

ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ДЕТЕЙ В МБДОУ № 109

Организованные формы двигательной деятельности детей проводятся на спортивной площадке, в музыкальном (площадь 75,1 м²) и физкультурном (площадь 67,3 м²) залах, которые находятся в удовлетворительном санитарно-техническом состоянии. МБДОУ № 109 обеспечено физкультурным оборудованием и инвентарем в достаточном количестве. Каждый год детский сад пополняется физкультурным оборудованием. Систематически проводится контроль по вопросам: «Организация работы по физическому развитию и оздоровлению детей», «Соблюдение алгоритма деятельности детей в течение дня», «Организация прогулки», «Организация работы с детьми раннего возраста».

В каждой группе есть физкультурный уголок, состоящий из следующего оборудования и инвентаря: мячи, скакалки, массажные дорожки, кольца, кольцебросы, дартсы, баскетбольные корзины и т.п.

Во всех помещениях, где занимаются дети, есть комнатные термометры, соблюдается воздушно-тепловой режим (t° воздуха не менее 19⁰, постоянное проветривание – в зависимости от расписания занятий), влажная уборка проводится согласно графику, с соблюдением всех требований по обработке помещений и инвентаря. Физкультурное оборудование подвергается испытанию на безопасность.

Система физкультурно-оздоровительной работы МДОУ № 109 включает в себя следующие мероприятия:

- Утренняя гимнастика;
- Физкультурные занятия;
- Спортивные и подвижные игры (в помещении и на воздухе);
- Физкультурные развлечения и спортивные праздники;
- Гимнастику после дневного сна;
- Физкультурные минутки во время занятий;
- Занятия в бассейне.

Утренняя гимнастика проводится во всех группах ежедневно:

- В группе раннего возраста УГ проводится в групповом помещении в виде подгрупповых (4 – 8 чел.) игр под магнитофон продолжительностью 4 – 6 мин. (в зависимости от возраста детей) воспитателем;
- В младшей, средней, старшей и подготовительной группах утреннюю гимнастику проводит инструктор физкультуры в музыкальном зале под музыкальное сопровождение (музыкальный центр): младшая – 5 – 6 мин., средняя – 5 – 6 мин., старше-подготовительная – 7 – 8 мин.;
- Группа для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата – в групповом помещении, индивидуально или по подгруппам, в игровой форме, в течение 5 – 6 мин. инструктором ЛФК или воспитателем под музыкальное сопровождение (музыкальный центр).

Количество организованных физкультурных занятий в неделю с детьми 3 – 7 лет

Группа	Сентябрь, май	Октябрь – апрель		Лето
	Вид занятий			
	Физ-ра	Физ-ра	Бассейн	Физ-ра
Раннего возраста	3	3	-	3
Младшая	3	3	1	3
Средняя	3	3	1	3
Старшая	3	3	1	3
Подготовительная	3	3	1	3

Занятия по физической культуре проводятся с детьми 3 – 7 лет:

- В летний период – на воздухе (в дождливые и ветреные дни – в помещении);
- С сентября по май на воздухе проводится одно занятие при t^0 до -15^0 в безветренную погоду; в дождливые, ветреные и морозные дни физкультурные занятия проводятся в помещении (на воздухе дети занимаются при отсутствии противопоказаний). Всегда присутствует музыкальное сопровождение (либо музыкальный руководитель за пианино, либо используется магнитофон).
- Физкультурой дети занимаются в спортивной форме - футболка и шорты (форма хранится в кабинках, на выходные родители забирают форму для стирки); на воздухе – по погодным условиям, в уличной одежде.

За проведением физкультурных занятий ведется регулярный медико-педагогический контроль с измерением моторной и общей плотности занятия и среднего уровня частоты сердечных сокращений у детей.

Оценка эффективности физического воспитания осуществляется на основе динамики состояния здоровья детей, развития двигательных качеств и навыков на каждом году жизни в соответствии с нормами физического развития детей.

Диагностику физического развития дошкольников проводит инструктор по физкультуре в начале и конце учебного года и контролирует старший воспитатель.

После дневного сна проводится гимнастический комплекс, состоящий из адаптационной гимнастики, разминки в постели, тренажерного пути.

При проведении всех форм физкультурно-оздоровительной работы педагоги ДОО берут за основу:

1. Санитарно-эпидемиологические требования и нормативы.
2. Программу Основную образовательную программу воспитания и обучения дошкольников МБДОУ № 109, в которой представлен перечень двигательных навыков детей разного возраста, правила организации физических упражнений, особенности организации прогулок, утренней гимнастики и гимнастики после сна.
3. Программы Л.И. Пензулаевой «Физкультурные занятия с детьми 3 – 4 лет» и «Физкультурные занятия с детьми 5 – 6 лет».

