**Система физкультурно-оздоровительной работы в МБДОУ №5**

|  |
| --- |
| **Задачи физического развития** |
| **Оздоровительные** * Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей
* Повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления
* Обеспечение гармоничного физического развития
* Формирование правильной осанки
 | **Образовательные** * Совершенствование умений и навыков в основных видах движений
* Развитие физических качеств
* Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами
 | **Воспитательные** * Формирование потребности в ежедневной двигательной активности
* Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности
* Формирование способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений
 |
| **Методы физического развития** |
| **Наглядные** * Наглядно-зрительные приемы ( показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры)
* Наглядно-слуховые приемы (музыка, песни)
* Тактильно-мышечные приемы (непосредственная помощь воспитателя)
 | **Словесные** * Объяснения, пояснения, указания
* Подача команд, распоряжений, сигналов
* Вопросы детям
* Образный сюжетный рассказ, беседа
* Словесная инструкция
 | **Практические** * Повторение упражнений без изменения и с изменениями
* Проведение упражнений в игровой форме
* Проведение упражнений в соревновательной форме
 |

|  |
| --- |
| 1. **УСЛОВИЯ**
 |
| **Психолого-педагогические условия** | **Кадровые условия** | **Материально-технические условия** | **Финансовые условия** |
| * Характер взаимодействия сотрудников с детьми
 | * Наличие инструктора по ФК
 | * РППС для реализации ООП ДО, АООП ДО (ОО «Физическое развитие»)
* Физкультурный зал
* Спортивные площадки
* Центры двигательной активности в группах
* Прогулочные площадки
* Сенсорная комната
 | Распределение финансовых средств на улучшение РППС |
| * Использование форм и методов адекватных возрасту и индивидуальным особенностям детей, дифференцированный подход
 |  | * Средства обучения и воспитания
* Оборудование
* Гигиенические факторы
* Естественные силы природы
 | * Привлечение внебюджетных средств
 |
| * Наличие социально-личностного развития
 |  | * Методическое обеспечение ( см.в ООП)
 |  |
| * Наличие для коррекции нарушений развития и социальной адаптации
 |  | * Соблюдение требований:
* Санитарно-эпидемиологических
* Правил безопасности
* Правил пожарной безопасности
* Правил антитеррористической защищенности
 |  |
| **2.ИЗУЧЕНИЕ КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАНИЯ по физическому развитию детей** |
| **Оценка качества образовательных программ, технологий, методик** |
| Оценка качества ООП ДО и АООП ДО |  Установление соответствия с ФГОС ДО- структуры, требований в содержании образовательной области «Физическое развитие» | ВСДК | Сравнение с требованиями ФГОС ДО | Анализ  | Перед принятием/Утверждением/после внесения изменений | Старший воспитательТихонова М.А. |
| **Оценка качества условий реализации образовательных программ** |
| Оценка психолого-педагогических условий |  | ВСМВСДК | ПДПсД | Диагностики, анализ, карты контроля |  В соответствии с годовым планом | Ст.воспитатель, педагог-психолог |
| Оценка кадровых условий | - обеспеченность кадрами-качественные характеристика кадров | ВСМ | Статистические данные, сравнительный анализ |  | 2 раза в год | заведующийСт.воспитательделопроизводитель |
| Оценка материально-технических условий | -РППС для реализации ООП ДО, АООП ДО (ОО «Физическое развитие»)-Средства обучения и воспитанияМетодическое обеспечение-Соблюдение требований:* Санитарно-эпидемиологических
* Правил безопасности
* Правил пожарной безопасности
* Правил антитеррористической защищенности
 | ВСДК | Оперативный, тематический контроль | Карты контроля |  В соответствии с циклограммой | Заведующий, зам.зав по АХРСпец. по ОЗСт.воспитатель |
| Оценка финансовых условий | -Распределение финансовых средств на улучшение РППС по физкультурно-оздоровительной работе-Привлечение внебюджетных средств | ВСДК | Анализ  | Отчет  | 1 раз в год | Заведующий, зам.зав по АХР |
| **Оценка индивидуального развития детей** |
| Показатели состояния здоровья и физического развития детей  | Положительная динамика/отсутствие отрицательной динамики- групп здоровья воспитанников;- антропометрических данных;- снижение количества воспитанников категории «Д» | ВСДК | Учёт результатов медицинских обследований: Профилактические медицинские обследованияАнтропометрические измерения | Анализ данных, представленных медицинскими работниками  | Сентябрь, майПо плану медиц. Организации | Вед.специалист по ОЗ |
| - заболеваемости воспитанников;- посещаемости воспитанниками МБДОУ | ВСДК | Оперативный контроль вед.специалиста по ОЗ | Анализ данных | Ежемесячно | Вед.специалист по ОЗ |
