

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №48
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию
детей Невского района Санкт-Петербурга

193312, Санкт-Петербург, Товарищеский проспект, дом 16, корпус 2, литер А.

Тел/факс 583-34-30

ПРИНЯТО

Управляющим Советом
ГБДОУ детский сад № 48
Невского района Санкт-Петербурга
протокол от 27.08.2020 г. № 1

Учтено мнение Совета родителей
ГБДОУ детский сад № 48
Невского района Санкт-Петербурга
протокол от 27.08.2020 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 48
Невского района Санкт-Петербурга
Л.В. Герчик
Приказ от 31.08.2020г.№ 135

Система

физкультурно-оздоровительной работы

*в государственном бюджетном дошкольном образовательном учреждении
детском саду № 48*

*общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности
по физическому развитию детей Невского района Санкт-Петербурга*

(ГБДОУ детский сад № 48 Невского района Санкт-Петербурга)

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в вопросах сохранения собственного здоровья.

Основные принципы физкультурно-оздоровительной работы:

- *принцип активности и сознательности* - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей
- *принцип научности* - подкрепление проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками
- *принцип комплексности и интегративности* - решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и во всех видах деятельности
- *принцип результативности и преемственности* - поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья
- *принцип результативности и гарантированности* - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительных результатов независимо от возраста и уровня физического развития.

Основные направления физкультурно-оздоровительной работы

1. Создание условий

- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ
- обеспечение благоприятного течения адаптации
- выполнение санитарно-гигиенического режима

2. Организационно-методическое и педагогическое направление

- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
- систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров
- составление планов оздоровления
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

3. Физкультурно-оздоровительное направление

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
- профилактика отдельных отклонений в физическом и психическом здоровье

4. Профилактическое направление

- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний
- предупреждение острых заболеваний методами неспецифической профилактики
- дегельминтизация

**Формы работы
по организации физкультурно - оздоровительной работы с детьми**

Структурные модули оздоровительной системы (медицинское сопровождение)	Интеграция оздоровительной работы в образовательный процесс (основные формы работы)			
	Формы совместной деятельности педагогов с детьми			Самостоятельная деятельность детей
	Непосредственно образовательная деятельность	Деятельность в ходе режимных моментов	Совместная деятельность педагога с детьми	
<p>Мониторинг состояния здоровья детей, заболеваемости, уровня их физического и психического развития</p> <p>Разработка вариативных режимов дня, режимов двигательной активности воспитанников, индивидуальных маршрутов развития</p> <p>Консультирование и координация работы педагогов и специалистов ДОУ по оздоровлению воспитанников</p> <p>Организация сбалансированного питания детей, в т.ч. детей-аллергиков</p>	<p>Физкультурные занятия, в том числе с использованием спортивного комплекса ТИССА</p> <p>Физкультминутки (физкультурные паузы – в середине НОД статического характера)</p> <p>Беседы с детьми</p> <p>Логоритмические упражнения</p> <p>Чтение и обсуждение детской художественной литературы</p> <p>Реализация проектов по ЗОЖ</p>	<p>Утренняя гимнастика</p> <p>Пальчиковая и артикуляционная гимнастика</p> <p>Игры (хороводные, подвижные, спортивные, игры-тренинги)</p> <p>Бодрящая (оздоровительная) гимнастика после дневного сна</p> <p>Формирование культурно-гигиенических навыков</p> <p>Закаливающие мероприятия</p>	<p>Физкультурные досуги</p> <p>Тематические досуги (ЗОЖ)</p> <p>Мероприятия по профилактике ДДТТ</p> <p>Спортивно-музыкальные развлечения</p> <p>Спортивные праздники</p> <p>Дни здоровья</p> <p>Каникулы</p> <p>Спортивный кружок «Играем вместе» (для детей старших и подгот. групп)</p>	<p>Самостоятельные игры (подвижные, спортивные, развивающие, в т.ч. валеологического содержания)</p> <p>Физические упражнения (с использованием оборудования для двигательной активности)</p> <p>Рассматривание иллюстраций</p> <p>Детская продуктивная деятельность</p>

