

Государственное областное бюджетное образовательное учреждение
для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей,
«Мончегорский детский дом «Теплый дом»

Рекомендовано
педагогическим советом
ГООУ «Мончегорский
детский дом «Теплый дом»
03.09.2015
Протокол № 1



Сиротина И.В., директор
ГООУ «Мончегорский детский
дом «Теплый дом»
Приказ № 83 от 04.09.2015

Программа «Детский дом – территория здоровья»

И. Сиротина, директор ГООУ
«Мончегорский детский дом «Теплый дом»
Л. Попова, врач ГООУ
«Мончегорский детский дом «Теплый дом»
О. Тренина, воспитатель ГООУ
«Мончегорский детский дом «Теплый дом»

Г. Мончегорск
2015 г.

Тезис: «В нашем распоряжении девять врачей данных природой, всегда готовых помочь в создании стопроцентного здоровья. Это - солнечный свет, свежий воздух, чистая вода, естественное питание, голодание, физические упражнения, отдых, хорошая осанка, разум».

П.С. Брегг

ОПИСАНИЕ ПРОБЛЕМЫ

Всемирная организация здравоохранения определяет здоровье человека как состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствия болезни и физических дефектов. На основании этого можно сказать, что практически все воспитанники детского дома имеют проблемы со здоровьем.

По итогам диспансеризации 2015 года

1 группа здоровья - 3 человека

2 группа здоровья - 7 человек

3 группа здоровья - 12 человек

4 группа здоровья – 2 человека

Особенности физического, психического и социального статуса детей-сирот являются следствием неблагоприятной истории развития ребенка:

1. в социальном плане - отсутствие родителей и (или) благополучного социального окружения;
2. в физическом плане - наличие отягощенного анамнеза (как генетического, так и приобретенного)
3. в психическом смысле - отсутствие адекватной развитию (семейной) психической среды, психические травмы, полученные в неблагоприятной семье, состояние хронической депривации в связи с отсутствием семьи.

Опыт работы показывает, что у наших воспитанников проявляются определенные отклонения в развитии и поведении, что приводит к нарушению социализации личности: неспособность адаптироваться в незнакомой среде, отсутствие ценностных ориентиров, жестокость, агрессивность, вредные привычки (курение, токсикомания, употребление спиртных напитков).

Физиологическое здоровье человека – рассматриваем как важнейшую социальную, личностную ценность, тесно связанную с нравственным здоровьем, превращая охрану здоровья воспитанников в одно из приоритетных направлений работы детского дома.

Цель программы - Создание в детском доме социально-педагогической среды для формирования здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья воспитанников для успешной социализации воспитанников в общество; осуществление целостного подхода к укреплению здоровья детей, обеспечению их психического благополучия, а также формирование у воспитанников ответственности за своё здоровье.

Задачи:

- охрана и укрепление физического и психологического здоровья воспитанников, укрепить основы здорового образа жизни, успешно социализировать воспитанников в общество;
- формирование у воспитанников стремления к укреплению своего здоровья и развитию своих физических способностей
- создание условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников;
- выявление одарённых воспитанников, обладающих уникальными физическими способностями, содействие их полному раскрытию;
- воспитание негативного отношения к вредным привычкам, активная и широкая пропаганда здорового образа жизни;
- установление тесной взаимосвязи с медицинскими учреждениями по вопросам профилактики заболеваний и оказание квалифицированной медицинской помощи

- создание организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических, условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья каждого воспитанника;

Задачи программы ориентированы на комплексное решение проблем сохранения и укрепления здоровья детей и подростков.