| Уровень развития детской деятельности (дети от 3 до 7 лет) (продвижение в программе) | - Наличие положительной динамики у каждого воспитанника;- Положительная динамика уровней развития детской деятельности группы в целом (обобщённый показатель) (эффективность воздействий педагогов) | ПД | Экспресс-оценка детской деятельности  | О.А. Сафонова «Экспресс-анализ и оценка детской деятельности» | 2 раза в год:октябрь,  апрель-май | Ст.воспитатель Тихонова М.А, воспитатели |
| Мониторинг физической подготовленности дошкольников  | Положительная динамика уровня физической подготовленности воспитанников | ПД | Тестирование (организованная деятельность) | «Физкультурный паспорт» Методика департамента образования Владимирской области (постановление губернатора области № 473 от 31.09.2004 г.) | 2 раза в год:Октябрь, май | Инструктор поФК, воспитатели |
| Внеучебные достижения воспитанников | - Положительная индивидуальная динамика в творчестве/спорте и т.п.(повышение уровня конкурсов, соревнований) | ВСМ | Наблюдение/анализ | Карты наблюдений/сводные таблицы | Декабрь(за предыдущий календарный год)Май (за учебный год) | Старший воспитатель Тихонова М.А. |
| **Оценка удовлетворенности потребителей качеством образования** |
| Удовлетворённость потребителей психолого-педагогическими условиями по физическому развитию | Положительная динамика уровня удовлетворённости родителей (законных представителей) психолого-педагогическими условиями в МДОУ / отсутствие отрицательной динамики | ВСМ | Анкетирование родителей (законных представителей) | Анализ анкетСравнительный анализ | 1 раз в год (по завершении календарного года) | воспитатель Тихонова М.А. |
| Удовлетворённость потребителей материально-техническими условиями по физическому развитию |
| Удовлетворённость потребителей образовательными результатами воспитанников по физическому развитию |
| **3.ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ** |
| **Формы работы** | **Кол-во и длительность по возрастным группам** |
| **Ранний возраст****(1-2года)** | **1мл.группа****( 2-3 года)** | **2 мл.группа****(3-4 года)** | **Средняя группа****(4-5лет)** | **Старшая группа (5-6 лет)** | **Подг.группа****(6-7лет)** |
| **Физкультурные занятия** | в помещении | 2 раза в неделю | 3 раза в неделю10мин | 3 раза в неделю15мин | 3 раза в неделю20мин | 2 раза в неделю25мин | 2 раза в неделю30мин |
|  на улице  | - | - | - | - | 1 раз в неделю | 1 раз в неделю |
| **Музыкальные занятия** | музыкально-ритмические движения | 2 раза в неделю3-4мин | 2 раза в неделю4-6мин | 2 раза в неделю6-8мин | 2 раза в неделю8-10мин | 2 раза в неделю10-12мин | 2 раза в неделю12-15мин |
| **Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня** | утренняя гимнастика  | Ежедневно4мин | Ежедневно4-5мин | Ежедневно5-6мин | Ежедневно6-8мин | Ежедневно8-10мин | Ежедневно10-12мин |
| подвижные игры и физические упражнения на прогулке | Ежедневно2раза5мин | Ежедневно2раза10мин | Ежедневно2раза15мин | Ежедневно2раза20мин | Ежедневно2раза25мин | Ежедневно2раза30мин |
| Физкультминутки (в середине статического занятия) | - | - | Ежедневно в зависимости от вида занятия1-2мин | Ежедневно в зависимости от вида занятия2мин | Ежедневно в зависимости от вида занятия2-3мин | Ежедневно в зависимости от вида занятия3мин |
| **Активный отдых** | физкультурный досуг  | - | - | 1 раз в месяц20мин | 1 раз в месяц20мин | 1 раз в месяц30мин | 1 раз в месяц40мин |
| физкультурный праздник  | - | - | - | 2 раза в год до 60 мин. | 2 раза в год до 60 мин | 2 раза в год до 60 мин |
| день здоровья | - | - | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал | 1 раз в квартал |
| **Самостоятельная двигательная деятельность** | Самостоятельное использование физкультурного и спортивного игрового оборудования | Ежедневно  | Ежедневно  | Ежедневно  | Ежедневно  | Ежедневно  | Ежедневно  |
| Самостоятельные подвижные и спортивные игры |  |  |  |  |  |  |
| **4.ПИТАНИЕ** |
| Четырехразовое питание: завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник | фронтально | Все возрастные группы | В течение года |
|  Соответствие 10-дневному утвержденному меню. Сбалансированность белков, жиров и углеводов | фронтально | Все возрастные группы | В течение года |
| Витаминизация 3 блюда, сезонное использование свежих овощей и фруктов | фронтально | Все возрастные группы | В течение года |
| Соблюдение питьевого режима  ( использование кипяченой питьевой воды, если она хранится не более трех часов и готовится в эмалированном чайнике без сколов)  | фронтально | Все возрастные группы | В течение года |
| **5.ЗАКАЛИВАНИЕ** |
| **Содержание** | **Возрастные группы** |
| **Ранний возраст** | **Младшие** | **Средняя** | **Старшая** | **Подготовит** |
| **1. Температурный режим и проветривание** |
| **Воздушно-температурный  режим** | От +220 до +180 | От +220  до +180 | От +210 до +180 | От +210 до +180 | От +210 до +180 |
