

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №17 "Колокольчик" 3  
категории(МБДОУ д/с № 17)346773, Ростовская обл., Азовский р-н, с.Стефанинодар,  
пер.Калинина, д.1 а, 863 42 91-1-13, ИНН 6101028959 КПП 610101001 БИК 046015001 р/сч  
40701810560151000010 ГРКЦ ГУ Банка России по Ростовской областител.863 42 91-1-13, E-mail:  
gilyj@mail.ru Адрес сайта: ..http://kolokolchik17.ru

---

Рассмотрено на заседании

педагогического совета МБДОУ д/с № 17

№ 1 от 18.08.2015

Утверждаю

Зав. МБДОУ д/с № 17

Т.Н.Сиденко

Приказ №57 от 02.09.2015



Комплексная модель физкультурно-оздоровительной работы с младшими дошколь

**КОМПЛЕКСНАЯ МОДЕЛЬ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С МЛАДШИМИ ДОШКОЛЬНИКАМИ**

Создание условий для двигательной активности	Система двигательной активности, система сохранности психоэмоциональной сферы	Система закаливания	Организация рационального питания	Диагностика физического развития и состояния здоровья, физической подготовленности и психоэмоционального
--	---	---------------------	-----------------------------------	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>- гибкий режим</li> <li>- создание условий (спортивный инвентарь, оборудование зала, спортивных уголков в группах)</li> <li>- индивидуальный режим пробуждения после дневного сна</li> <li>- методическая помощь воспитателям и инструктору по физической культуре</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- утренняя гимнастика</li> <li>- прием детей на улице в теплое время года</li> <li>- физкультурные занятия</li> <li>- двигательная активность на прогулке</li> <li>- физкультурные занятия на улице</li> <li>- подвижные игры</li> <li>- физкультминутки на занятиях</li> <li>- гимнастика после дневного сна</li> <li>- физкультурные развлечения</li> <li>- День Здоровья,</li> <li>- каникулы</li> <li>- спортивные праздники</li> <li>- игры, хороводы, игровые упражнения</li> <li>- облегченная форма одежды</li> <li>- ходьба босиком в спальне до и после сна</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- полоскание рта</li> <li>- прогулки на свежем воздухе</li> <li>- одежда, соответствующая температуре воздуха</li> <li>- проветривание</li> <li>- игры с водой</li> <li>- хождение босиком по «дорожке здоровья»</li> <li>- утренний прием на свежем воздухе (в теплое время года)</li> <li>- утренняя гимнастика на свежем воздухе</li> <li>- витаминизация третьего блюда.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- питьевой режим</li> <li>- введение овощей и фруктов в рацион питания</li> <li>- строгое выполнение натуральных норм питания.</li> <li>- гигиена приема пищи.</li> <li>- индивидуальный подход к детям во время приема пищи.</li> <li>- правильный подбор и расстановка мебели.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- диагностика уровня физического развития</li> <li>- диагностика физической подготовленности</li> <li>- диагностика развития ребенка</li> <li>- обследование психоэмоционального состояния детей</li> </ul>
--	---	--	--	--

**Физкультурно-оздоровительной работы и формирования основ здорового образа жизни.**

Мероприятия	Возрастные подгруппы	Периодичность	Ответственный
-------------	----------------------	---------------	---------------

<b>Обследование</b>			
1. Диагностика и мониторинг состояния здоровья детей	Все	2 раза в год (сентябрь, май)	Воспитатели
<b>Обеспечение здорового ритма жизни</b>			
1. Щадящий режим (адаптационный период)	Все	Сентябрь, октябрь	Воспитатели
2. Гибкий режим	Все	В течение года	Воспитатели
3. Организация микроклимата и стиля жизни группы	Все	В течение года	Воспитатели
4. Рациональное питание	Все	В течение года	Заведующий
5. Занятия по ОБЖ (согласно возраста)	все	В течение года по плану	Воспитатели
<b>Двигательная деятельность</b>			
1. Утренняя гимнастика	Все	Ежедневно	Воспитатели
2. Физкультурные занятия: в зале на воздухе	Все	2 раза в неделю спортивный зал, 1 раз на воздухе.	Воспитатели
3. Физкультурные	Все	Ежедневно	Воспитатели

минутки			
4. Самостоятельная двигательная деятельность детей	Все	Ежедневно	Воспитатели
5. Подвижные и динамические игры	Все	Ежедневно	Воспитатели
6. Подвижные спортивные игры на прогулке	Все	Раз в неделю	Воспитатели
7. Минутки здоровья	Все	Ежедневно, в течение дня	Воспитатели
9. Гимнастика после сна	Все	Ежедневно	Воспитатели
<b>Лечебно-профилактические мероприятия</b>			
1. Витаминотерапия	Все	Осенне-зимний период	Воспитатели
2. Профилактика гриппа и ОРВИ	Все	В неблагоприятные периоды: весной и осенью; инфекция	Воспитатели
4. Занятия с часто болеющими детьми	По назначению	В течение года	Воспитатели
<b>Нетрадиционные методы оздоровления</b>			