Реализация данных задач будет осуществляться конкретными средствами, методами, через систему спланированных мероприятий. Созданием определенных условий, в комплексе с концепцией развития учебно- воспитательного процесса детского дома:

- организацию скоординированных действий по уменьшению детского травматизма;
- внедрение сбалансированного разнообразного питания;
- разработку комплекса мероприятий по профилактике алкоголизма, наркомании, табакокурения;

Реализация программы «Детский дом – территория здоровья» требует решения ряда организационных проблем:

- мониторинг состояния здоровья воспитанников;
- диагностика готовности воспитанников улучшить свое здоровье;
- нормализация учебной нагрузки и дополнительных развивающих занятий;
- повышение уровня работников детского дома в вопросах охраны здоровья, рациональной организации жизнедеятельности воспитанников.
- создание системы работы с воспитанниками, направленной на формирование ценностей здоровья и ЗОЖ;

Сроки реализации программы 2015 – 2016 годы

Этапы выполнения программы «Детский дом – территория здоровья»

1. Создание оптимальных санитарно-гигиенических условий:

- Соблюдение теплового и светового режима;
- Поддержание в помещениях детского дома чистоты;
- Соблюдение нормативов освещенности в группах и кабинетах;
- Соблюдение гигиенических норм и правил воспитанниками;
- Организация здорового и разнообразного питания воспитанников детского дома;
- Осуществление мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний воспитанников .

2. Условия для здоровья в ходе самоподготовки и проведения занятий:

- Санитарно-гигиенические условия (в дополнение к вышеизложенным) и условия, учитывающие физиологию человека:
- Формирование правильной осанки;
- Правильное размещение воспитанников при посадке, учитывающее состояние здоровья, смену места и т.д.;
- Физкультминутки у дошкольников ;
- Использование мебели, соответствующей росту воспитанников ;
- Морально –психологические:
 - деловая, деятельная атмосфера;
 - создание ситуации успеха;
 - доброжелательность;
 - раскованность (отсутствие всяческих психологических «зажимов»).

3. Формирование социально-психологического климата в детском коллективе, отвечающего следующим требованиям:

- Перспективность, оптимистичность;
- Жизнерадостность;
- Уверенность в успехе, результативности как в личной, так и в коллективной деятельности;

- Защищенность воспитанников ;
- Дух сотрудничества;
- Построение оптимальных целесообразных отношений педагог-воспитанник.

4. В спортивно-массовой работе достичь массовости и всеохватности воспитанников. Спортивно-массовую работу расширить и дополнить следующим содержанием и мероприятиями:

- Проведение четыре раза в год «Дня здоровья» -спортивного праздника с участием всего коллектива как комплекса эстафет, соревнований и туризма;
- Проведение Спартакиады детского дома;
- Организация различных соревнований, веселых стартов среди воспитанников , спортивных встреч с Мончегорско й СКШ;
- Формирование спортивных традиций, выявление лучших спортсменов;
- Нацеленность на конкретные результаты физического развития каждого отдельного воспитанника, скоростных, силовых качеств, выносливости;
- Мотивация воспитанников на повышение своей физической культуры, формирование красивого тела и вооружение методикой для тренировок;
- Активное включение и использование идеи состязательности, свойственной детям школьного возраста.

5. Программа здоровья педагога, которая включает в себя:

- Творческую активность;
- Поддержание благоприятного морально-психологического климата;
- Организацию здорового досуга;
- Занятия физической культуры и спортом;
- Апробирование приемов и средств оздоровления организма.

6. Пропаганда здорового образа жизни:

- Обучение способам оздоровления организма;
- Раскрытие значения взаимодействия человека с окружающей средой.

7 . Установление взаимосвязи с медицинскими учреждениями для решения общих задач:

- Проведение медосмотров;
- Профилактика инфекционных заболеваний;
- Организация просветительской работы через беседы, викторины, встречи с медицинскими работниками;
- Обучение воспитанников оказанию первой медицинской помощи.

9. Работа с педагогами:

- вооружение педагогов основами психолого- педагогических знаний (семинары, консультации), оказание помощи в создании благоприятной психологической среды в группе, детском доме;
- привлечение внимания педагогов к проблемам здоровья воспитанников, вовлечение их активную деятельность (соревнования, воспитательские часы, игры на улице, конкурсы и т.д.).

10. УЧАСТИЕ ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО ДОМА В ГОРОДСКИХ И ОБЛАСТНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ

- Из наиболее перспективных и талантливых воспитанников детского дома формируются сборные команды для участия в городских и областных соревнованиях.

11. Здоровое питание.

