

Система физкультурно-оздоровительной работы.

Система физкультурно-оздоровительной работы — это совокупность наиболее эффективных мероприятий, обеспечивающих хороший уровень здоровья, физического и общего развития детей.

Федеральные государственные требования к структуре основной образовательной программы дошкольного образования определяют как одну из важнейших задач: охрану и укрепление здоровья воспитанников через интеграцию образовательных областей, создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса психолого – педагогической, профилактической и оздоровительной работы. В соответствии с этим особую актуальность приобретает поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка.

Физическое воспитание – педагогический процесс направленный на совершенствование форм и функций организма, развитие физических качеств, способностей, формирование двигательных навыков и умений, специальных знаний в области физической культуры и спорта.

Целостный образовательный процесс взаимодействия взрослых и детей, носящий личностно-ориентированный характер, направленный на достижение социально-значимых результатов призван привести к преобразованию личностные качества обучающегося через создание системы здоровьесбережения на основе органичного сочетания всех технологий ДОУ

МБДОУ «Детский сад поселка Бег» реализует основную общеобразовательную программу ДОУ. Программа разработана на основе ФГОС ДО с учетом примерной образовательной программы дошкольного образования детей, использованием общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Веркасы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой, особенностей образовательного учреждения, региона и муниципалитета, образовательных потребностей и запросов воспитанников.

Программа сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

Реализация коррекционно-развивающего направления (для детей с ОВЗ) - программа «Коррекционное обучение и воспитание детей 5–7 летнего возраста с общим недоразвитием речи» Филичевой Т.Б.и Чиркиной Г.В. используется в работе с детьми 5 -7 лет. Работа осуществляется учителем-

логопедом в форме индивидуальных и подгрупповых занятий в логопункте. Дошкольный логопедический пункт – форма организации коррекционно-речевой помощи детям с недостатками речи. Основными задачами логопедического пункта являются: своевременное выявление и предупреждение различных речевых нарушений; коррекция недостатков и дефектов устной речи (фонематических процессов, артикуляционных навыков, звукопроизводительной стороны речи); подготовка детей к школе (каждому ребенку иметь речь в норме или близкую к норме, в зависимости от структуры речевого дефекта); разъяснение логопедических знаний среди педагогов детского сада, родителей детей. Продолжительность коррекционно-развивающей работы зависит от индивидуальных особенностей детей, структуры речевого дефекта и может продолжаться от 2-3 месяцев до 1,5-2 лет. Поэтому состав детей в логопедическом пункте представляет собой открытую и подвижную систему: дети на занятия зачисляются на начало учебного года, устанавливаются различные сроки обучения.

Основными задачами детского сада по физическому воспитанию дошкольников являются:

Развивающие задачи: обеспечивать интеллектуальное, и физическое развитие дошкольников; способствовать развитию воли, целеустремленности; формировать позитивные качества характера; способствовать эмоциональному развитию, обеспечению активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни

Воспитательные задачи: воспитывать потребность в здоровом образе жизни, в физических упражнениях и подвижных играх, привычку соблюдать режим дня, выполнять правила личной гигиены, желание ежедневно заниматься физическими упражнениями; воспитывать эстетические потребности ребенка.

Оздоровительные задачи: обеспечить всестороннее и гармоничное развитие физических качеств детей; способствовать функциональному развитию органов и систем организма (сердечно-сосудистой, дыхательной и иммунной систем); содействовать формированию гармоничного телосложения, правильной осанки, профилактике плоскостопия; закаливать детей, используя естественные факторы природы (солнце, воздух и вода), различные традиционные и современные методики; способствовать сохранению положительного психо-эмоционального состояния детей; корректировать проявление эмоциональных трудностей (тревожность, страхи, агрессивность, низкая самооценка) обеспечить физическую готовность детей к школе.