1. Музыкотерапия	Все	На занятиях физкультурных, в группе перед сном	Музыкальный руководитель, воспитатели
2. Фитонцидотерапия	Все	В неблагоприятные периоды эпидемии, инфекционные заболевания	Воспитатели
<b>Закаливание</b>			
1. Контрастные воздушные ванны	Все	После дневного сна, на физкультурных занятиях	Воспитатели
2. Босохождение	Все	После дневного сна, в летний период	Воспитатели
3. Облегченная одежда детей	Все	В течение дня	Воспитатели, помощники воспитателя
<b>Свето-воздушные ванны</b>			
1. Проветривание помещений	Все	В течение дня	Воспитатели, помощники воспитателя
2. Прогулки на свежем воздухе	Все	Ежедневно	Воспитатели
3. Обеспечение температурного	Все	Ежедневно	Воспитатели

режима и чистоты воздуха			
4. Обеспечение светового режима	Все	Ежедневно	Воспитатели
<b>Активный отдых</b>			
1. Физкультурные досуги	Все	1 раз в месяц	Воспитатели
2. Физкультурные праздники	Все	2 раза в год (сентябрь, январь)	Музыкальный руководитель, воспитатели
3. День здоровья	Все	1 раз в квартал	Воспитатели
4. Каникулы	Все		Музыкальный руководитель, воспитатели

### Двигательный режим ДОУ

№	Формы работы	младшая подгруппа	средняя подгруппа	Старшая подгруппа
1	Подвижные игры во время утреннего приема детей	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 3-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.
2	Утренняя гимнастика	Ежедневно 4-5 мин.	Ежедневно 4-5 мин.	Ежедневно 5-7 мин.
3	Физкультминутки	Ежедневно во время занятий		
4	Музыкальные занятия 2 раза в неделю	8 - 10 мин.	10-15 мин	15-20 мин.
5	Физкультурные занятия (2 в зале, 1 на воздухе)	3 раза в неделю 8-10 мин.	3 раза в неделю 10-15 мин	3 раза в неделю 15-20 мин.

6	Подвижные игры: -сюжетные -бессюжетные -игры-забавы - аттракционы	Ежедневно не менее двух игр по 5-7 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 5-7 мин.	Ежедневно не менее двух игр по 7-8 мин.
7	Игровые упражнения: -ловкие прыгуны - подлезание, - пролезание, - перелезание	Ежедневно по подгруппам 4-6 мин.	Ежедневно по подгруппам 4-6 мин.	Ежедневно по подгруппам 6-8 мин.
8	Оздоровительные мероприятия: - гимнастика пробуждения - корригирующая гимнастика	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 5 мин.	Ежедневно 6 мин.
9	Физические упражнения и игровые задания: артикуляционная гимнастика, пальчиковая гимнастика	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 3-5 мин.	Ежедневно, сочетая упражнения по выбору 6-8 мин.
10	Психогимнастика	2 раза в нед. 3-5 мин.	2 раза в неделю 3-5 мин.	2 раза в неделю 6-8 мин.
11	Физкультурный досуг	1 раз в месяц по 8-10 мин.	1 раз в месяц по 10-15 мин.	1 раз в месяц по 15-20 мин.
12	Спортивный праздник	2 раза в год по 10-15 мин.	2 раза в год по 15 – 20 мин.	2 раза в год по 20-25 мин.
13	День здоровья	1 раз в квартал		
14	Индивидуальная работа по физ. воспитанию	Ежедневно		

		1-2 мин.	3-5 мин.	5-8 мин.
15	Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно		
		Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей Проводятся под руководством воспитателя		

### Взаимодействие педагогов, администрации, родителей по оздоровлению детей

Компонент деятельности	Воспитатели	Воспитатели	Администрация	Родители
<b>Оздоровительное направление</b>				
Адаптация	Оказывают эмоциональную поддержку ребенку. Способствуют постепенному привыканию к ДОУ. Узнают как можно больше об особенностях воспитания в семье	Предварительно узнают как можно больше об особенностях физического здоровья ребенка. Оказывают консультативную помощь родителям по состоянию здоровья ребенка, по адаптации к условиям ДОУ	Координирует работу педагогической и психологической служб ДОУ с целью обеспечения щадящей адаптации	Эмоционально поддерживают ребенка. Оказывают педагогам помощь в адаптации малыша в детском саду. Максимально подробно и точно отвечают на все вопросы педагогов о ребенке. Продумывают, какие любимые вещи, игрушки, книги возьмет с собой малыш
<b>Осуществляют психолого-педагогическое сопровождение ребёнка в ДОУ</b>				