Ожидаемые результаты программы:

- Повышение уровня физической подготовки воспитанников;
- Увеличение количества воспитанников с положительной самооценкой;
- Повышение уровня знаний воспитанников по вопросам здоровьесбережения;
- Уменьшение количества детей, употребляющих табак, алкоголь.
- Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
- Стимулирование повышения внимания воспитанников и педагогов к вопросам здоровья, ЗОЖ, рациональной двигательной активности.

Мониторинг физического здоровья воспитанников.

Для организации физкультурно-оздоровительной работы с учетом индивидуальных особенностей и для оценки успешности проводимой работы в детском доме ведется мониторинг физического развития воспитанников.

Цель мониторинга: отслеживание физического развития воспитанников и выявление уровня овладения ими двигательными умениями и навыками. Мониторинг включает в себя:

- Антропометрия: рост, вес, обхват грудной клетки, динамометрия
- Оценка соответствия уровня физического развития возрастным нормам
- Показатели физической подготовки по физическим тестам (два раза в год) позволяют оценить степень развития основных физических качеств(силы, выносливости, скорости, координации движения):
 - подтягивание или отжимание
 - прыжки в длину с места
 - челночный бег (3X10)
 - бросок набивного мяча
 - упражнение на равновесие
 - сгибание и разгибание туловища из положения сидя(30сек)
 - прыжки на скакалке (за 1 мин)

Литература

1. Поляков В.А. Воспитание ЗОЖ в школе. М. 2002 год.
2. Воспитательная система массовой школы. Под ред. Новиковой Л.И. М.1992 год.
3. Воспитательная система массовой школы. Проблемы и поиски. Под ред.Н.Л. Селиванова. М. 2005 год.
4. Селиванова Н.Л. Воспитание здорового человека. М. 1999 год
5. Рухленко Н.М. Методические рекомендации воспитание учащихся ЗОЖ. Ж. «Практика административной работы в школе». 2004 год. №1.
6. Усова М.В. Организация деятельности детских общественных объединений.
7. Ж. «Классный руководитель». 2001 год..№7.
8. Переверзева Г.З. Оценка адаптации учащихся первых классов школы. Ж. «Практика административной работы в школе». 2001 год..№7.
9. Сивцов П.И. 50 классных часов. М. 2003 год.
10. Пашков А.Г. Физическое воспитание и здоровье. М. 2004 год.
11. Цырлина Ф.Я. На пути к совершенству. М. 2005 год.

приложение № 1

медицинскому обеспечению в ходе реализации Программы
«Детский дом – территория здоровья»

на 2015-2016 учебный год.

	мероприятие	ответственные	Сроки исполнения
1.	Подготовка мед. кабинета, процедурного кабинета и изолятора к новому учебному году.	Попова Л.Н. Шилова Т.В.	сентябрь
2.	Обеспечение необходимыми медикаментами и перевязочными материалами, средствами индивидуальной защиты и медицинским оборудованием	врач, директор	В течение года
3.	Своевременное проведение поверки медицинского оборудования	медперсонал	По плану
4.	Своевременное заключение договоров на поставку медикаментов, ремонт и обслуживание медицинского оборудования	медики	январь
5.	Подготовка мед. документации, контроль ее ведения.	медики	В течение года
6.	Контроль соблюдения правил хранения и использования медикаментов.	Попова Л.Н. м/с	ежемесячно
7.	Учет сроков реализации медикаментов	Попова Л.Н.	В течение года
8.	Подготовка к проведению диспансеризации воспитанников	Попова Л.Н.	октябрь
9.	Организационные мероприятия по оздоровлению воспитанников в летний и зимний период, подготовка выездных документов	медперсонал	В течение года
10.	Составление годового отчета и объяснительной записки к нему	Попова Л.Н.	январь
11.	Проведение вводного санитарно- гигиенического обучения для вновь принятых сотрудников.	Попова Л.Н. медперсонал	В течение года
10.	Прохождение медицинского осмотра сотрудниками 1 раз в 3 месяца в ДБО, с отметкой в сан книжке.	Попова Л.Н.	В течение года
11.	Ведение строгого контроля за прохождением сотрудниками мед. комиссии, проверка санитарных книжек.	Медперсонал Завхоз	В течение года
12.	Прохождение сотрудниками сан. минимума с отметкой в сан. книжках.	завхоз	В течение года
13.	Оформление медкарт вновь прибывших воспитанников с занесением прививок и осмотров узкими специалистами.	медперсонал	В течение года
14.	Организация санаторно-курортного лечения, оформление санитарно- курортных карт воспитанников	Попова Л.Н. медперсонал	В течение года
15.	Прохождение мед комиссии для поступления в училища, техникумы и ВУЗы	М/с Панфилова В.П.	Май, июнь
16.	Прохождение медицинской комиссии с юношами для военкомата	медики	В течение года
17.	Выполнение плана производственного контроля.	Завхоз медики	В течение года
18.	Ревакцинация в соответствии с календарем проведения профилактических прививок.	м/с	По плану
19.	Оздоровление детей, состоящих на диспансерном учете.	Попова Л.Н. м/с	в течение года

