

Комитет образования и науки администрации г. Новокузнецка
муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №188»

654059, Россия, Кемеровская область, г. Новокузнецк, ул. Тореза 38а
Тел. 8(3843)-54-29-18, E-mail: detsad188@mail.ru

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МК ДОУ «Детский сад № 188»
Н.В. Фомина
Приказ № 67 от «31» августа 2023г.
№ 188



«РАСТУ ЗДОРОВЫМ»

Система физкультурно – оздоровительной работы с детьми дошкольного
возраста с ОВЗ

Разработали:

Савельева Оксана Владимировна,
старший воспитатель
Горбунова Елена Владимировна,
инструктор по ФК

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
МК ДОУ «Детский сад № 188»
Протокол № 1 от «31» августа 2023г.

Новокузнецкий городской округ, 2023

**Система физкультурно – оздоровительной работы
с детьми дошкольного возраста с ОВЗ**

"Расту здоровым"

Введение

Общеизвестно, что детство – уникальный период в жизни человека. Именно в дошкольном возрасте формируются основы психофизического здоровья, происходит становление личности. В это время наиболее интенсивно развиваются отдельные органы и системы детского организма, составляющего единое целое, в котором деятельность одних систем взаимосвязана с деятельностью других.

Актуальность темы здоровьесбережения подтверждает анализ состояния здоровья детского населения академиком РАМН Ю.В. Вельтищевым, который выделил восемь основных тенденций, влияющих на ухудшение здоровья детей:

1. Ухудшение состояние здоровья женщин, нарастание различных противоречий в семье;
2. Отсутствие положительных сдвигов в снижении показателя недонашиваемости беременности, рождение детей с низкой массой тела. Во многом это связано с неудовлетворительным состоянием здоровья матерей и неблагоприятной экологической обстановкой. Различные хронические отклонения состояния здоровья имеют 50-70% беременных женщин.
3. Высокая частота рождения детей с травмами и патологией ЦНС. Более 30 из 1000 родившихся.
4. Абсолютное повышение частоты врожденных и наследственных болезней в ряде регионов. Врожденные пороки в структуре ранней младенческой смертности вышли на 1 место.
5. Прогрессирующий рост хронических форм патологий у детей.
6. Повышение частоты вирусных и паразитарных заболеваний. Это связано с существенным снижением числа детей, вакцинированных против детских болезней (до 50%). Немаловажную негативную роль здесь сыграла популярная пресса.

7. Рост болезней аллергической природы.

8. Повышение общего числа инвалидов.

Создание комплекса физкультурно-оздоровительных мероприятий предполагает не только наличие оптимальных условий, обеспечивающих коррекцию отклонений в психофизическом развитии проблемного ребенка, но и определение новых направлений и технологий коррекционно-оздоровительной работы с детьми, имеющими интеллектуальные, психоречевые и психомоторные отклонения в развитии.

Комплекс физкультурно-оздоровительных мероприятий с детьми, имеющими нарушения в развитии, разработан в соответствии с законом Российской Федерации «Об образовании», приказами Министерства образования и Министерства здравоохранения № 176/2017 от 30.05.2002г. «О мерах по улучшению охраны здоровья детей в РФ № 2715/227166/19 от 16.07.2002г, «О совершенствовании процесса физического воспитания в дошкольном учреждении» и с учетом изученных материалов, изложенных в городской и районной программах «Здоровье и образование».

Данная разработка предназначена для работы с воспитанниками, имеющими нарушения ОДА и нарушения интеллекта. Эти отклонения находят свое отражение в ослабленности организма, в нарушениях соматики, большей подверженности простудным и инфекционным заболеваниям, в общем физическом недоразвитии (вес, рост), и др.

Особенности моторного развития детей с нарушениями развития:

- гипер- или гиподинамия;
- нарушение общей моторики, особенно ациклических движений;
- нарушение манипулятивной моторики;
- общая скованность и замедленность выполнения движений;
- дискоординация;

- несформированность функций равновесия;
- недостаточное развитие чувства ритма;
- нарушение ориентировки в пространстве;
- медленный процесс освоения новых движений;
- общая физическая ослабленность;
- недостаточная сформированность двигательных навыков и физических качеств;
- наблюдаются различные хронические заболевания, снижение сопротивляемости организма к инфекционным и простудным заболеваниям;
- плохая адаптация к изменяющимся температурным и атмосферным явлениям.

Пояснительная записка

Современные условия жизни предъявляют повышенные требования к состоянию физического здоровья детей, начиная с самого раннего возраста. Модернизация дошкольного образования позволяет искать новые формы работы по сохранению укреплению и формированию здоровья детей.

Из воспитанников, посещающих МК ДОУ «Детский сад №188», 84% имеют инвалидность, 54% вторую группу здоровья, 33% - третью группу здоровья, 13% - четвертую группу здоровья, поэтому здоровьесберегающее направление является приоритетным для дошкольного учреждения.

Разработанный комплекс базируется на следующих теоретических положениях:

1. Общие и специфические закономерности нормального и аномального развития.
2. Теоретические концепции о роли обучения в коррекции развития, о поэтапном формировании оздоровительной работы у детей с нарушениями в развитии.
3. Теоретические положения о компенсаторных возможностях детского мозга, его высоком потенциале в реабилитации детей с поражением ЦНС.

