



Осуществление индивидуального подхода в  
организованной деятельности  
по физической культуре  
с детьми **II-III** групп здоровья в зависимости от  
диагноза

Инструктор по физической культуре  
Петрунина Ольга Викторовна  
МДОУ «Детский сад №**116** комбинированного вида»  
вторая кв. категория

Дошкольный возраст — особенно важный и ответственный период, когда происходит перестройка функционирования многих систем организма. Пластичность и высокая лабильность организма дошкольников определяют высокую чувствительность к воздействию факторов внешней среды.



# Мероприятия, обеспечивающие контроль здоровья дошкольников на физкультурных занятиях.

1 этап Ежегодно проводятся обследования, направленные на комплексную оценку состояния здоровья, физического развития, функциональных возможностей детей. В типовых дошкольных учреждениях находятся здоровые дети, не имеющие абсолютных противопоказаний к занятиям физическими упражнениями. Дети, часто болеющие или имеющие хронические заболевания, нуждаются в постоянном врачебном наблюдении. В период вне обострения заболевания они занимаются по общей программе физического воспитания.



2 этап заключается в определении уровня физической подготовленности по результатам контрольных испытаний. Используются тесты, определяющие уровень развития физических качеств, и тесты, определяющие степень сформированности двигательных навыков. Анализ результатов тестирования даёт возможность разделить детей на подгруппы с целью осуществления дифференцированного подхода в зависимости от уровня их физической подготовленности.



3 этап планирование физкультурных занятий. Прежде чем приступить к работе с детьми, основываясь на данных о состоянии здоровья, физического здоровья и физической подготовленности воспитанников, определяются конкретные задачи на предстоящий учебный год. Затем подбираются упражнения из программы, которую использует наш детский сад.



**4 этап** подготовка мест занятий, обеспечение гигиенических условий проведения занятий. Перед занятием в зале проводится влажная уборка, активное проветривание. Заблаговременно, в соответствии с планом занятия, подготавливаются необходимые пособия, так чтобы их можно было быстро расставлять и убирать по ходу занятия. Температура воздуха в зале не должна превышать 17\* С. Дети занимаются в спортивной одежде, на ногах чешки. Можно заниматься босиком.



**5 этап** непосредственное проведение занятий. В ходе занятия предупреждаю ситуации, которые могут привести к перегрузке и травмированию детей, грамотно осуществлять страховку при выполнении сложных упражнений.



**6 этап** Медицинский и педагогический анализ занятия. Качественный и количественный контроль эффективности физкультурного занятия проводится медицинскими работниками, а анализируется руководителем физического воспитания. Для этой цели используют хронометрирование, с помощью которого определяется общая и моторная плотность занятия. Физическая нагрузка определяется по динамике пульса. Наглядно иллюстрирует сдвиги пульса в процессе занятия физиологическая кривая. Определяется средняя частота сердечных сокращений используется для выявления тренирующего эффекта физкультурного занятия.

# Дети в зависимости от состояния здоровья подразделяются на следующие группы:



**Я считаю целесообразным использование цветных повязок для детей с различными заболеваниями. Дети надевают их на запястье. Для себя я выделяю два цвета красный и синий**



Наименование заболевания	сроки	примечание
Аппендицит (после операции)	1 -2 мес.	В первые месяцы следует избегать натуживания, прыжков и упражнений , дающих нагрузку мышцам живота. При осложнениях после операции сроки возобновления занятий определяются индивидуально.
Перелом костей конечностей	3 мес.	Не менее 3-х месяцев следует исключать упражнения, дающие резкую нагрузку на повреждённую конечность.
Сотрясение мозга.	2-12 мес. И более (в зависимости от тяжести и характера травмы)	В каждом случае необходимо разрешение врача-невропатолога. Следует исключить упражнения с резким сотрясением тела (прыжки, спортивные игры: футбол, баскетбол, и др.)
Растяжение мышц и связок.	1 – 2 нед.	Увеличение нагрузки и амплитуды движений в повреждённой конечности должно быть постепенным.

Наименование заболевания	сроки	примечание
Ангина	2 – 4 нед.	Для возобновления занятий необходимо дополнительное медицинское обследование, нужно особенно обращать внимание на состояние сердца и реакцию его на нагрузку.
Острые респираторные заболевания.	1 -3 нед.	Избегать охлаждения. Лыжи, коньки, плавание могут быть временно исключены. Зимой при занятиях на воздухе дышать через нос.
Острый отит.	3 – 4 нед.	Запрещается плавание. Опасаться охлаждения. При вестибулярной неустойчивости, наступающей чаще после операции, исключаются упражнения, вызывающие головокружение.
Пневмония.	1 -2 мес.	Исключаются сроком до полугода упражнения на выносливость и связанные с натуживанием. Рекомендуются плавание, гребля, зимние виды спорта.
Грипп	2-4 недели .	Необходимо наблюдение за реакцией на нагрузку во время занятий , т. к. при этом можно обнаружить отклонения не выявленные при осмотре в состоянии покоя.
Острые инфекционные заболевания (корь, скарлатина, дифтерия, дизентерия )	1-2 мес.	Лишь при удовлетворительной реакции сердечно – сосудистой системы на функциональные пробы . Если были изменения со стороны сердца , то исключаются сроком до полугода упражнения на выносливость , силу и связанные с натуживанием.

**Информирую родителей  
о проведении лечебно-  
профилактической  
работы в ДОУ**

**Обеспечение  
единообразия  
требований педагогов и  
родителей в процессе  
воспитания детей.**

**Ознакомление  
родителей с  
приёмами контроля  
за состоянием  
здоровья детей.**

**Взаимодействи  
я с семьёй**

**Привлечение  
родителей к участию  
в физкультурных  
праздниках и  
соревнованиях.**

**Консультирование  
родителей  
специалистами  
дошкольного  
учреждения (врачом  
инструктором по физ.  
культуре ,логопедом  
психологом.)**

**Организация  
совместных  
физкультурных занятий  
детей и родителей.**

Мы, взрослые, в ответе за то, насколько двигательльно-полноценным будет ребенок в дальнейшем. Физическое воспитание детей дошкольного возраста будет результативным только в том случае, если в раннем возрасте ребенок получит все, что необходимо для качественного созревания мышц, всестороннего развития ребенка в соответствии с требованиями по сохранению и укреплению здоровья и обеспечению безопасности жизни.