20.	Обследовать детей 1-3 кл. на энтеробиоз, инвазированных пролечить	медики	плану - СЭС
21.	Проведение при эпид. обстановке экстренной профилактики ОРЗ и гриппа (фитотерапия, поливитамины).	медики	Осень –зима-весна 2013-2014
22.	Проведение вакцинации от гриппа.	медики	Октябрь, ноябрь
23.	УФО воспитанников, витаминотерапия, деотерапия	медики	В течение года
24.	Осмотр детей стоматологом 1 раз в год, при необходимости осмотр ортодонтом	медики	Сентябрь, апрель
25.	Антропометрические показатели детей.	Попова Л.Н. воспитатели	постоянно
26.	Контроль посещения детьми спортивных секций, плавательного бассейна, занятий в спортивном зале.	медики	В течение года
27.	Соблюдение воспитанниками режима дня	Воспитатели медики	постоянно
28.	Работа по сохранности зрения. Посещение детьми врача офтальмолога, ношение очков, физиопроцедуры, капли.	Куваева Н.А. воспитатели	постоянно
29.	Контроль соответствия одежды и обуви детей сезону, мебели — росту детей.	медики воспитатели	постоянно
30.	Противоэпидемическая работа	медики	По плану
31.	Обеспечение постоянного соблюдения санэпидемрежима	медики	В течение года
32.	Проведение занятий с техперсоналом по санминимуму	медики	По плану
33.	Контроль за использованием, маркировкой и хранением уборочного инвентаря.	Медики завхоз	По плану
34.	Контроль за полнотой и своевременностью медицинского обследования сотрудников.	медики	По плану
35.	своевременная изоляция заболевших – в изолятор или медицинское учреждение; и контроль за контактными детьми	медики	По плану
36.	Ежедневный осмотр детей на педикулез с отметкой в журнале	медики	По плану
38.	контроль ежегодного проведения реакции Манту	в течение года	По плану
39.	Вести учет и регистрацию всех инфекционных заболеваний.	медики	В течение года
40.	Проведение общеоздоровительных и закаливающих мероприятий, в том числе сезонных.	медики	В течение года
41.	Проведение мероприятий по предупреждению распространения инфекционных заболеваний: - своевременная изоляция выявленных больных с подозрением на инфекционные заболевания; - обработка инфекционного очага; - наблюдение за контактными; - направить экстренное сообщение в СЭС при возникновении кишечных заболеваний	медики	
42.	Контроль выполнения воспитанниками правил личной гигиены	медики	По плану

