



ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ОЗДОРОВЛЕНИЮ И ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ В ДЕТСКОМ САДУ

Руководитель по физической культуре
Румянцева Т.А.



Забота об охране и укреплении здоровья подрастающего поколения является одной из важнейших государственных задач. Одним из составляющих здоровье человека является уровень и гармоничность физического развития.



До 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим.

РАБОТА В НАШЕМ ДЕТСКОМ САДУ СТРОИТСЯ ПО НЕСКОЛЬКИМ НАПРАВЛЕНИЯМ:



Воспитание здорового ребенка совместными усилиями детского сада и семьи.



СОЗДАНИЕ УСЛОВИЙ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И СНИЖЕНИЯ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ДЕТЕЙ

С целью снижения заболеваемости в детском саду успешно применяется система закаливающих мероприятий в повседневной жизни. Используются все природные факторы: вода, воздух, солнце. Закаливающие мероприятия осуществляются круглый год.

Вся работа по физическому воспитанию детей проводится с учетом их состояния здоровья



К ЗАКАЛИВАЮЩИМ МЕРОПРИЯТИЯМ ДОУ ОТНОСИТСЯ:

- ▶ **утренний прием на свежем воздухе в теплое время, облегченная форма одежды, воздушные ванны после сна и бодрящая гимнастика, ходьба по профилактическим дорожкам.**



К ЗАКАЛИВАЮЩИМ МЕРОПРИЯТИЯМ ДОУ ОТНОСИТСЯ:



▶ **ежедневная утренняя гимнастика**

▶ **занятия физической культурой на свежем воздухе и оздоровительный бег летом**





Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении в детском саду созданы определенные условия.

В группах созданы уголки физической культуры, где располагаются различные физические пособия.

В детском саду есть необходимое для физкультурных занятий разнообразное оборудование



ОСОБОЕ ЗНАЧЕНИЕ В ВОСПИТАНИИ ЗДОРОВОГО РЕБЕНКА ПРИДАЕТСЯ РАЗВИТИЮ ДВИЖЕНИЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЕТЕЙ НА ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЯХ



► Занятия по традиционной схеме



► Занятия-соревнования



▶ Сюжетно-игровые занятия



▶ Занятия, состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности и сюжетно-игровые занятия



- ▶ **Занятия-зачеты, во время которых дети сдают физкультурные нормативы**



- ▶ **Занятия – тренировки в основных видах движений**

МЕТОДИКИ ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

Самомассаж – помогает повысить защитные функции организма ребёнка. Во время утренних процедур проводим игровой самомассаж ушных раковин, пальцев. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развитие навыков собственного оздоровления.

Использование музыки содействует формированию у детей правильных представлений о характере движений, вырабатывает у них точность и выразительность при выполнении упражнений, положительно сказывается на эстетическом, нравственном и физическом развитии, способствует формированию правильной осанки и спортивной походке, движения становятся красивыми, ловкими, экономичными.

Пальчиковая гимнастика - служит для развития у детей ручной умелости мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращают учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

Упражнения на фитболе - упражнения с этими мячами способствуют созданию сильного мышечного корсета вокруг позвоночника, развитию выносливости, ловкости, координации движений, улучшению работы внутренних органов. Занятия на мячах улучшают общее самочувствие, повышают эмоциональный тонус, создают оптимальные условия для правильного положения туловища, способствуя улучшению осанки и профилактики ее нарушений.

Игровой стретчинг. направлен на активизацию защитных сил организма детей, овладение навыками совершенного управления своим телом. Это творческая деятельность, при которой дети живут в мире образов. Игра состоит из нескольких фрагментов, в которые вплетены упражнения на статическую растяжку мышц, прыжки, расслабление для восстановления дыхания. После занятий игровым стретчингом у детей улучшается настроение, взаимопонимание.

ПОВЫШЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА И ДЕЛОВОЙ КВАЛИФИКАЦИИ ПЕДАГОГОВ ДЕТСКОГО САДА



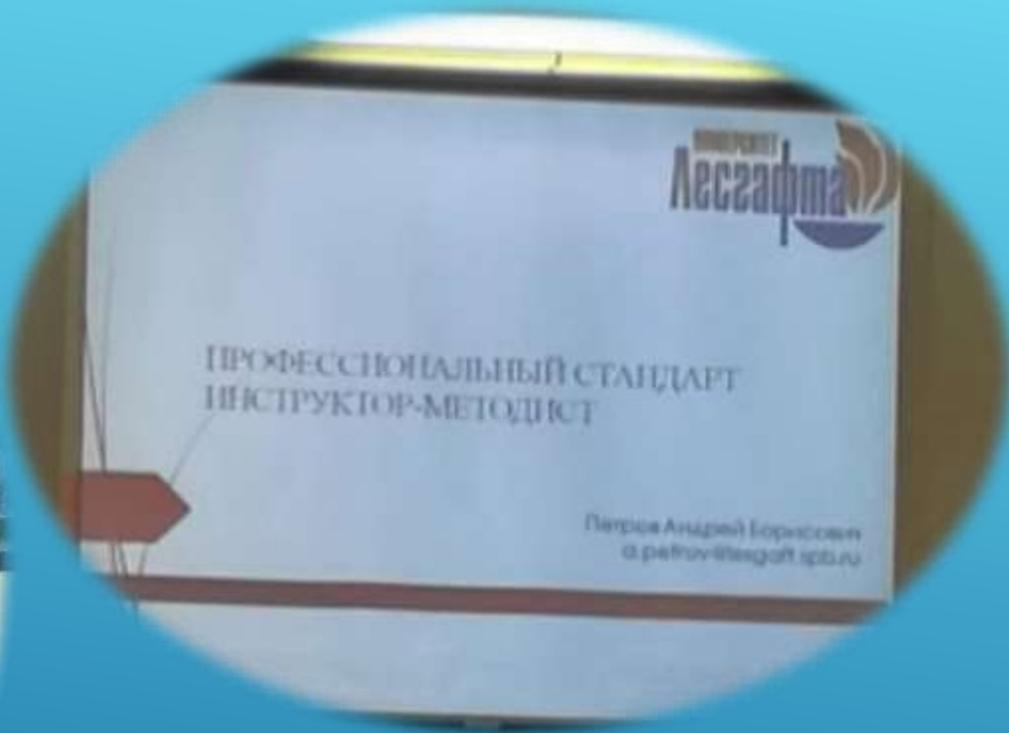
Особую актуальность приобретает поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка и для этого используется:

- ▶ Работа с коллективом ДООУ, это не только консультации, но и мастер классы



▶ **Повышение квалификации**

▶ **Изучение литературы по вопросам физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.**



▶ **Участие в конференциях**

В СИСТЕМЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ДОУ ПРОЧНОЕ МЕСТО ЗАНИМАЮТ ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ПРАЗДНИКИ, СПОРТИВНЫЕ ДОСУГИ, ДНИ ЗДОРОВЬЯ



- ▶ Спортивные досуги и праздники

Интересное содержание, юмор, музыкальное оформление, игры, соревнования, радостная атмосфера способствуют активизации двигательной деятельности.

Совместная деятельность детей, преодоление в команде различных трудностей, достижение общего командного результата – все это сплачивает детский коллектив.

Организация совместных мероприятий доставляет детям и родителям огромную радость, помогает вовлекать родителей в учебно-воспитательный процесс ДОУ.

Наибольшую пользу для оздоровления и закаливания детей приносят физкультурные праздники, организованные на открытом воздухе.



КОМПЛЕКСНОЕ РЕШЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАДАЧ В КОНТАКТЕ С МЕДИЦИНСКИМИ РАБОТНИКАМИ



**ЗДОРОВЫЙ ПЕДАГОГ –
ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК-
ЗДОРОВАЯ НАЦИЯ!**

