

Комплексная система физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ

Создание условий для двигательной активности детей	Система двигательной деятельности + система оздоровления	Система закаливания, укрепление иммунитета	Организация рационального питания	Диагностика уровня физического развития и здоровья.
<ul style="list-style-type: none"> * Гибкий режим дня. * Од по подгруппам и фронтально. * Наличие в групповых помещениях и на участках детского сада достаточного места для движений. * Физкультурные центры в группах. * Физкультурные залы с современным оборудованием: * Физкультурная площадка с физк. оборудованием * Физ. оборудование на игровых участках каждой группы. * Достаточно свободного времени в режиме дня для игр детей * Соответствие детской мебели по ростовым показателям. * Санитарное состояние в ДОУ и группах 	<ul style="list-style-type: none"> * Утренняя гимнастика * Од с музыкальным сопровождением * Двигательная активность на прогулке. * Од на воздухе. * Физ. минутки на занятиях. * Подвижные игры, динамические паузы, * Физкульт. досуги, развлечения. * Гимнастика после сна * Пальчиковые упражнения * Дыхательная гимнастика * Массажные дорожки для профилактики плоскостопия 	<ul style="list-style-type: none"> * Утренний прием на воздухе в теплое время года. * Облегченная форма одежды. * Ходьба по массажным дорожкам в спальне после сна. * Режим проветривания помещений. * Обширное умывание в теплое время года. * Полоскание полости рта кипяченой водой комнатной температуры * Витаминизация пищи * Чесочно – луковая ароматерапия. * План-график витаминотерапии на осенне-зимний период года для профилактики заболеваний ОРВИ. * Воздушные ванны. 	<ul style="list-style-type: none"> * Строгое выполнение норм питания. * Индивидуальный подход к детям во время приема пищи. * Организация второго завтрака (соки, фрукты) * Соблюдение питьевого режима * Гигиена и культура приема пищи. * Подбор и расстановка мебели согласно требованиям СанПин. * Витаминизация третьих блюд * Соблюдение требований СанПин. по технологии приготовления блюд, их чередования, разнообразия, калорийности * Строгое соблюдение режима (времени) приема пищи детьми. 	<ul style="list-style-type: none"> * Медицинский осмотр детей узкими специалистами. * Диагностика двигательных качеств детей. * Диагностика готовности детей к обучению в школе * Диагностика эмоционального состояния детей.