



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД №131 АДМИРАЛТЕЙСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА


190005 г. Санкт-Петербург, 1-я Красноармейская ул., д. 3-5-7-9, лит. А, тел.316-34-44
ОКПО 53251251 ОКОГУ 2300223 ОГРН 1027810291090 ИНН/КПП 7826049820/783901001

ПРИНЯТ:

Педагогическим советом
образовательного учреждения ГБДОУ
детского сада №131 Адмиралтейского района СПб
Протокол от 28.08.2015г № 1

УТВЕРЖДЕН:

Заведующим ГБДОУ детским садом №131
Адмиралтейского района СПб
Е.А. Фаустова
Приказ от 28.08.2015г № 35/1-р



**Система физкультурно-оздоровительной
работы на 2015/2016**

Санкт-Петербург
2015

Двигательный режим в течение дня

Прием детей, самостоятельная двигательная деятельность детей

- Утренняя гимнастика
- Физкультурные занятия в зале
- Физкультурное занятие на прогулке
- Физкультминутки во время занятий
- Музыкальные занятия
- Прогулка
- Гимнастика после сна
- Физкультурный досуг
- Спортивные упражнения, игры
- Спортивный праздник
- Каникулы

Оздоровительные и профилактические мероприятия:

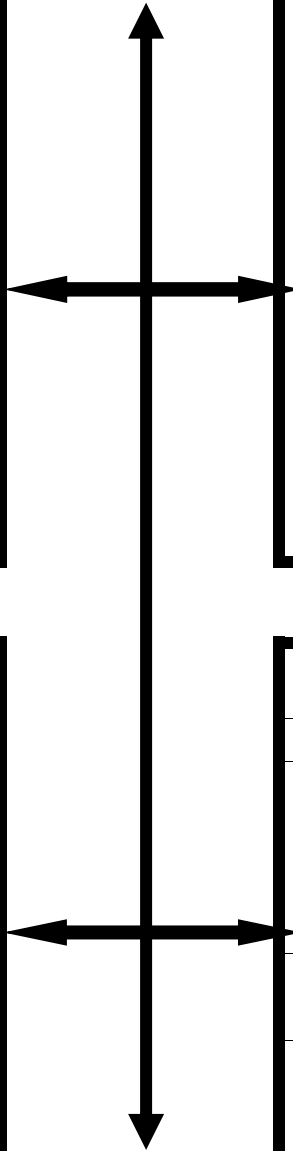
- Закаливание (упражнения на воздухе)
- Профилактика нарушения осанки и плоскостопия (наличие массажных дорожек)
- Нетрадиционные методы (музыкотерапия)
- Игры на подавление отрицательных эмоций
- Пропаганда ЗОЖ: наглядно-печатная информация;
- Курс лекций и бесед для родителей.
- Утренняя гимнастика и гимнастика после сна (знание воспитателем комплексов гимнастики)

Организация рационального питания:

- Выполнение режима питания;
- Калорийность питания;
- Ежедневное соблюдение норм потребления продуктов;
- Гигиена приема пищи;
- Правильность расстановки мебели;
- Организация второго завтрака (соки);
- Соблюдение питьевого режима;
- Индивидуальный подход к детям во время приема пищи.

Создание условий для двигательной деятельности:

Вид двигат. ак	Необходимые условия
Движения во время бодрствования	- оборудование зала (спортивный инвентарь) - спортивные уголки в группах - одежда, не стесняющая движение - игрушки и пособия, побуждающие ребенка к движению;
Подвижные игры	- знание правил игры; - картотека игр; - атрибуты;
Движ. под муз	- музыкальное сопровождение



Система закаливающих мероприятий

Содержание	Возрастные группы			
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
1.1. Воздушно-температурный режим:	от +20 до + 22°С	от +20 до + 22°С	от +18 до + 20°С	от +18 до + 20°С
	Обеспечивается рациональное сочетание температуры воздуха и одежды детей			
• Одностороннее проветривание	В холодное время проводится кратковременно (5-10 мин). Допускается снижение температуры на 1-2 °С			
• Сквозное проветривание (в отсутствии детей):	В холодное время проводится кратковременно (5-10 мин). Критерием прекращения проветривания является температура воздуха, сниженная на 2-3 °С			
— Утром перед приходом детей	К моменту прихода детей температура воздуха восстанавливается до нормальной.			
— Перед возвращением детей с дневной прогулки	+ 22 °С	+ 21 °С	+ 20 °С	+ 20 °С
— Во время дневного сна, вечерней прогулки	В теплое время года проводится в течение всего периода отсутствия детей в помещении.			
1.2. Воздушные ванны:	в летний период	в летний период	в летний период	в летний период
• Прием детей на воздухе				
• Утренняя гимнастика	В летний период на улице. В холодное время года проводится ежедневно в зале, одежда облегченная			
• Физкультурные занятия	2 раза в неделю в физкультурное занятие в зале при + 18 °С. Форма спортивная. Одно занятие круглогодично на воздухе до - 10 °С			

• Прогулка	Одежда и обувь соответствуют метеорологическим условиям. В холодное время года:			
	до - 15 °С	до - 18 °С	до - 20 °С, при скорости ветра не более 12 м\с	
	при неблагоприятных погодных условиях время сокращается на 30-40 мин.			
• Хождение босиком	Ежедневно. В теплое время года при температуре воздуха от +20 °С до +22 °С. В холодное время года в помещении при соблюдении нормативных температур.			
• Дневной сон	Обеспечивается состояние теплового комфорта соответствием одежды, температуры			
	+ 20 °С	+ 20 °С	+ 20 °С	+ 20 °С
• После дневного сна	В помещении температура на 1-2 градуса ниже нормы			
1.3. Водные процедуры:	Умывание, мытьё рук до локтя водой комнатной температуры		Умывание, обтирание шеи, мытьё рук до локтя водой комнатной температуры	
• Гигиенические процедуры	В летний период - мытьё ног.			