<b>Компонент деятельности</b>	<b>Воспитатели</b>	<b>Воспитатели</b>	<b>Администрация</b>	<b>Родители</b>
Летняя оздоровительная кампания	Обеспечивают максимальное пребывание детей на свежем воздухе. Организуют активный отдых на прогулке, экскурсии на природу	Консультируют родителей по обеспечению безопасности детей в летний период (солнечный удар, укусы насекомых, отравления грибами и ягодами и т.д.). Оказывают первую помощь. Следят за витаминизацией блюд	Материально обеспечивает летнюю оздоровительную кампанию	Соблюдают требования, предъявляемые детским садом: — к одежде; — головным уборам; — питанию. Организуют активный отдых ребенка в выходные дни
Профилактика нарушений зрения, осанки и плоскостопия	Включают в комплекс гимнастики после пробуждения (или перед дневным сном) упражнения на расслабление глаз. Чередуют занятия, дающие интенсивную нагрузку на зрение, с двигательной активностью. Снабжают родителей комплексами упражнений для их ребенка. Следят за обувью и позой детей за столом	Следят за состоянием осанки у детей.	Контролирует освещенность в групповых помещениях. Следит за состоянием мебели для детей	Выполняют упражнения по рекомендациям врача, правильно подбирают обувь для ребенка. Контролируют позу ребенка в домашних условиях. Ограничивают время просмотра телевизионных передач

### Виды, задачи и необходимые условия для двигательной деятельности ребёнка

<b>№ п/п</b>	<b>Виды двигательной активности</b>	<b>Физиологическая и воспитательная задачи</b>	<b>Необходимые условия</b>	<b>Ответственный</b>
<b>1.</b>	Движение во время бодрствования	- Удовлетворение органической потребности в движении.	- Наличие в групповых помещениях, на участках	- воспитатели

		-Воспитание свободы движений, ловкости, смелости, гибкости.	детского сада места для движения. - Одежда, не стесняющая движения. - Игрушки и пособия, побуждающие ребёнка к движениям.	
2.	Подвижные игры	- Воспитание умения двигаться в соответствии с заданными условиями. -Воспитание волевого(произвольного) внимания через овладение умением выполнять правила игры.	- Знание правил игры.	- Воспитатели.
3.	Движения под музыку	- Воспитание чувства ритма, умения выполнять движения под музыку	- Музыкальное сопровождение	- Музыкальный руководитель
4.	Утренняя гимнастика или гимнастика после сна	- Сделать более физиологичным и психологически комфортным переход от сна к бодрствованию. - Воспитывать потребность перехода от сна к бодрствованию через движения	- Знание воспитателем комплексов гимнастики после сна, наличие места для проведения гимнастики	- Воспитатели.

### Физическое развитие детей

**Цель физического развития:** формирование основ здорового образа жизни, его направленность на укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие каждого ребёнка.

--

<b>Задачи физического развития</b>		
<p><b><u>Оздоровительные:</u></b>  - охрана жизни и укрепление здоровья, обеспечение нормального функционирования всех органов и систем организма;  - всестороннее физическое совершенствование функций организма;  - повышение работоспособности и закаливание</p>	<p><b><u>Образовательные:</u></b>  - формирование двигательных умений и навыков;  - развитие физических качеств;  - овладение ребёнком элементарными знаниями о своём организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья</p>	<p><b><u>Воспитательные:</u></b>  - формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями;  - разностороннее гармоничное развитие ребёнка (умственное, нравственное, эстетическое, трудовое)</p>
<b>Средства физического развития</b>		
Физические упражнения	Эколого-природные факторы	Психогигиенические факторы
<b>Методы физического развития</b>		
<p><b><u>Наглядные:</u></b>  -наглядно-зрительные приёмы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры);  - наглядно-слуховые приёмы (музыка, песни);  - тактильно-мышечные приёмы (непосредственная помощь воспитателя)</p>	<p><b><u>Словесные:</u></b>  - объяснения, пояснения, указания;  - подача команд, распоряжений, сигналов;  - вопросы к детям;  - образный сюжетный рассказ, беседа;  - словесная инструкция</p>	<p><b><u>Практические:</u></b>  -повторение упражнений без изменения и с изменениями;  - проведение упражнений в игровой форме;  - проведение упражнений в соревновательной форме</p>