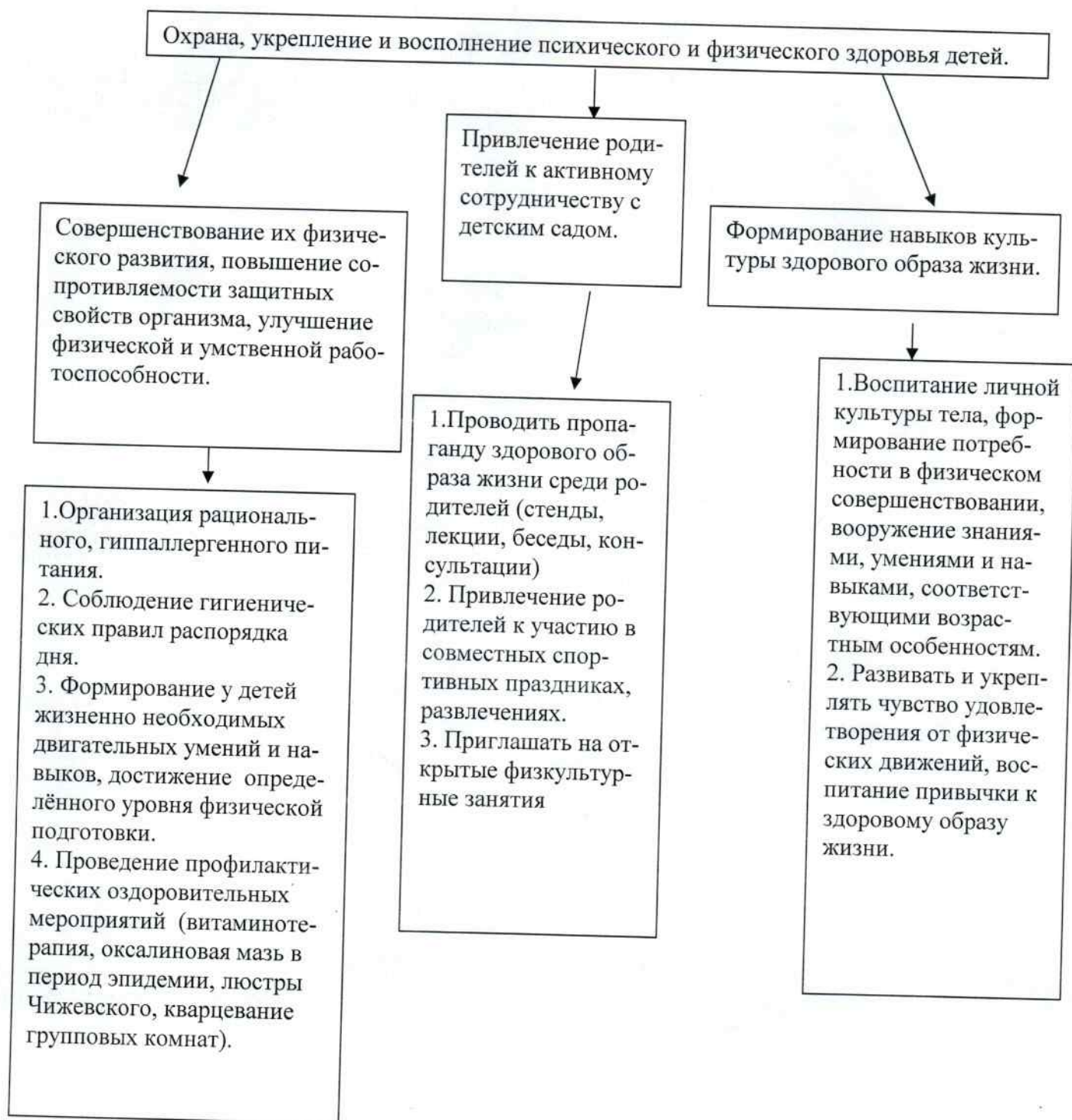


**СИСТЕМА**  
**физкультурно – оздоровительной**  
**работы с дошкольниками**  
**МДОУ №183 «Детский сад присмотра**  
**и оздоровления»**

## ДРЕВО ЦЕЛЕЙ



## **Наше понимание здорового ребенка**

Ребенок должен быть:

- с радостным, оптимистическим мировосприятием;
- общительным, умеющим жить в коллективе сверстников;
- активным, любознательным и самостоятельным;
- способным адаптироваться в изменяющихся условиях;
- устойчивым к неблагоприятным факторам внешней среды;
- работоспособным;
- обладающим необходимыми знаниями, умениями и навыками.