Схема закаливающих процедур

группа	осень	зима	весна	лето
3 - 4 года	2 3 5	2 3 5	2 3 5	1 2 3 4
2 младшая группа	6 7 8	6 7 8	6 7 8	5 6 7 8 10
4 – 5 лет	2 3 5	2 3 5	1 2 3	1 2 3 4

средняя группа	6 7 8	6 7 8	5 6 7 8 9	5 6 7 8 9 10
5 – 6 лет старшая группа	1 2 3 5 6 7 8 9	2 3 5 6 7 8 9	1 2 3 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
6 – 7 лет подготовительная к школе группа	1 2 3 5 6 7 8 9	2 3 5 6 7 8 9	1 2 3 5 6 7 8 9	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Условные обозначения.

<p><i>Закаливание воздухом:</i></p> <p>1. - утренний прием на свежем воздухе 2. – утренняя гимнастика 3. - облегченная одежда 4. – солнечные ванны 5. – воздушные ванны 6. – ходьба босиком по ковру и массажным дорожкам (после сна)</p>	<p><i>Закаливание водой:</i></p> <p>7 - умывание водой 8. - мытье рук до локтя водой комнатной температуры 9. – полоскание рта кипяченой водой 10. – мытье ног</p>
--	---

Деятельность сотрудников дошкольного учреждения в осуществлении физкультурно-оздоровительной работы

Наименование	Содержание деятельности
--------------	-------------------------

ДОЛЖНОСТИ	
Заведующий	<ul style="list-style-type: none"> • Создает необходимые условия для укрепления здоровья детей, для обеспечения их питанием. • Обеспечивает выполнение санитарно-гигиенических правил, противопожарных мероприятий и других условий по охране жизни и здоровья детей. • Обеспечивает медико-педагогический контроль за проведением физкультурно-оздоровительных мероприятий. • Отвечает за проведение ремонта. • Проводит обучение и инструктаж по технике безопасности.
Медсестра/врач	<ul style="list-style-type: none"> • Осматривает детей • Организует и контролирует проведение всех физкультурно-оздоровительных мероприятий в группах. • Осуществляет контроль за режимом дня. • Оказывает доврачебную помощь. • Наблюдает за динамикой физического развития детей. • Проверяет организацию питания в группах. • Следит за санитарным состоянием пищеблока и групповых комнат и других помещений учреждения. • Проводит санитарно-просветительскую работу среди сотрудников детского сада и родителей. • Следит за качеством приготовления пищи.
Заместитель заведующего	<ul style="list-style-type: none"> • Составляет расписание занятий с учетом возраста детей, план оздоровительной работы, двигательный режим в разных возрастных группах. • Контролирует проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в группах. • Наблюдает за динамикой физического развития детей. • Осуществляет контроль за режимом дня. • Проводит диагностику совместно с воспитателями по физической культуре. • Осуществляет подбор пособий и игрушек в соответствии с гигиеническими требованиями к ним с учетом возрастных особенностей детей. • Проводит консультативную работу среди родителей и педагогов по вопросам физического развития и оздоровления детей.

<p>Педагог-психолог (по запросу)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Наблюдает за динамикой нервно-психического развития детей. • Проводит диагностику психического здоровья детей и их эмоционального благополучия. • Составляет коррекционные программы по улучшению эмоционального благополучия и нервно-психического развития детей. • Проводит соответствующую коррекционную работу.
<p>Музыкальный руководитель</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Способствует развитию эмоциональной сферы ребенка. • Проводит музыкальные игры и хороводы с детьми. • Занимается развитием движений детей на музыкальных занятиях и в свободное от занятий время. • Участвует в проведении утренней гимнастики, физкультурных занятий, досугов, праздников.
<p>Воспитатели</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Проводят утреннюю, пальчиковую гимнастику, гимнастику после сна, физкультурные занятия, досуги, физкультминутки, подвижные игры, спортивные упражнения, индивидуальную работу по развитию движений, закаливающие мероприятия. • Соблюдают режим дня. • Следят за здоровьем детей и их эмоциональным состоянием, информируют об этом медицинскую сестру, заведующего, педагога-психолога. • Следят за температурным режимом, искусственным освещением, одеждой детей. • Проводят диагностику двигательных навыков совместно со старшим воспитателем. • На педагогических советах отчитываются о состоянии физического развития детей и проведении закаливающих мероприятий. • Проводят просветительскую работу среди родителей и детей.
<p>Помощники воспитателей (МОП)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Организуют проветривание группы, спальни, приемной, туалета. • Соблюдают санитарно-гигиенические требования при мытье посуды, уборке в групповых комнатах. • Оказывает помощь воспитателю в закаливающих и оздоровительных мероприятиях

Заведующий хозяйством	<ul style="list-style-type: none">• Обеспечивает правильную работу вентиляционных установок.• Своевременно производит замену постельного белья.• Регулирует тепловой и воздушный режим детского сада.• Следит за состоянием оборудования, здания, помещений, территории во избежание травмоопасных ситуаций.• Контролирует соблюдение правил противопожарной безопасности.• Отвечает за противопожарную безопасность здания
Повар	<ul style="list-style-type: none">• Своевременно готовит пищу в соответствии с режимом детского сада.• Проводит доброкачественную кулинарную обработку продуктов.• Обеспечивает строгое соблюдение срока реализации и условий хранения продуктов.•