| При проветривании допускается кратковременное снижение воздуха в помещении на 2-40Обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды |
| **Сквозное проветривание (в отсутствие детей)** | Проводиться не менее 10 минут через каждые 1,5 часа  |
| **Проветривание утром перед приходом детей** | К моменту прихода детей температура восстанавливается до нормы |
| **Проветривание перед возвращением детей с прогулки** | + 190 | + 190 | + 180 | + 180 | + 180 |
| **Проветривание во время дневного сна** | В теплое время года проводится в течение всего дневного сна |
| **2. Элементы повседневного закаливания** |
| **Утренний прием детей на улице** | В теплый период |
| **Утренняя гимнастика** | В теплое время года проводится на улице,в холодное время года – в зале, в группе  |
| **Физкультурные занятия в зале, группе** | + 18 |
| **Физкультурные занятия на свежем воздухе** | нет | 1 раз в неделю | 1 раз в неделю |
| **Воздушные ванны** | В теплое время года проводятся ежедневно при температуре + 200 - +220  |
| **Прогулка** | Обувь и одежда соответствует метеорологическим условиям |
| До - 150 | До - 150 | До - 150 | До - 150 | До - 150 |
| **Физические упражнения, подвижные игры  на улице** | ежедневно |
| **Упражнения на дыхание, игровой самомассаж, пальчиковые игры, упражнения для профилактики плоскостопия, нарушения осанки.** | Ежедневно ( в гимнастиках, физ.паузах,  физ.занятиях, в повседневной деятельности)В теплое время года проводятся на свежем воздухе. |
| **Упражнения для профилактики переутомления** | Релаксация, элементы психогимнастики, физминутки |
| **Гигиенические процедуры** | Ежедневно в течение всего режима дня. |
| **3. Специальные закаливающие воздействия** |
| **Ходьба босиком по  дорожке здоровья** | Хождение  босиком  по дорожке здоровья (до и после сна)  |
| **Обширное умывание водой комнатной температуры.** | После дневного сна умывание (лицо, руки) с помощью воспитателей. | **Обширное умывание водой комнатной температуры.** | После дневного сна умывание (лицо, руки) с помощью воспитателей. | **Обширное умывание водой комнатной температуры.** | После дневного сна умывание (лицо, руки) с помощью воспитателей. |
| **Мытье ног теплой водой** | После прогулки, в теплый период года | **Мытье ног теплой водой** | После прогулки, в теплый период года | **Мытье ног теплой водой** | После прогулки, в теплый период года |
| **Дозированные солнечные ванны** |                                          Теплый периодВ период с 9.00-11.00 (с 3 мин. – 20 мин) |
| **6.ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА** |
| Подготовительный | Первый период | Готовит детей к самому неблагоприятному времени в сезоне. | Щадящий режим в адаптационный период.Кварцевание |
| Интенсивной профилактики | Второй период | Использование системы мер для предупреждения ОРВИ, ангины, гриппа. |  Игры с водой в теплое время года;прогулки на свежем воздухе; сон при открытых фрамугах в теплое время года;световоздушные ванны; проветривание помещений;обеспечение температурного режима и чистоты воздуха; фитонцидотерапия;рациональное питание. |
| Восстановительный | Третий период | Укрепление защитной силы детей, вернувшихся после заболевания. | Щадящий режим Снижение физических нагрузок в двигательной деятельности, закаливающие процедуры строго индивидуализируются |
| **7. ОХРАНА ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ** |
| Использование приемов релаксации | ежедневно | Все возрастные группы |  В течение года | Воспитатели, педагог-психолог |
| Релаксационные и игровые тренинги в сенсорной комнате для гиперактивных детей | 1 раз в неделю | 3-7лет | В течение года |  педагог-психолог |
| Развивающие занятия по коррекции эмоционально-личностной сферы | 1 раз в неделю | 3-7лет | В течение года |  педагог-психолог |
| **8.ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ** |
|  Пропагандирование опыта работы по организации физического досуга и закаливания с родителями. | В соответствии с годовым планом | педагоги |
| «Дни здоровья». | В соответствии с годовым планом (Не реже 1 раза в квартал) | воспитатели инструктор по ФК |
| Проведение санитарно-просветительной работы для родителей, воспитателей, детей по темам:«Режим дня для ЧБД»«Закаливание ребенка дома»«Питание ребенка в ДОУ и дома» «Вредные привычки у родителей и их влияние на детей»«Организация зрительного режима в вечернее время и в выходные дни у детей»«Профилактика воздушно-капельных инфекций» *Цикл занятий для детей*:«В гостях у доктора Айболита»«Грязные руки - источник кишечных инфекций»«Как можно защититься от гриппа»«Гигиена дошкольника» *Игры*:«Лечимся сами»«Я - доктор» для улучшения самочувствия детей, страдающими частыми простудными заболеваниями. | В соответствии с годовым планом | Вед.специалист по ОЗвоспитатели |