

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение г.  
Мурманска детский сад комбинированного вида № 125  
«ЛАДУШКИ»

# ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА В МБДОУ №125



Пашкульская  
Марина Викторовна  
ВОСПИТАТЕЛЬ

**«Здоровье – не всё,  
но всё без**

**здоровья – ничто»**

**СОКРАТ**

## **ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ ПО ОЗДОРОВЛЕНИЮ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ ДООУ № 125 « БУДЕМ ЗДОРОВЫ!»**

- Оптимизировать оздоровительную деятельность в ДООУ путем организации **здоровьесберегающего педагогического процесса**, соответствующего возрастным и индивидуальным возможностям, использующего адекватные технологии развития и воспитания и способствующего усвоению детьми ценностей здоровья и здорового образа жизни.
- Осуществить выбор **оздоровительных технологий** с учетом особенностей ДООУ.
- Разработать и апробировать систему **педагогических воздействий**, направленных на формирование компетентности здоровьесбережения дошкольников.
- Разработать и апробировать **алгоритмы здоровьесберегающей деятельности** субъектов образовательного процесса дошкольного учреждения.
- Обеспечить **системный подход**, призванный в комплексе решать как медико-социальные, так и психолого-педагогические проблемы детей дошкольного возраста.
- Разработать систему мер, направленных на **управление развитием оздоровительной деятельности**, её модернизацию, совершенствования ее качества.
- Способствовать сохранению и укреплению здоровья детей путем **развития здоровьесберегающих навыков и умений**, формирования привычки думать и заботиться о своем здоровье.

# ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОГРАММЫ

## **Профилактическое:**

Проведение обследования по скрининг-программе.

Обеспечение благоприятной адаптации.

Выполнение сангигиенического режима.

Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры.

*Проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.*

## **Организационное:**

Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

*Определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.*

Составление индивидуальных планов оздоровления.

*Изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик.*

Систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров.

*Пропаганда здорового образа жизни (ЗОЖ) и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.*

## **Медико–профилактическое:**

Витаминотерапия.

Иммунотерапия.

Оказание первой скорой помощи при неотложных состояниях.

*Коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом развитии.*

# І БЛОК

## ИЗУЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ, ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ И ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ РЕБЕНКА

### МЕДИКО-ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ВКЛЮЧАЕТ:

Системную индивидуальную коррекционно-развивающую и оздоровительную работу.

Разработку мероприятий по профилактике физических, интеллектуальных и эмоционально-личностных проблем.

Разработку индивидуальных маршрутов развития и укрепления здоровья ребенка.

Разработку и внедрение рекомендаций по организации здоровьесберегающей, предметно-пространственной среды.

Консультирование педагогов, родителей.

Составление «Папок здоровья»

# СКРИНИНГ-ПРОГРАММА ОБСЛЕДОВАНИЯ ДЕТЕЙ

## I ЭТАП – ДОВРАЧЕБНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ

Анкетный тест – опрос  
родителей

Проверка слуха шепотной  
речью

Исследование остроты  
зрения

Измерение артериального  
давления

Оценка физического  
развития и физической  
подготовленности

Оценка состояния опорно-  
двигательного аппарата

## II ЭТАП – ОСМОТР ВРАЧОМ-ПЕДИАТРОМ

Комплексная оценка  
состояния здоровья детей

Выявление детей с  
хронической патологией

## III ЭТАП – ОСМОТР ВРАЧАМИ- СПЕЦИАЛИСТАМИ ПОЛИКЛИНИКИ

ДИСПАНСЕРНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ В ДООУ



## II БЛОК

### ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА

СИСТЕМА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ  
МЕРОПРИЯТИЙ

- Обеспечение здорового ритма жизни
- Организация рационального питания
- Вигательная деятельность
- Гигиенические и водные процедуры
- Оздущные процедуры
- Свето и цвето терапия
- Массаж и гимнастика
- Музыкальная терапия
- Закаливание
- Пропаганда ЗОЖ



# III БЛОК

## ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

### ВОСПИТАНИЕ ПОТРЕБНОСТИ В ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

Привитие стойких культурно-гигиенических навыков

Обучение уходу за своим телом, навыкам оказания первой помощи

Формирование элементарных представлений об окружающей среде

Формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений

Развитие представлений о строении собственного тела, назначение органов

Формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма

Воспитание осознанного отношения к своему здоровью

Формирование мотивов ЗОЖ

Выработка стойкой привычки к самомассажу

Создание условий для формирования навыков охраны личного здоровья и бережного отношения к здоровью окружающих

Ознакомление детей с возможными травмирующими ситуациями



# IV БЛОК

## КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ РАБОТА



Занятия с психологом



Цветовое сопровождение  
в детском саду

Психогимнастика

Терапевтические техники:  
песочная терапия,  
игротерапия, арттерапия

Занятия с психологом с  
детьми группы риска и по  
потребности

Использование приемов  
релаксации

Логоритмика



Занятия с логопедом



# У БЛОК

## МЕДИКО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

ПРОВЕДЕНИЕ  
СОЦИАЛЬНЫХ,  
САНИТАРНЫХ И  
СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕР ПО  
ПРОФИЛАКТИКЕ  
РАСПРОСТРАНЕНИЯ  
ИНФЕКЦИОННЫХ  
ЗАБОЛЕВАНИЙ

- Соблюдение санитарно-эпидемиологического режима
- Выявление заболевших детей, своевременная их изоляция
- Проведение профилактических прививок, вакцинация
- Кварцевание
- Витаминизация

ПРОФИЛАКТИКА  
НАРУШЕНИЙ ОСАНКИ,  
ПЛОСКОСТОПИЯ, ЗРЕНИЯ

- Подбор мебели в соответствии с ростом детей
- «Дорожки здоровья»
- Гимнастика для глаз
- Постоянный контроль осанки

СОБЛЮДЕНИЕ  
САНИТАРНО-  
ГИГИЕНИЧЕСКОГО РЕЖИМА

- Организация здорового сна
- Рациональное построение режима дня
- Организация сбалансированного питания

ЗАКАЛИВАЮЩИЕ  
ПРОЦЕДУРЫ

- Обширное умывание прохладной водой
- Самомассаж
- Полоскание ротовой полости
- Воздушные ванны

## VI БЛОК

### ПОВЫШЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ ПЕДАГОГОВ В ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИИ

Семинары

Работа в творческих группах

Выступления на педсоветах

Консультации

Открытые просмотры

**ФОРМЫ РАБОТЫ С ПЕДАГОГАМИ**

Мастер-классы

Работа по проектам





**РЕЗУЛЬТАТЫ  
РАБОТЫ МБДОУ  
ПО ПРОГРАММЕ  
«БУДЕМ  
ЗДОРОВЫ»**

- Наши воспитанники в большинстве своем **опережают и превышают установленные нормы** в освоении основных движений по программе «Здоровье»
- **Уменьшилось количество пропусков** детей детского сада по болезни
- **Владеют культурно-гигиеническими навыками**
- **С радостью участвуют в спортивных праздниках**, проводимых в рамках детского сада и городских спортивных мероприятий
- **Много семей** ведут **здоровый образ жизни** и учителями физкультуры отмечен большой интерес и **потребность выпускников** нашего МБДОУ **в физических упражнениях**
- У детей сформированы **устойчивые знания по ОБЖ** и валологии
- **Повысился психоэмоциональный статус детей**



**СПАСИБО**

**СПАСИБО**

**СПАСИБО**

[mirgif.com](http://mirgif.com)