43	Флюорографическое обследование с 15 лет 1 раз в 2 года	медики	В течение года
44.	Контроль за санитарным состоянием групп, режимом проветривания.	медики	По плану
45	Контроль теплового и воздушного режима в помещениях детского дома	медики	По плану
46.	выступления на педсоветах, совещаниях по вопросам: - санитарно-гигиенический режим в д/д. личная гигиена; - травматизм, виды травматизма, профилактика; - итоги диспансеризации воспитанников; - эффективность диспансерного лечения; - организация питания и диетпитания воспитанников;	медики	По плану
47.	Участие в реализации Программы «Подготовка воспитанников детского дома к самостоятельной жизни»	медики	В течение года
48.	Провести с воспитателями и персоналом лекции и беседы на темы: - первая помощь при обмороке; - первая помощь при кровотечениях, переломах конечностей; - первая помощь при судорогах, электрических травмах; С воспитанниками- - первая помощь при кровотечениях, переломах конечностей; - первая помощь при электрических травмах	медики	По плану
49	Организация работы со специалистами: психологом женской консультации, осмотр девочек 1 раз в год детским врачом гинекологом; консультация нарколога.	медики	По плану
50.	Проводить широкую санпросветработу с педагогами и детьми по профилактике травматизма	Воспитатели медики	В течение года
51.	контролировать оборудование в физкультурном зале.	медики	В течение года
52.	Организация участия в Программе «Здоровое питание»	Андрюшина Е. Н.	В течение года

**в ходе реализации Программы «Детский дом – территория здоровья»
на 2015-2016 учебный год**

№ п/п	Мероприятия	Форма проведения	Цель проведения	сроки	ответственные
сентябрь					
1	Инструктаж воспитанников по технике безопасности	инструктаж	Ознакомление воспитанников с правилами по технике безопасности на занятиях и спортивно-массовых мероприятиях.	11.09.15 – 19.09.15	Инструктор по ФК Попов В.В.
2	Областные соревнования по лёгкой атлетике.	соревнования	Привлечение воспитанников к занятиям спортом. Пропаганда ЗОЖ	13.09.15	Инструктор по ФК. Попов В.В.
3	Открытие спартакиады детского дома. Соревнования по лёгкой атлетике.	соревнования.	Привлечение воспитанников к систематическим занятиям спортом.	17.09.15	Инструктор по ФК Попов В.В.
4	День здоровья.	игры на улице	Формирование стремления воспитанников к здоровому образу жизни.	23.09.15	Инструктор по ФК Попов В.В.
5	*Спортивный конкурс Прыжковое 7 –борье».	соревнования.	Развитие скоростно-силовых качеств и координации движений	29 30.09.15 у	Инструктор по ФК Попов В.В.
6	Плавание.	занятия в бассейне	Обучение различным видам плавания. Развитие функции дыхания.	1 раз в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
7	Восстановительные мероприятия.	посещение сауны	Оздоровление организма	1 раз в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
8	Катание на роликовых коньках, самокате, скейтборде, велосипеде.	занятие	Овладение техникой катания. Организация досуга.	сентябрь	Инструктор по ФК Попов В.В.
9.	Спортивные игры.	игры на улице и в зале детского дома	Овладение умениями и навыками игр. Развитие координации движений, выносливости , быстроты	сентябрь	Инструктор по ФК Попов В.В.
октябрь					
10	Соревнования по ОФП в рамках Спартакиады детского дома.	соревнования	Приобщение к здоровому образу жизни. Определение уровня развития физических качеств.	01- 10.10.15	Инструктор по ФК Попов В.В.
11	Областные соревнования по многоборью. ОФП,	соревнования	Привлечение воспитанников к занятиям спортом. Пропаганда ЗОЖ.	20.10.15	Инструктор по ФК Попов В.В.
12	*Спортивный конкурс «Баскетбол».	соревнования.	Овладение техникой ведения мяча и броска	25- 28.10.15	Инструктор по ФК Попов В.В.
13	Плавание.	занятия в бассейне	Обучение различным видам плавания. Развитие функции дыхания.	1 раз в неделю 30.10.15	Инструктор по ФК Попов В.В.

