

## **Физкультурно-оздоровительная работа ДООУ по осуществлению мероприятий лечебно – профилактического и оздоровительного направления.**

Для успешного решения физкультурно – оздоровительных задач в 2011-2012 учебном году были проведены следующие мероприятия:

- семинар "Состояние физкультурно-оздоровительной работы в детском саду",
- расширенный педсовет на тему: "Безопасность детей - общая забота" с привлечением медицинской службы по вопросам физического развития и здоровья детей. На этом педсовете были даны результаты диагностирования детей по физической подготовленности, анализ адаптации детей раннего возраста, анализ детской заболеваемости и травматизма, посещаемости, состояние уровня работы по физическому воспитанию и намечены пути решения этих направлений.

Анкетирование среди педагогов показало следующие результаты:

- ✓ 20% педагогов (в основном молодые специалисты), недостаточно владеют информацией о том, что включает в себя термин «Физкультурно-оздоровительная работа в ДООУ».
- ✓ 80% педагогов заинтересованы в том, чтобы физкультурно-оздоровительной работе уделять больше внимания.

В нашем детском саду разработана система лечебно-оздоровительной профилактической работы с детьми, куда входят:

- контроль за физической нагрузкой;
- двигательная активность детей, которая несёт в себе закаливающие моменты;
- элементы дыхательной гимнастики
- физиотерапия;
- контрастное закаливание, массаж, УФО.

В систему физкультурно-оздоровительных мероприятий входят плавание в бассейне, ритмическая, бодрящая и корригирующая гимнастика, оздоровительный бег, дозированная ходьба, релаксация.

Для проведения физкультурных занятий имеется спортивный зал с большим количеством разнообразного инвентаря, оснащённый современным оборудованием, в котором детей встречает инструктор по физической культуре. В системе физкультурной работы используются нетрадиционные формы: дни здоровья, мини-марафоны, туристические походы, оздоровительный бег, дозированная ходьба.

Медико-педагогический коллектив дошкольного учреждения уделяет должное внимание закаливающим процедурам, т.к. закаливание организма ребенка повышает его устойчивость к воздействию различных неблагоприятных факторов внешней среды. Закаливающие процедуры проводятся воспитателями групп в течение всего года с постепенным усложнением их характера, длительности и дозировки на основе рекомендаций врача-педиатра, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребенка.



В ДОУ осуществляется дифференцированный отбор видов закаливания:

- бодрящая гимнастика /упражнения после сна (в постели); /пробежка по «пуговичному» коврику;
- витаминизированное питье;
- пробежки по дорожкам с препятствиями;
- ходьба по влажной дорожке (летом);
- контрастное обливание ног (летом);
- дозированная ходьба
- оздоровительный бег;
- полоскание рта;
- дыхательная гимнастика;
- релаксационные упражнения под музыку на музыкальных занятиях и на занятиях по корригирующей гимнастике;
- хождение босиком (летом).



Значительно улучшилась работа по выполнению санитарно-гигиенических норм и правил: своевременно проводится сквозное и одностороннее проветривание, влажная уборка групповых и спальных помещений, кварцевание групп.

Особое внимание уделяется вопросам закаливания, питания, сну, витаминотерапии, здоровьесберегающим компонентам, соблюдению гибкого режима дня, двигательного режима и проведения курса оздоровления детей с обливанием прохладной водой до локтя.

На основе анализа медико-педагогическим персоналом ДОУ определены основные направления воспитательно-оздоровительной работы с детьми:

- оценка здоровья ребенка при постоянном и ежедневном контроле его состояния: составление листов здоровья, ведение фильтровых журналов, совместные наблюдения групп старшей медицинской сестрой, врачом-педиатром, психологом, старшим воспитателем;
- охрана и укрепление психофизического здоровья ребенка: наблюдение и изучение эмоционального состояния детей, психологическое просвещение педагогического коллектива, индивидуальные и коллективные консультации для воспитателей и родителей, выработка рекомендаций, использование их в коррекционной работе с детьми;
- помощь, педагогическая поддержка ребенку в период его адаптации к условиям дошкольного учреждения;
- воспитание у детей потребности в здоровом образе жизни: обеспечение сбалансированного питания,
- профилактика вредных привычек, беседы о последствиях их воздействия на организм;
- воспитание у дошкольников уверенности в своих силах и возможностях: утверждение демократического стиля общения взрослых с детьми, формирующего адекватную самооценку детей;
- развитие познавательных интересов детей, использование в целях воспитания, образования и оздоровления элементов русского фольклора с учетом гендерной педагогики (дифференцированного подхода в развитии мальчиков и девочек);

- поиск новых эффективных форм взаимодействия с родителями по вопросам закаливания и охраны здоровья детей.

Анкетирование среди родителей показало:

- ✓ 70% родителей ставят «здоровье и физическое развитие ребенка» на первое место;
- ✓ 30% родителей проводят профилактическую работу со своим ребенком дома, по вопросам физического развития и оздоровления
- ✓ 95% родителей заинтересованы в том, чтобы в дошкольном учреждении было больше организовано спортивных кружков, секций, мероприятий по профилактике простудных заболеваний, заболеваний опорно-двигательного аппарата (плоскостопие, нарушении осанки).

Таким образом, физкультурно-оздоровительная работа в ДОО имеет положительную динамику. А поиски эффективных мер, направленных на оздоровление детей, приобретает первостепенное значение. Опрос родителей показал, что главным для них является физическое и психическое здоровье ребенка.

Гордостью дошкольного учреждения является кабинет «БОС-здоровья», единственный в городе Орле, в котором у детей при помощи компьютерной программы формируется навык оздоровительного дыхания.

На специальных «уроках» в кабинете «БОС-здоровья», воспитанники обучаются диафрагмально-релаксационному типу дыхания.



Это оздоровительная дыхательная гимнастика с использованием метода биологической обратной связи (БОС). На специальных «уроках» здоровья воспитанники обучаются диафрагмально-релаксационному типу дыхания.

На групповых занятиях с использованием игровой компьютерной образовательно-оздоровительной

технологии А.Сметанкина «БОС-Здоровье – Учимся и Оздоровливаемся», создаются максимально благоприятные условия, как для формирования здоровья, так и гармоничного развития ребенка. Методика тренировки диафрагмально-релаксационного дыхания является составной частью профилактической и оздоровительной программы ДОО, назначается детям, отнесенным к 1-3 группам здоровья, имеющим допуск к занятиям физической культурой, оказывает общеукрепляющее и оздоравливающее воздействие на организм ребенка.