Принципы:

1. Принцип научности и доступности – использование современных методик и технологий для улучшения здоровья дошкольников на уровне их реальных возможностей.
2. Принципы- комплексности и интеграции - решение оздоровительных и профилактических задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.
3. Принцип индивидуального и дифференцированного подхода - всестороннее изучение воспитанников и учет их индивидуальных особенностей (индивидуальный подход), а так же выявление типических

особенностей, присущих определенной группе детей (дифференцированный подход) и направленности педагогического процесса на индивидуальные особенности каждого ребенка, темпы развития и физические возможности.

4. Принцип сознательности и активности детей – сознательное отношение детей к предлагаемым упражнениям для увеличения прочности их усвоения, воспитания самостоятельности, инициативы.
5. Принцип природосообразности – определение форм и методов воспитания на основе целостного психолого-педагогического знания о ребенке его психологических и физических особенностей.

Комплекс направлен на охрану и укрепление здоровья детей, что позволяет решать следующие задачи.

Задачи:

1. Укрепление здоровья детей, повышение функциональных возможностей организма, улучшения деятельности всех систем организма.
2. Достижение соответствующего возрастным особенностям уровня развития основных движений, физических качеств, координации движений, ориентировки в пространстве и др.;
3. Профилактика и коррекция здоровья и физического развития путем использования специальных средств и методов, способствующих повышению функциональных возможностей, укрепляющих опорно-двигательный аппарат, сердечно - сосудистую и дыхательную системы;
4. Преодоление двигательных недостатков, возникающих при овладении движениями.

Основные направления реализации комплекса оздоровительных мероприятий

№ п/п	Направления	Средства
1	Приобщение к физической культуре	Утренняя коррекционно-оздоровительная и эмоционально-стимулирующая гимнастика
		Коррекционная физкультура
2	Развивающие формы оздоровительной работы	Закаливание
		Лечебная физкультура
		Оздоровительно- профилактическая
		Ароматерапия
		Физиотерапия
		Массаж
3	Коррекционно-оздоровительные	Гимнастика для стимуляции речевых центров
		Гимнастика для глаз
		Физ. минутки
		Психогимнастика
		Релаксация
		Музыкотерапия

Двигательный режим в разных возрастных группах

Формы работы	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Утренняя коррекционно-оздоровительная и эмоционально-стимулирующая гимнастика	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10 мин
Физкультминутки, гимнастика для глаз.	Ежедневно, на обучающих занятиях 2-3 мин	Ежедневно, на обучающих занятиях 2-3 мин	Ежедневно, на обучающих занятиях 2-3 мин	Ежедневно, на обучающих занятиях 2-3 мин
Релаксация	Как часть обучающих занятий 1-3 мин	Как часть обучающих занятий 1-3 мин	Как часть обучающих занятий 1-3 мин	Как часть обучающих занятий 1-3 мин
Музыкотерапия	Ежедневно. Утренний прием, подготовка ко сну. Продолжительность зависит от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством музыкального руководителя			
Физкультурные занятия (2 в зале, 1 на улице)	3 раза в неделю 15 мин	3 раза в неделю 20 мин	3 раза в неделю 25 мин	3 раза в неделю 30 мин
ЛФК	Ежедневно, индивидуально		Ежедневно, индивидуально	
Оздоровительные мероприятия: гимнастика пробуждения (закаливание, дыхательная гимнастика, игровой массаж)	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 15 мин	Ежедневно 15 мин	Ежедневно 15 мин
Гимнастика для стимуляции деят. речевых центров: игры с элементами логоритмики; артикуляционная гимнастика; пальчиковая гимнастика	Ежедневно 3-5 мин	Ежедневно 6-8 мин	Ежедневно 8-10 мин	Ежедневно 10-15 мин
Психогимнастика	Как часть занятий 3-5 мин	Как часть занятий 6-8 мин	Как часть занятий 8-10 мин	Как часть занятий 12-15 мин
Физкультурный досуг	2 раза в год по 10-15 мин	2 раза в год по 15-20 мин	2 раза в год по 25-30 мин	2 раза в год 30-35 мин
Спортивный праздник	2 раза в год по 10-15 мин	2 раза в год по 15-20 мин	2 раза в год по 25-30 мин	2 раза в год 30-35 мин
Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня	Ежедневно. Характер и продолжительность зависят от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводится под руководством воспитателя			

Список литературы:

1. Л.С.Сековец. Комплексная физическая реабилитация детей с нарушением опорно-двигательного аппарата. Москва 2008.
2. Р.А.Юдина, Л.В.Яковлева. Физическое развитие и здоровье детей 3 – 7 лет.москва 2004.
3. В.А.Епифанов. Лечебная физическая культура. Москва 1987.
4. Л.И.Пензулаева. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3-7лет). Москва 2002.
5. Е.А.Алябьева. Психогимнастики в детском саду. Москва 2005.
6. М.Н.Щетинин. Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей. Москва 2007.
7. О.Н.Моргунова. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ. Воронеж 2005.
8. Е.В.Кузнецова. Логопедическая ритмика в играх и упражнениях для детей с тяжелыми нарушениями речи. Москва 2004.
9. Е.С.Анищенкова. Логопедическая ритмика для развития речи дошкольников. Москва 2006.
10. М.Н.Кузнецова. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ. Москва 2003.
11. Е.М.Мастюкова. коррекционн- педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с ЗПР. Москва 2002.