Сообщение к педагогическому совету на тему «К здоровью через движение»

Инструктор по Ф.К.

МДОУ ЦРР ДС № 89

Байбакова О.А.

Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. И это понятно, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые , активные, здоровые.

Я работаю по программе Васильевой М.А. «Воспитание и обучение детей в ДОУ», и использую парциальные программы «Здравствуй» Лазарева М.Л., «Старт» Юдина Р.А., Яковлева Л.В.

Физическое воспитание – процесс становления личности ребёнка, формирование его жизненной позиции. Я как инструктор по Ф.К. ставлю для себя следующие задачи:

1. Дать детям понятие о здоровье, о важности и необходимости сохранять его на Севере.
2. Формировать у детей сознательное отношение к собственному здоровью.
3. Воспитывать у детей уверенность в себе и потребность вести ЗОЖ, как в детском саду, так и дома.
4. Через образы сказочных героев научить детей делать первые шаги к ЗОЖ.
5. Сделать родителей своими союзниками в работе по ЗОЖ.

Для решения поставленных задач я использую различные формы физкультурно-оздоровительной работы.

1. Зарядка. Цель-укрепление здоровья детей и повышение уровня эмоционального благоприятного состояния ребёнка.

а) форма «Танцевально-ритмическая».

б) форма «Развивающая» использую в комплексе с сюжетными играми, направлена на развитие движений, логоритмики навыка счётной деятельности, мимики зрительно-слуховых анализаторов. Например: читаю стихотворение, и дети начинают движение в соответствии с текстом.

в) О.Р.У. и упражнения на разные виды ходьбы, бега.

2. Физкультурные занятия. Провожу традиционным и не традиционным методом.

Традиционные занятия состоят из водной, основной и заключительной части.

«Занятия по схемам», «Занятия с предметами», «Занятие без предметов».

Не традиционные. Строятся только на подвижных и мало подвижных играх.

Следующей формой работы является активный отдых:

1. Летний, осенний кросс (посвящённый дню города, дню защиты детей).
2. Спортивные досуги «Во саду ли, в огороде», «Озорные воробьи», «Зимние радости со снеговиком», «Путешествие на облаках».
3. Спортивная неделя «Белый медвежонок», «Ярмарка спорта».
4. Зимний спортивный праздник «Здравствуй Солнце».
5. Летний спортивный праздник «Весёлая олимпиада».

Кроме выполнения различных форм работы, я планирую вместе с детьми занятия познавательного цикла, помогающие ребёнку, накопить необходимый опыт и знания по укреплению физического и психического здоровья и рекомендовала педагогам провести занятие по закреплению знаний, которые были даны. Назвала я их «Весёлые уроки здоровья» Работу осуществляю по намеченному плану. Составила планирование и разработала цикл занятий.

Ноябрь- 1 тема: «Я хороший человек»

Цель этих занятий: Помочь ребёнку познать себя и научить любить своё «Я».

«Кто я», «Я не похож на других», «Я расту», «Доброе сердце».

Декабрь- 2 тема: «Дыхание».

Задача: Научить детей понять, как правильно нужно дышать.

Ребёнок, выполняя упражнения должен видеть результат, так он будет стремиться делать правильный вдох и выдох.

«Как мы дышим и зачем»? беседа, «Поиграй-ка» дыхательная гимнастика закаливание зева. «Школа дыхания» игровые упражнения с предметами. «Умники и умницы» игры на закрепление знаний детей.

Январь-Февраль- 3 тема «Закаливание».

Задача: Научить детей правильно и красиво двигаться, получать от движения радость.

«Красивая осанка» мышичьно-суставная гимнастика, «Мы чемпионы» физкультурные занятия по развитию физических качеств, «Минутка» коллективная напольная игра.

Март – 4 тема «Движение».

Соблюдать двигательный режим, а так же использовать условия развивающей среды: спортивные уголки и стенки здоровья в группе, т.е. пространство для самореализации.

«Давай перехитрим простуду», «Космическое путешествие», «Белая спартакиада», «Путешествие на поляну игр» физкультурные занятия.

Апрель – 5 тема «Витамин».

Задача: Научить детей, как правильно выбрать полезную и здоровую пищу для своего здоровья. «Полезная еда» загадки, «Ням-ням выбираю пищу сам» игры, «На огороде» физкультурное занятие, «Остров витамин»

Задачи решаю успешно благодаря системе в работе, индивидуальному подходу, доступным формам проведения занятий, зарядок. Цель этих занятий помочь ребёнку развить в начальной стадии свои физические качества: выносливость, скорость, силу, гибкость, прыгучесть, ловкость, координацию движений.

По этим качествам два раза в год я провожу диагностику. Она помогает выявить способности каждого ребёнка и определить его уровень физического развития и наметить индивидуальную работу.

Планирую организовать группу здоровья для детей с нарушением осанки, плоскостопием.

Также успешно идёт работа с родителями, т.к. семья это главный помощник в решении главной задачи, где ребёнок учится общаться на тему «Моё здоровье».

Родители участвовали в Спортивном празднике «Папа, мама, я – спортивная семья», в «Ярмарке спорта». В зимнем физкультурном празднике «Здравствуй солнце».

Главное заинтересованность, система, сотрудничество с остальными специалистами: Психологом, воспитателями, музыкальными руководителями. Цели тогда будут достигнуты, и будет виден наглядный результат.