Образовательный задачи: совершенствовать жизненно необходимые двигательные навыки (ходьба, бег, лазание, метание и т.д.), развивать скоростные качества, координацию, выносливость; формировать элементарные знания по гигиене, анатомии и физиологии человека, валеологии, технике движений, правилам соревнований, спортивных игр, режиме дня и времени отдыха.

1. Создания экологически благоприятных условий для физического развития и снижения заболеваемости

- соблюдение санитарных и гигиенических требований, в т.ч. подбор мебели в соответствии с ростом детей;
- щадящий адаптационный режим, гибкий режим дня
- сквозное проветривание помещений (4 раза в день в групповом помещении, 2 раза в спальном комнате, - в отсутствие детей)
- обеззараживание воздуха (4 раза в день в групповом помещении, 2 раза в спальном комнате, - в отсутствие детей);
- кварцевание групповых помещений для детей в период эпидемии гриппа и ОРВИ;
- соблюдение питьевого режима,
- еженедельная генеральная уборка
- обеспечение температурного режима и чистоты воздуха;
- специальный подбор комнатных растений, поглощающих вредные химические вещества, выделяющих фитонциды и увлажняющих воздух («Экологический ландшафт»);
- специальный выбор цветовой гаммы интерьеров ДОО и групповых помещений;
- поддержание температуры воздуха в пределах 20 – 22 градусов

1.1 Организация работы по гигиеническому воспитанию детей.

- привитие культурно – гигиенических навыков;
- формирование навыков здорового образа жизни.

1.2 Обеспечение психологического комфорта на протяжении всего времени пребывания в детском саду.

1.3 Индивидуальный и дифференцированный подход в режимных процессах и их воспитательная направленность с учетом здоровья и развития ребенка.

1.4 Оптимальный двигательный режим (приложение № 4).

1.5. Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности.

В соответствии с требованиями ООП ДОО 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 ДОО;
- обследование учителем-логопедом ДОО;
- обследование психо-эмоционального состояния детей педагогом-психологом МБДОУ;
- диагностика общей физической подготовленности детей в начале и конце учебного года. Наблюдение, оценка, прогноз состояния здоровья детей с целью дальнейшей организации педагогического процесса.
- анкетирование, опросы, индивидуальные беседы с родителями

Полученные данные о детях сводятся в единую карту, 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 индивидуальных планов оздоровления для детей группы риска, нуждающимися в коррекции развития.

Полноценное развитие ребенка невозможно без физического воспитания, поэтому физкультурно-оздоровительная работа в группе детей старшего дошкольного возраста имеет большое значение, как для укрепления здоровья, так и для формирования двигательных навыков и умений, необходимых для развития детей.

С помощью метода педагогического моделирования обеспечивается упорядочение диалектической зависимости между элементами и подсистемами любой системы, выявление её существенных признаков.

2. Рациональная организация двигательного режима:

- физкультурные занятия;
- музыкально-ритмические занятия; музыкальные игры (музыкотерапия, использование музыкального сопровождения на занятиях, музыкальное сопровождение режимных моментов, музыкально-театрализованная деятельность);
- утренняя, бодрящая, корригирующая 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);
- спортивные, подвижные и народные игры, дни здоровья, прогулки-экскурсии;
- игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы
- пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, бодрящая.

3. Система эффективного закаливания с учетом состояния здоровья, индивидуальных особенностей и возраста детей. Проводится комплекс мероприятий с использованием естественных факторов природы, которые формируют и совершенствуют функциональные системы организма, направляя их на повышение иммунитета: умывание и мытье рук прохладной водой перед приемом пищи и после каждого загрязнения рук; солнечные ванны (в летний период); ходьба босиком по траве в летний период, по ребристым дорожкам и резиновым коврикам (дорожкам здоровья) – после сна; полоскание полости рта водой комнатной температуры; облегченная одежда детей (одежда по сезону) мытье рук, лица и шеи прохладной водой; мытье ног (в летний период); ежедневные оздоровительные прогулки, сон без маек; воздушные ванны.