		контроль-ные старты	Определение возможностей и результатов		
14	Восстановительные мероприятия.	посещение сауны	Оздоровление организма	1 раз в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
15	День здоровья.	подвижные игры	Привлечение воспитанников к активным формам досуга. Пропаганда здорового образа жизни.	27.10.15	Инструктор по ФК Попов В.В.
16	Спортивные и подвижные игры.	игры в зале	Овладение умениями и навыками игр. Развитие координации движений, выносливости, быстроты	октябрь	Инструктор по ФК Попов В.В.
ноябрь					
17	Спортивный конкурс «Футбольный жонглёр».	соревнования	Развитие и воспитание у детей физических и волевых качеств	05-07.11.15	Инструктор по ФК Попов В.В.
18	Совместное мероприятие с филиалом 14 школы.	товарищеская встреча по мини-футболу	Овладение техникой, тактикой игры и командными взаимодействиями	12.11.15	Инструктор по ФК Попов В.В.
19	Настольный теннис.	соревнования	Овладение техникой игры. Развитие координации движений.	13-23.11.15	Инструктор по ФК Попов В.В.
20	Совместное мероприятие с СДЮШОР.	встреча с тренерами и спортсменами	Привлечение воспитанников к активным формам досуга. Пропаганда здорового образа жизни	29.11.15	Инструктор по ФК Попов В.В.
21	Плавание.	занятия в бассейне контроль-ные старты	Обучение различным видам плавания. Развитие функции дыхания. Определение возможностей и результатов	1 раз в неделю 27.11.15	Инструктор по ФК Попов В.В.
22	Восстановительные мероприятия.	посещение сауны	Оздоровление организма	1 раз в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
23	Областные соревнования по мини-футболу.	соревнования	Развитие и воспитание физических и волевых качеств.	ноябрь	Инструктор по ФК Попов В.В.
24	Спортивные и подвижные игры.	игры в зале	Овладение умениями и навыками игр. Развитие координации движений, выносливости, быстроты	ноябрь	Инструктор по ФК Попов В.В.
25	ОФП	занятия в зале	Развитие силовых качеств.	1 раз в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
декабрь					
26	Спортивный конкурс «Снайпер»	конкурс	Развитие меткости, воспитание волевых качеств.	03-05.12.15	Инструктор по ФК Попов В.В.

27	Катание и бег на лыжах.	занятия	Овладение техникой бега на лыжах. Развитие выносливости.	2 раза в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
28	День здоровья.	лыжная вылазка	Развитие выносливости и волевых качеств.	22.12.15	Инструктор по ФК Попов В.В.
29	Плавание.	занятия в бассейне контрольные старты	Обучение различным видам плавания. Определение возможностей и результатов	1 раз в неделю 30.12.15	Инструктор по ФК Попов В.В.
30	Восстановительные мероприятия.	посещение сауны	Оздоровление организма	1 раз в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
31	Спортивные и подвижные игры.	игры в зале	Овладение умениями и навыками игр. Развитие координации движений, выносливости, быстроты	ноябрь	Инструктор по ФК Попов В.В.
32	ОФП	занятия в зале	Развитие силовых качеств.	1 раз в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
33	Катание на коньках, санках, ледянках.	занятия	Организация досуга.	декабрь	Инструктор по ФК Попов В.В.
январь					
34	Игры по русским шашкам.	турнир	Развитие внимательности, сообразительности.	09-13.01.16	Инструктор по ФК Попов В.В.
35	Плавание.	занятия в бассейне контрольные старты	Обучение различным видам плавания. Развитие функции дыхания. Определение возможностей и результатов	1 раз в неделю 08,15.01.16	Инструктор по ФК Попов В.В.
36	Восстановительные мероприятия.	посещение сауны	Оздоровление организма	1 раз в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
37	Областные соревнования по плаванию.	соревнования	Привлечение воспитанников к систематическим занятиям спортом. Воспитание волевых качеств.	январь	Инструктор по . ФК Попов В.В.
38	Спортивный конкурс « Серсо».	конкурс	Развитие меткости, выдержки.	23-25.01.16	Инструктор по . ФК Попов В.В.
39	Катание и бег на лыжах.	занятия	Овладение техникой бега на лыжах. Развитие выносливости.	2 раза в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
40	День здоровья.	игры на улице	Развитие выносливости и волевых качеств.	28.01.16	Инструктор по ФК Попов В.В.
41	Спортивные и подвижные игры.	игры на улице и в зале	Овладение умениями и навыками игр. Развитие координации движений, выносливости, быстроты	январь	Инструктор по ФК Попов В.В.

