

физкультурно-оздоровительная работа

Физкультурно-оздоровительная работа

в муниципальном дошкольном образовательном учреждении

«Детский сад комбинированного вида № 162»»

Программа МБДОУ «» по здоровьесбережению основывается на реализации программы «Здоровье», автором которой является В.Г. Алямовская. Цель программы – решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – сохранение и поддержка здоровья детей.

В настоящее время в МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 162 » функционируют 12 групп. В детском саду уделяется большое внимание оздоровительной работе, направленной на укрепление здоровья детей, профилактике заболеваний и формированию основ здорового образа жизни, применяются здоровьесберегающие технологии.

Для решения вопросов оздоровления детей в ДОУ проводится следующая работа:

1. Сформирована предметно – развивающая, физкультурно-оздоровительная среда: физкультурные уголки в группах, музыкальный зал, физкультурная площадка на улице, физкультурный зал, бактерицидные лампы, массажные коврики для босохождения.
2. Используется система методов и средств, направленных на обеспечение успешной психической и физической адаптации детей к условиям ДОУ, укреплению их здоровья. Приемы здоровьесберегающих технологий широко используются на занятиях, прогулках, свободной деятельности, в совместной деятельности детей и взрослых, в режимных моментах.

Формы и методы, направленные на укрепление здоровья детей

№	Формы и методы	Содержание
1	Обеспечение здорового образа жизни	Щадящий адаптационный режим Гибкий режим Пропаганда здорового образа жизни Занятия по ОБЖ

2	Двигательная активность	<p>Утренняя гимнастика</p> <p>Физкультурно-оздоровительные занятия</p> <p>Подвижные игры</p> <p>Дыхательная гимнастика</p> <p>Спортивные игры</p> <p>Активный отдых: развлечения, праздники, игры – забавы, дни здоровья</p> <p>Участие в городских спортивных мероприятиях</p>
3	Световоздушные ванны	<p>Проветривание помещений</p> <p>Прогулки на свежем воздухе</p> <p>Обеспечение температурного режима</p> <p>Контрастные воздушные ванны (переход из спальни в игровую)</p> <p>Прием детей на улице в тёплое время года</p> <p>Бактерицидные лампы</p>
4	Диетотерапия	Рациональное питание по меню
5	Музыкальная терапия	Музыкально – театрализованная деятельность
6	Физкультурные занятия	Игры и упражнения для физического развития ребенка
7	Закаливающие процедуры	<p>Хождение босиком по массажным коврикам после дневного сна</p> <p>Полоскание рта</p> <p>Контрастное обливание рук по локоть</p>
8	Гигиенические и водные процедуры	Умывание мытьё рук игры с водой /в летний период/
9	Соблюдение санитарно-эпидемиологических норм и правил	Сан Пин
10	Занятия с учителем-логопедом	Коррекция нарушения речи