

Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ № 56 «Северяночка»

«Физкультура – это здоровье!»

Инструктор физической культуры
Пономарева Юлия Дмитриевна



Актуальность

- Оздоровительная работа с дошкольниками в последние десятилетия приобрела особую актуальность, что связано со стабильной тенденцией ухудшения здоровья всего населения России, в том числе и детей. Причин тому много: это социальные, экологические, политические факторы и пр. В связи с этим ныне принимаются меры для изменения ситуации: развивается сеть оздоровительных центров и спортивных клубов, разрабатываются и апробируются на практике новые оздоровительные методики, адаптируются к современным условиям хорошо известные, но забытые методы, формы и средства оздоровления.
- Предметом нашего обсуждения в данном проекте станет такая форма оздоровительной работы, как утренняя гимнастика, образовательная деятельность по физической культуре, гимнастика после сна, закаливание.

Физкультурно-оздоровительная работа:

Цель: охрана и укрепление здоровья детей, формирование предпосылок здорового образа жизни на основе создания эффективной здоровьесберегающей педагогической системы в дошкольном учреждении, повышение физической подготовленности через оптимизацию двигательной активности.

Задачи физкультурно-оздоровительной работы:

- организация рационального режима дня, обеспечение суточной продолжительности сна в соответствии с возрастными и индивидуальными потребностями;
- создание условий для оптимального двигательного режима;
- организация полноценного питания;
- осуществление оздоровительных и закаливающих мероприятий;
- обеспечение благоприятной гигиенической обстановки и условий для культурно-гигиенического воспитания детей;
- создание атмосферы психологического комфорта и предупреждения травматизма;
- обеспечение безопасности;
- реализация индивидуально – дифференцированного подхода к детям.

Механизм реализации проекта

- Изучение методической литературы.
- Работа с родителями(консультации, анкетирование, папки-передвижки, уголки здоровья, собрания, участие в соревнованиях и т.д.)
- Спортивные досуги и праздники.
- Закаливающие мероприятия(бодрящая гимнастика, дорожки, воздушные ванны, закаливание, водные процедуры в бассейне)
- Профилактические и реабилитационные мероприятия(дыхательная гимнастика, упражнения для профилактики плоскостопия и т. д.)
- Физкультурно-оздоровительная работа в течении дня(утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры)
- Индивидуальная и дифференцированная работа с детьми, имеющими отклонения в физическом развитии (диагностирование)

Утренняя гимнастика является одним из важных компонентов двигательного режима, ее организация направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей.



Образовательная деятельность по физической культуре является основной формой организованного обучающего физкультурного упражнения ДОУ.



Основные виды движения



Подвижные игры – сложная двигательная, эмоционально окрашенная деятельность, обусловленная установленными правилами, которые помогают выявить конечный итог или количественный результат.



Гимнастика после сна

Цель:

- создать интерес к закаливающим процедурам, положительный эмоциональный настрой группы после сна;
- закрепить приемы элементарного самомассажа;
- развивать двигательную активность, воображение;
- активизировать функции дыхательного аппарата;
- профилактика плоскостопия.

Закаливание - важная часть физического воспитания детей дошкольного возраста

Задача: поддерживать, развивать и укреплять защитные силы организма ребенка, приучать противостоять неблагоприятным факторам внешней среды.

Участие в городских мероприятиях



Ожидаемый результат

- 1.Снижения уровня заболеваемости
- 2.Повышения уровня физической подготовленности детей.
- 3.Успешное развитие основных психических процессов.
- 4.Использование детьми полученных знаний и сформированных умений в повседневной жизни.
- 5.Родители проявят искреннюю заинтересованность в сохранении и укреплении здоровья детей ,готовность к сотрудничеству.



Спасибо за внимание!