42	ОФП	занятия в	Развитие силовых качеств.	1 раз в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
43	Катание на коньках, санках, ледянках.	занятия	Организация досуга.	январь	Инструктор по ФК Попов В.В.
февраль					
44	Катание и бег на лыжах.	занятия	Овладение техникой бега на лыжах. Развитие выносливости.	2 раза в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
45	Областные соревнования по лыжным гонкам.		Определение уровня лыжной подготовки, проявление волевых качеств.	февраль	Инструктор по ФК Попов В.В.
46	Плавание.	занятия в бассейне контрольные старты	Обучение различным видам плавания. Развитие функции дыхания. Определение возможностей и результатов	1 раз в неделю 08,15.01.16	Инструктор по ФК Попов В.В.
47	Восстановительные мероприятия.	посещение сауны	Оздоровление организма	1 раз в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
48	День защитника Отечества.	Спортивно - развлекательная программа	Воспитание патриотизма. Пропаганда ЗОЖ.	22.02.16	Инструктор по ФК Зайцев В.Л
49	Спортивный конкурс « Дартс»	конкурс	Развитие меткости, выдержки.	24-27.02.16	Инструктор по ФК Попов В.В.
50	Спортивные и подвижные игры.	Игры на улице и в зале	Овладение умениями и навыками игр. Развитие координации движений, выносливости , быстроты	февраль	Инструктор по ФК Попов В.В.
51	Катание и бег на лыжах.	занятия	Овладение техникой бега на лыжах. Развитие выносливости.	2 раза в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
52	Катание на коньках, санках, ледянках.	занятия	Организация досуга.	февраль	Инструктор по ФК Попов В.В.
март					
53	Катание и бег на лыжах.	занятия	Овладение техникой бега на лыжах. Развитие выносливости.	2 раза в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
54	Лыжный поход.	поход	Привлечение воспитанников к активным формам досуга. Пропаганда ЗОЖ	26.03.16	Инструктор по ФК Попов В.В.
55	Плавание.	занятия в бассейне контрольные старты	Обучение различным видам плавания. Развитие функции дыхания. Определение возможностей и результатов	1 раз в неделю 24.03.16	Инструктор по ФК Попов В.В.
56	Восстановительные мероприятия.	посещение сауны	Оздоровление организма	1 раз в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.

57	Спортивные и подвижные игры.	Игры на улице и в зале	Овладение умениями и навыками игр. Развитие координации движений, выносливости, быстроты	март	Инструктор по ФК Попов В.В.
58	ОФП	занятия в тренажёрном зале	Развитие силовых качеств.	1 раз в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
59	Катание на коньках, санках, ледянках.	занятия	Организация досуга.	март	Инструктор по ФК Попов В.В.
апрель					
60	Спортивный конкурс «Суперпрыжок»	конкурс	Развитие координации движений.	03-06.04	Инструктор по ФК Попов В.В.
61	ОФП.	соревнования	Развитие скоростно-силовых качеств, координации движений.	10-20.04.16	Инструктор по ФК Попов В.В.
62	Плавание.	занятия в бассейне контрольные старты	Обучение различным видам плавания. Развитие функции дыхания. Определение возможностей и результатов	1 раз в неделю 24.04.16	Инструктор Попов В.В.
63	Восстановительные мероприятия.	посещение сауны	Оздоровление организма	1 раз в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.
64	Спортивные и подвижные игры.	Игры на улице и в зале	Овладение умениями и навыками игр. Развитие координации движений, выносливости, быстроты	апрель	Инструктор по ФК Попов В.В.
65	День здоровья	Подвижные игры	Привлечение воспитанников к активным формам досуга. Пропаганда здорового образа жизни.		Инструктор по ФК Попов В.В.
май					
66	Спортивный конкурс «Баскетбольный снайпер»	конкурс	Овладение техникой броска мяча в кольцо. Развитие меткости.	10-13.05.16	Инструктор по ФК Попов В.В.
67	Лёгкая атлетика.	Соревнования	Овладение техникой выполнения упражнений. Развитие физических качеств. Определение уровня физической подготовленности.	25-30.05.16	Инструктор по ФК Попов В.В.
68	Плавание.	занятия в бассейне контрольные старты	Обучение различным видам плавания. Развитие функции дыхания. Определение возможностей и результатов	1 раз в неделю 24.05.16	Инструктор по ФК Попов В.В.
69	Восстановительные мероприятия.	посещение сауны	Оздоровление организма	1 раз в неделю	Инструктор по ФК Попов В.В.