4. Лечебно-профилактическая работа. В группе ведется работа по профилактике сохранения и укрепления здоровья детей, предупреждению и снижению заболеваемости

- контроль за физическими нагрузками переболевших детей и детей, находящихся на диспансерном учете по поводу сопутствующих заболеваний;
- сбалансированное питание в соответствии с действующими натуральными нормами (группы с 10,5-ти часовым пребыванием)
- С-витаминизация третьего блюда;
- вакцинация против гриппа;
- фитонцидотерапия (лук, чеснок), “Чесночные” киндеры
- употребление соков и фруктов (второй завтрак);
- прием поливитаминов (витаминотерапия);
- дыхательная и корригирующая гимнастика после сна,
- закладывание оксолиновой мази в нос (по рекомендациям педиатра);
- коррекционные занятия по нарушению осанки и плоскостопия
- пальчиковая гимнастика;
- коррекционно-развивающие занятия у психолога;
- свето и цветотерапия (обеспечение светового режима, цветное и световое сопровождение среды и учебного процесса);
- релаксация.

Использование практически апробированных и разрешенных методик нетрадиционного оздоровления детей:

- точечный массаж;
- дыхательная гимнастика;
- гимнастика для глаз, самомассаж глаз по методу Бейтса;
- самомассаж.

Работа по оздоровлению детей выстраивается планомерно, в течение всего дня осуществляются оздоровительные мероприятия, учитывается сезонность года, ведение профилактической работы по оздоровлению ребёнка, соблюдая санитарно-гигиенический режим.

5. Использование спортивных календарных дат и традиций в физкультурно-оздоровительной работе в ДО

В систему включены мероприятия–физкультурно-спортивные досуги, развлечения, праздники, олимпиады и тематические занятия. Мы их подразделяем на несколько видов:

5.1. Соответствующие календарным праздникам – это тематические праздники, такие как "День защитника Отечества", «Масленица», «День защиты детей».

5.2. Воспитывающие стойкий интерес к физкультуре и спорту, к личным достижениям – «Веселые старты», «Олимпийские игры», спортивные мероприятия по времени году («Лыжня зовет», «Осенние старты ..»)

5.3. Физкультурно-оздоровительные тематические досуги и праздники, приобщающие к активному здоровому образу жизни и развивающие творческую активность, инициативу, коммуникативные способности – «День здоровья», «Сохраним леса России», «Здоровый ребенок – в здоровой семье», «В гости к Водяному»

5. 4. Формирующие познавательную активность (дети разгадывают загадки, решают проблемные задачи) – это тематические беседы и познава-

тельные занятия с использованием мультимедийных презентаций, утренние беседы.

6. Взаимодействие с семьями воспитанников

Пять основных направлений взаимодействия с семьями дошкольников:

6.1.Познавательное направление – направлено на ознакомление родителей с возрастными и психологическими особенностями детей дошкольного возраста, формирование у родителей практических навыков воспитания детей (общие и групповые собрания в новом формате, где родители – равноправные участники мероприятия; консультации и индивидуальные беседы; участие родителей в подготовке и проведении праздников, развлечений, досугов; открытые занятия; мастер-классы; семинары – практикумы; открытые занятия)

6.2.Информационно- аналитическое направление - направлено на выявление интересов, потребностей, запросов родителей, уровня их педагогической грамотности, установление эмоционального контакта между педагогами, родителями и детьми.

6.3.Наглядно- информационное направление – оформление стендов, папки-передвижки, консультации, тематические папки.

6.4.Досуговое направление - призвано устанавливать теплые доверительные отношения, эмоциональный контакт между педагогами и родителями, между родителями и детьми.

6.5. Обратная связь «В нашей семье делаем так..»

Предлагаемый в перспективных планах порядок разделов и тем может варьироваться и изменяться по усмотрению педагога. Система предполагает общие принципы и подходы для алгоритма действий с учетом конкретной ситуации.