Система оздоровительной работы

№ п\п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1.	Обеспечение здорового ритма жизни - щадящий режим (в адаптационный период) - выполнение режима дня - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей - организация благоприятного микроклимата	Все группы	Ежедневно	Воспитатели Мед.сестра педагоги
2.	Двигательная активность			
2.1	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели Инструктор по ф/к
2.2	Динамические перемены	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
2.3	Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию	Все группы	3 р. в неделю	Инструктор по ф/к Воспитатели
2.4	Спортивные упражнения (санки, велосипеды и др.)	Во всех группах	2 р. в неделю	Воспитатели
2.5	Элементы спортивных игр	старшая, подготовительная	2 р. в неделю	Воспитатели Инструктор по ф/к
2.6	Кружковая работа «Играем вместе» (командные виды спорта)	ст и подг гр	1 р. в неделю	Инструктор по ф/к
2.7	Активный отдых - физкультурный досуг	Все группы	1 р. в месяц	Инструктор по ф/к, Воспитатели
2.8	Спортивные праздники	Средние Старшие и подготов. гр.	1 р. в год 2 р. в год	Инструктор по ф/к Воспитатели
2.9	Каникулы (непосредственно образовательная деятельность, требующая умственного напряжения, не проводится)	Все группы	1 р. в год (в соответствии с годовым календарным учебным графиком)	Все педагоги
3.	Лечебно – профилактические мероприятия			
3.1	Профилактика гриппа и других инфекционных заболеваний (проветривание после каждого часа, проветривание после занятия)	Все группы	В течение года	врач, медсестра
3.3	Физиотерапевтические мероприятия (кварцевание групповых помещений)	Все группы	В течение года	врач, медсестра
3.4.	Фитонезидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	В неблагопр.	Воспитатели

			период эпидемии гриппа, инфекции в гр.)	медсестра
4.	Закаливание			
4.1	Контрастные воздушные ванны	Все группы	После дневного сна	Воспитатели
4.2	Облегчённая одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели
4.3	Обширное умывание (мытьё рук, лица)	Все группы	Несколько раз в день	Воспитатели
4.4.	Гигиеническое мытьё ног в жаркую погоду в летний период	Все группы	После дневной прогулки	Помощник воспитателя

Примерный план физкультурно-оздоровительных мероприятий

Месяц	Наименование мероприятий	Возрастные группы
Ежедневно в течение года	Утренняя гимнастика Закаливающие процедуры Физкультурные минутки Свето-воздушные ванны Динамические перемены Артикуляционные гимнастики Пальчиковые гимнастики	Все группы
В течение года (по расписанию)	Физкультурные занятия	Все группы
График физкультурных мероприятий по группам		
Сентябрь	«Веселые встречи!» - развлечение на улице «Азбука светофора» - спортивный праздник по ПДД День здоровья «Малые олимпийские игры»	Все группы Старшие группы Все группы
Октябрь	«Веселые старты!» - спортивный праздник Вечера досуга: - «По грибы, по ягоды» - «Мы пошли на огород» - «В гостях у царя Берендея»	Подг. группы Младшие группы Средние группы Старшие группы
Ноябрь	«Мои соседи по планете» - вечер досуга «Играют дети на всей планете» - вечера досуга «Мама, я спортсмен!»	Подг. гр. Старшие гр. Мл. и ср. гр.
Декабрь	«Веселый хоккей» (посвящен Всероссийскому дню хоккея) «Конкурс снежных построек» «Игры наших бабушек (дедушек)» - вечера досуга	Старшие и подгот. группы Мл. и ср. группы

Январь	«Коляда, коляда, отвори ворота!» - музыкально-спортивное развлечение Снег кругом» (посвящено Дню снега 19 января) День здоровья (Зимние олимпийские игры)	Все группы Все группы Все группы
Февраль	«Нам зима не страшна» (посвящено дню зимних видов спорта в России – 7 февраля) Спортивный праздник «От богатырей до наших дней»	Все группы Старшие и подг. гр.
Март	«Веселая масленица» - музыкально-спортивное развлечение Вечера досуга «Напечем блинов для мамы»	Все группы Все группы
Апрель	День здоровья (7 апреля) «Если с другом вышел в путь!» - спортивный праздник	Все группы Средние гр.
Май	«Путешествие по родному городу» на улице (ко Дню рождения Санкт-Петербурга) – спортивный праздник «Вей, вей, ветерок!» - вечера досуга	Подгот. гр. Мл. и ср. гр.
Июнь	«День защиты детей» - музыкально-спортивный праздник на улице	Все группы