70	Спортивные и подвижные игры.	игры на улице и в зале	Развитие координации движений, выносливости , быстроты	Май	Инструктор по ФК Попов В.В
71	Закрытие Спартакиады детского дома.	празднк	Подведение итогов Спартакиады. Награждение лучших .	07.06.16	Инструктор по ФК Попов В.В.

приложение № 3

План спортивно-массовых мероприятий в ходе реализации Программы «Детский дом – территория здоровья»

Цель:

Обеспечение физического развития воспитанников, их оздоровление и реабилитация посредством здоровьесберегающих технологий.

Задачи:

- Охрана жизни, укрепление здоровья, закаливание организма, улучшение физического развития, функциональное совершенствование организма ребёнка.
- Формирование и совершенствование двигательных умений и навыков.
- Воспитание потребности в занятиях физической культурой, привычки к соблюдению режима.
- Формирование у воспитанников основ здорового образа жизни.

Стимулирование физической активности воспитанников посредством спортивных мероприятий и праздников, участием в спортивных соревнованиях.

№	Содержание работы	Месяц	Совместно с кем Проводится
1	Организация работы спортивных секций	Сентябрь	Попов В.В.
2	Беседа «Режим дня»	1 неделя	Воспитатели
3	Спортивное развлечение «Весёлые старты»	2 неделя	Лукина Е.О.
4	День подвижных игр	3 неделя	Попов В.В.
5	Спортивный досуг «Олимпийские игры» Открытие Спартакиады	4 неделя	Попов В.В.
6	Спортивный досуг «Я и спорт» (старший возраст)	Октябрь	Лукина Е.О.
7	Беседа «Здоровый образ жизни»	1 неделя	Воспитатели
8	Физкультурный досуг «На лесной дорожке»	2 неделя	Попов В.В.
9	Осенний легкоатлетический кросс.	3 неделя	Лукина Е.О.
10	Разговор «Моё здоровье в моих руках»	4 неделя	Воспитатели гр.
11	Спортивный праздник «Дружная семейка»	Ноябрь 1 неделя	Попов В.В.
12	Спортивный праздник «В морском царстве»	2 неделя	Лукина Е.О.
13	Спортивные состязания «Богатырская наша сила!»	3 неделя	Попов В.В.
14	День здоровья «Здравствуй, Зимушка - зима!»	декабрь 1 неделя-	Воспитатели
15	Физкультурное занятие «Физкультминутка»	2 неделя	Воспитатели
16	Дискуссия «За здоровый образ жизни»	3 неделя	Воспитатели
17	Спортивное развлечение «Зимние забавы».	4 неделя	Попов В.В.
18	Занятие-игра «Народные игры»	январь 1 неделя	Воспитатели групп

19	Спортивные игры	2 неделя	Попов В.В.
20	Беседа «О вредных привычках»	3 неделя	Воспитатели
21	Первенство детского дома по лыжным гонкам.	Февраль	Лукина Е.О.
22	Спортивный праздник, посвящённый Дню защитника отечества «А ну-ка, парни!»	3 неделя	Попов В.В.
23	Спортивный праздник на воде	Март	Попов В.В.
24	Физкультурный досуг «А ну-ка, девочки»	2 неделя	Лукина Е.О.
25	Беседа - диспут: «Внешний вид»	3 неделя-	Воспитатели
26	Спортивный праздник «Весенняя сказка»	4 неделя	Попов В.В.
27	День игры « Игры на асфальте ».	Апрель	Лукина Е.О.
28	Шуточные эстафеты	1 неделя	Лукина Е.О.
29	Ударим юмором по сигаретам	2 неделя	Воспитатели
30	Спортивный праздник «Быстрее, сильнее, выше»	3 неделя	Попов В.В.
31	Игра-путешествие «Как сохранить здоровье»	Май	Воспитатели
32	Спортивный праздник «Малыши крепыши»	3 неделя	Попов В.В.
33	Спортивный досуг «Навстречу лету!»	4 неделя	Лукина Е.О.