

Оздоровительная работа с детьми в ДОУ осуществляется разнообразными способами, согласно плану, который расписан с учетом сезонов года, возможных вспышек гриппа и ОРВИ, индивидуальных особенностей воспитанников.

Дети получают:

- поливитамины;
- фитотерапию (настой шиповника, рябины, крапивы);
- лимонно-чесночную настойку в осенне-зимний период;
- с ноября по апрель сырой лук и чеснок;
- полоскание зева травами;
- элеутерококк, дибазол 2 раза в год для повышения иммунитета;
- оксолиновую мазь в нос для профилактики простудных заболеваний;
- обработку зева йодинолом;
- круглогодично проводится витаминизация 3-го блюда аскорбиновой кислотой.



● Результатом внедрения системы физкультурно-оздоровительной работы с детьми являются улучшение их здоровья, положительная динамика в физическом развитии и физической подготовленности детей.

● Они становятся более сильными и выносливыми в физическом плане, меньше болеют простудными заболеваниями.

● У детей формируются представления о здоровом образе жизни, они становятся более эмоционально уравновешенными.

Руководит коллективом МБДОУ
заведующая

Маланина Любовь Сергеевна,
«Почетный работник
общего образования РФ»
(образование высшее).

Заместитель заведующей по МИВР
Кузьмина Светлана Юрьевна

«Почетный работник
общего образования РФ»
(образование высшее).

Старшая медсестра
Петрухина Вера Борисовна
(образование среднее специальное,
медицинское,
высшая квалификационная категория).



График работы ДОУ:
с 7.00 до 19.00

понедельник – пятница.

Сайт: ds145.edu-penza.ru

Электронная почта: ds145@guoedu.ru

Суббота, воскресенье – выходные дни.

Адрес детского сада №145:

г. Пенза, улица 8 Марта, 23.

Доехать можно:

- автобусом № 33, 54, 82с;
- троллейбусом №4,7;
- маршрутным такси №33, 6, 39, 4, 63, 55, 89 до остановки «Путепровод»



Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
детский сад № 145
города Пензы «Радуга»

Система
физкультурно-
оздоровительной
работы в ДОУ



Здоровье не существует само по себе, данное постоянно и неизменно. Оно нуждается в тщательной заботе на протяжении всей жизни человека. Для решения данной проблемы в нашем дошкольном образовательном учреждении создана эффективная система физкультурно-оздоровительной работы, целью которой является укрепление здоровья воспитанников средствами физической культуры.

В физкультурно-оздоровительную работу входят:

- создание предметно - развивающей среды, способствующей физическому развитию детей;
- качественное гигиеническое обслуживание дошкольников;
- обеспечение психологического комфорта в процессе занятий физическими упражнениями;
- индивидуализация и дифференциация физических нагрузок с учетом здоровья, физического развития детей, условий и традиций семейного воспитания;
- оптимальный двигательный режим, включающий в себя и самостоятельную двигательную активность в течение дня;
- организации закаливания.

Система физкультурно-оздоровительной работы строится на следующих принципах:

- Оздоровительная направленность физических мероприятий
- Разностороннее развитие личности
- Гуманизация педагогического процесса
- Индивидуализация физического воспитания
- Единство взаимодействия детского сада и семей воспитанников
- Взаимодействие инструктора по физической культуре с другими специалистами ДОУ.

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ открыты:

- физкультурный зал;
- спортивная площадка на улице;
- бассейн;
- музыкальный зал;
- медицинский кабинет;
- детский изолятор;
- процедурный кабинет;
- музей спорта.

Систематически с детьми проводятся различные формы организации двигательной активности:

- утренняя гигиеническая гимнастика в зале и на воздухе;
- утренний оздоровительный бег (круглогодично);
- физкультурные занятия в зале и на воздухе;
- физкультурные праздники, досуги, развлечения;
- физкультминутки на занятиях;
- гимнастика после сна;
- дни здоровья и каникулы;
- самостоятельная двигательная активность детей в групповом помещении и на воздухе;
- различные закаливающие процедуры и санация полости рта;
- занятия с лыжами в зимнее время;
- занятия плаванием в бассейне.



● Важное место в физкультурно-оздоровительной работе занимают регулярные занятия плаванием.

● Плавание содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечной и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата.

● В работе с детьми активно применяется цикл занятий с использованием элементов гидроаэробики, которая оказывает положительное воздействие на состояние здоровья дошкольников, помогает повысить устойчивость организма детей к заболеваниям, способствует более успешному и ускоренному овладению навыками плавания.

● Система физкультурно-оздоровительной работы включает в себя психопрофилактические и психокоррекционные мероприятия, которые проводит педагог-психолог по программе «Уроки психологического здоровья». На этих занятиях у детей формируют стремление к равновесию и гармонии с окружающим миром, приобщают их к общечеловеческим ценностям: добру, красоте, истине, счастью, здоровью, учат детей поддерживать и укреплять позитивные чувства, снимать утомление, предупреждать негативные эмоции.