## **Наше понимание педагога**

Педагог должен быть:

- милосердным и доброжелательным, спокойным;
- с привычкой к здоровому образу жизни;
- профессионально грамотным;
- понимающим ребенка, его интересы, потребности, возможности;
- обеспечивающим развивающую среду;
- умеющим обходиться без наказаний и повышения голоса;
- обеспечивать ребенку и взрослым максимально-комфортные условия;
- отвечать интересам и потребностям ребенка и взрослого.

## **Ожидаемые результаты:**

- повышение активности сотрудников ДООУ в реализации новых подходов к оздоровлению детей;
- привлечение родителей к формированию единого физкультурно-оздоровительного пространства для взрослых и детей;
- создание в детском саду атмосферы психологического комфорта и доброжелательности;
- создание и функционирование оптимального двигательного режима для каждого ребенка; повышение уровня физического, психологического и социального здоровья дошкольников;
- повышение уровня лечебно-профилактической работы;
- индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений;
- осознанное отношение у детей и взрослых к своему здоровью, как активному фактору успеха на всех жизненных этапах;
- создание оздоровительного режима дня с учетом биоритмического состояния каждого ребенка.

### **Целевые показатели**

- оздоровление всех воспитанников, снижение заболеваемости;
- обеспечение лечебно-профилактическими мероприятиями в полном объеме;
- психическое развитие детей;
- комфортное пребывание;
- эмоциональное благополучие;
- отсутствие нежелательных эффектов при организации воспитательно-образовательного процесса.

### **Качественные показатели**

Создание в ДОУ условий обеспечивающих:

- сохранение здоровья детей;
- проведение мероприятий направленных на оздоровление;
- снижение заболеваемости детей;
- эмоционально-положительное восприятие детьми детского сада;
- обеспечение развития детей без ущерба для их здоровья.



# Система физкультурно – оздоровительной работы

## 1. Организация рационального двигательного режима:

- утренняя гимнастика
- прогулка
- физкультурные занятия
- физкультминутки
- гимнастика после сна
- индивидуальные коррекционные занятия
- самостоятельная двигательная активность детей.

## 2. Закаливание:

- босохождение
- воздушные ванны
- полоскание горла
- топтание по мокрым дорожкам с массажем стоп
- сон с доступом свежего воздуха
- соблюдение требований к одежде.
- САМОМАССАЖ

## 3. Физические упражнения:

- общеразвивающие упражнения
- упражнения для профилактики плоскостопия, осанки
- дыхательные упражнения
- упражнения для глаз
- пальчиковые упражнения
- подвижные игры

## Система лечебно-оздоровительных мероприятий включает в себя:

1. Углубленные медицинские осмотры.
2. Антропометрическое обследование - 2 раза в год.
3. Организация профилактических прививок по графику.
4. Углубленный осмотр узкими специалистами из детской поликлиники №7 - 1 раз в год (невролог, окулист, хирург, ЛОР, гинеколог, психиатр).
5. Оздоровление по назначению и под наблюдением врача-аллерголога, врача-педиатра, старшей медицинской сестры и медсестры.  
(физиотерапия, ингаляции, тубус-кварц).
6. Очищение воздуха бактерицидными лампами.
7. Мобилизация защитных сил организма (витаминотерапия, полоскание горла солёной водой).
8. Проведение неспецифической профилактики ОРВИ (проведение точечного самомассажа, дыхательной гимнастики, очистительной гимнастики перед сном и закалывающей гимнастики после сна, массаж).
9. Нетрадиционные методы работы с детьми по профилактике заболеваний (близорукости - гимнастика для глаз, плоскостопия, сколиоза, дыхательной системы, нервной системы - психогимнастика).
10. Строгое соблюдение режима дня в образовательном учреждении.
11. Строгое соблюдение санитарно-гигиенических требований.
12. Проведение санитарно-просветительной работы для родителей, воспитателей и детей.