

Охрана здоровья в МБДОУ «Березка»

Система физкультурно-оздоровительной работы

Цель: Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле 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 воспитательно-образовательного процесса и всех видов 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 МБДОУ;
- 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;
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

3. Физкультурно-оздоровительное направление:

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
- коррекция 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;
- противорецидивное лечение хронических заболеваний;
- дегельминтизация;
- оказание скорой помощи при неотложных состояниях.

Система оздоровительной работы

№ п\п	Мероприятия	Группы	Периодичность	Ответственные
1.	Обеспечение здорового ритма жизни - гибкий режим дня; - определение оптимальной нагрузки на ребенка с учетом возрастных и индивидуальных особенностей; - организация благоприятного микроклимата.	Все группы	ежедневно	Воспитатели, медсестра
2.	Двигательная активность	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
2.1	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели
2.2	Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию - в группе; - на улице.	Все группы Все группы	2 р. в неделю 1 р. в неделю	Воспитатели
2.3	Активный отдых - спортивный час; - физкультурный досуг	Все группы Все группы	1 р. в неделю 1 р. в месяц	Воспитатели
2.4	Физкультурные праздники (зимой, летом)	все группы	2 р. в год	Воспитатели
3.	Лечебно – профилактические мероприятия			
3.1	Профилактика гриппа (проветривание каждого часа, проветривание после занятия)	Все группы	В неблагоприятный период (осень, весна)	Медсестра, пом.воспитателя

3.2	Физиотерапевтические процедуры (кварцевание)	По показаниям врача	Ежедневно	медсестра
3.3	Фитонезидотерапия (лук, чеснок)	Все группы	В неблагопр. период (эпидемии гриппа, инфекции в группе)	Воспитатели медсестра
4.	Закаливание			
4.1	Ходьба босиком	Все группы	Летний оздоровительный период	Воспитатели
4.2	Облегчённая одежда детей	Все группы	В течение дня	Воспитатели
4.3	Мытьё рук, лица прохладной водой	Все группы	Несколько раз в день	Воспитатели

Модель двигательного режима по всем возрастным группам

	Группа раннего возраста	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Подвижные игры во время приёма детей	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.	Ежедневно 7-10 мин.	Ежедневно 10-12 мин.
Утренняя гимнастика	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 7 мин.	Ежедневно 8 мин.	Ежедневно 10 мин.
Физкультминутки	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.	2-3 мин.
Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию (2 в группе, 1 на улице)	2 раза в неделю По 10 мин.	2 раза в неделю По 15 мин.	3 раза в неделю По 20 мин.	3 раза в неделю По 25 мин.	3 раза в неделю По 30 мин.
Подвижные игры: - сюжетные; - бессюжетные; - игры-забавы; - соревнования; - эстафеты; - аттракционы.	Ежедневно не менее двух игр по 5 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 5-7 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 7-8 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 8-10 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 10-12 мин.

Оздоровительные мероприятия: - гимнастика пробуждения - дыхательная гимнастика	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 6 мин.	Ежедневно 7 мин.	Ежедневно 8 мин.
Физические упражнения и игровые задания: - артикуляционная гимнастика; - пальчиковая гимнастика; - зрительная гимнастика.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 2-3 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 8-10 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 10-15 мин.
Игры с мячом	5 минут	5 минут	8 – 12 минут	8 – 15 минут	8 – 15 минут
Спортивные игры	-	-	Целенаправленное обучение не реже 1 раза в 2 недели		
Физкультурные упражнения на прогулке (ежедневно с подгруппами)	10 минут	10 минут	10 – 12 минут	10 – 15 минут	10 – 15 минут
Физкультурный досуг	1 раз в месяц по 10-15 мин.	1 раз в месяц по 10-15 мин.	1 раз в месяц по 15-20 мин.	1 раз в месяц по 25-30 мин.	1 раз в месяц по 30–35 мин.
Спортивный праздник	-	2 раза в год по 15 мин.	2 раза в год по 20 мин.	2 раза в год по 25-30 мин.	2 раза в год по 30-35 мин.
Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя.				

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 355657241185316324136411458373773346058785353928

Владелец Фомина Светлана Сергеевна

Действителен с 31.10.2022 по 31.10.2023