При проведении прогулок воспитатели соединяют двигательную активность детей с разного рода самостоятельной и познавательной деятельностью. Для достижения равномерного насыщения прогулки движениями, прогулка делится на несколько этапов:

Длительность	Этап	Назначение
35 % от всего времени, отведенного для прогулки	1. Самостоятельная двигательная активность.	1. Удовлетворение естественной потребности в движении.
50%	2. Подвижная игра высокой активности или физкультурное занятие. 3. Познавательная деятельность спокойного характера. Самостоятельная	2. Отработка основных видов движений. 3. Реализация программного содержания. 4. Восстановление организма, особенно

	игровая деятельность. 4.Подвижная игра низкой активности.	сердечно – сосудистой системы.
15%	5.Организованная физкультурная разминка. Возвращение в группу.	5.Организует детей, выравнивает ЧСС, снимает возбуждение.

Прогулки во всех возрастных группах в благоприятную погоду проводятся не реже 2-х раз в день. В младшей группе в день купания в бассейне проводится одна прогулка.

Длительность прогулок:

- Ранний возраст – 1 – 1,5
- Младшая – 1 – 1,5 часа
- Средняя – 1,5 – 2 часа
- Старшая - 1,5 – 2 часа
- Подготовительная - 1,5 – 2 часа

Все группы оснащены выносным материалом (совочками, ведерками, мячами, вертушками, скакалками и т.п.), который хранится в соответствующей таре и регулярно моется.

Система закаливающих и оздоровительных мероприятий в МБДОУ № 109 включает в себя:

- Утреннюю гимнастику (в летний период – на воздухе);
- Прогулки;
- Сон с доступом свежего воздуха;
- Босохождение;
- Сон под музыку;
- Дыхательную гимнастику;
- Точечный массаж;
- Фитотерапию;
- Психогимнастику;
- Витаминотерапию;
- Профилактику гриппа и ОРЗ в осенне-весенний период;
- Закаливающие процедуры.

Закаливание детей включает систему мероприятий: водные, воздушные и солнечные процедуры.

В начале учебного года педагогами и медиками ДОО проводится обследование физического развития детей. Учитывая индивидуальные особенности состояния здоровья ребенка, перенесенные инфекции, эмоциональный настрой, намечаются пути дальнейшего оздоровления детей. Используются все природные факторы: вода, земля, солнце, воздух. Закаливающие мероприятия проводятся круглый год, но их вид и методика меняются в зависимости от сезона и погоды. Обязательно учитывается принцип постепенности воздействия любого вида оздоровления на организм ребенка.

Воздушное закаливание включает тщательное проветривание (по графику) помещений, ежедневные прогулки, сон с доступом свежего воздуха, воздушные ванны (летом – на свежем воздухе, с сентября по май – в помещении).

Продолжительность воздушных ванн в помещении

Группа	Первые ванны	макс. время
Ранний возраст	2 – 3 мин.	до 30 мин.
Младшая	5 мин.	до 30 мин.
Средняя	5 мин.	до 30 мин.
Старшая	10 мин.	от 30 мин. до одного часа
Подготовительная	10 – 15 мин.	от 30 мин. до одного часа

t^0 воздуха предварительно снижается проветриванием до $19 - 22^0$.

В летнее время используются солнечные ванны с учетом медицинских и санитарно-гигиенических условий, а в осенне-зимнее и весеннее время – кварцевание (по назначению врача курсами 15 – 20 дней).

Закаливание водой: умывание лица и рук до локтей прохладной водой после дневного сна и после прогулки, полоскание рта водой комнатной t^0 после еды, ножные ванны после прогулок летом и после дневного сна зимой (начальная t^0 летом $33 - 35^0$, зимой – $35 - 36^0$). Постепенно t^0 снижается (в неделю на 1^0) до $24 - 22^0$ для детей до 3-х лет, и до 18^0 – для детей от 3 до 4 лет. Продолжительность процедур: до 3-х лет – 1 – 3 мин., от 3 до 4 лет – 3 – 5 мин.

С детьми 5-7 лет проводится контрастное закаливание, то есть попеременное опускание ног в воду контрастных температур с использованием трёх ёмкостей – в каждую на 5 секунд (для здоровых детей по схеме «холодная – тёплая – холодная», для часто болеющих – по схеме «тёплая – холодная – тёплая»).

С октября по апрель дети купаются в бассейне. Занятия проводит инструктор по плаванию Е.А.Трефилова.

Каждая возрастная группа (в том числе и группа детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата) посещает бассейн один раз в неделю. Для занятий используется «Программа обучения плаванию в детском саду» Е.К.Вороновой (Е.К.Воронова «Программа обучения плаванию в детском саду». – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2003).

Для всех детей регулярно проводятся физкультурные развлечения и спортивные праздники.