психолого-педагогическое сопровождение детей</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— психолого-медико-педагогическая поддержка ребенка в адаптационный период;</li> <li>— создание психологически комфортного климата в ДОУ;</li> <li>— личностно-ориентированный стиль взаимодействия педагогов с детьми;</li> <li>— изучение особенностей развития и социализации детей;</li> <li>— развитие эмоциональной сферы детей с целью профилактики психосоматических заболеваний;</li> <li>— развитие саморегуляции и социальной компетентности;</li> <li>— развитие познавательной сферы;</li> <li>— создание предметно-развивающей среды в группах.</li> </ul>
	<b>Просветительская работа</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— проведение инструктажей и консультаций для сотрудников</li> <li>— педагогические советы, посвященные вопросам оздоровления</li> <li>— консультации для родителей «Если хочешь быть здоров, закаляйся»</li> <li>— организация наглядных форм профилактики, пропаганды и агитации</li> <li>— выпуск газет о здоровье</li> <li>— привлечение родителей к физкультурно-оздоровительным мероприятиям ДОУ</li> <li>— родительские собрания, рассматривающие вопросы формирования здоровья</li> <li>— консультации, практикумы для родителей, знакомящие с новыми методами оздоровления.</li> </ul>
	<b>Работа с детьми по формированию основ здорового образа жизни</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— развитие представлений и навыков здорового образа жизни и поддержания здоровья;</li> <li>— воспитание интереса и любви к физической активности;</li> <li>— формирование основ безопасности жизнедеятельности;</li> <li>— занятия из серии «Забочусь о своем здоровье»; «Здоровейка»</li> </ul>

	<b>Организация питания</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>— сбалансированное рациональное питание в соответствии с действующими натуральными нормами;</li><li>— преобладание овощных блюд в рационе;</li><li>— питьевой режим.</li></ul>
	<b>Создание условий</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>— организация в группах спортивных уголков;</li><li>— организация на территории детского сада спортивной площадки;</li><li>— оснащение физкультурного зала;</li><li>— оптимизация двигательного режима.</li></ul>