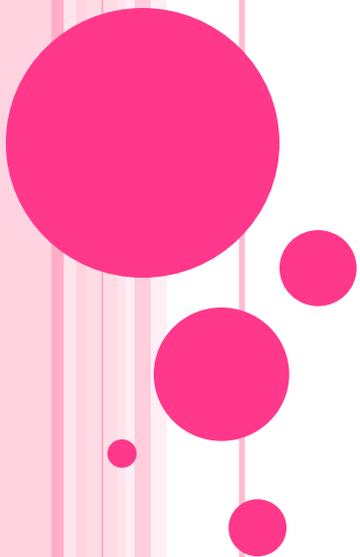


Физическое воспитание ДОШКОЛЬНИКОВ



«Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя.

От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В.

Сухомлинский



В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать сотрудникам детских садов. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.



Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием.

Система физкультурно-оздоровительной работы включает лечебно-профилактические и физкультурно-оздоровительные мероприятия.



Задачи физического воспитания

Оздоровительные

Охрана и укрепление здоровья, улучшение физического развития, совершенствование и повышение работоспособности организма ребёнка, закаливание.

Воспитательные

Формирование нравственно-волевых качеств, объективной самооценки, доброжелательных взаимоотношений, выработка полезных привычек (к опрятности, чистоте, ежедневной физкультуре)

Образовательные

Обучение основным движениям (ходьба, прыжки, плавание, лазание, метание предметов); формирование двигательных качеств (ловкость, выносливости, силы, координации движений); формирование знаний о пользе физических упражнений, о здоровом образе жизни; формирование у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью; формирование интереса к двигательной деятельности; элементам спорта; достижениям спортсменов в разных видах спорта; формирование самоконтроля при выполнении физических упражнений и использовании оборудования, тренажеров, пособий по развитию движений.

СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ, ОСУЩЕСТВЛЯЕМАЯ В ДЕТСКОМ САДУ

Общепедагогические принципы.

- 📌 **лично-ориентированный подход к каждому ребёнку**
 - 📌 **систематичность**
 - 📌 **последовательность**
 - 📌 **доступность**
 - 📌 **постепенность**
 - 📌 **комплексность.**



Принципы, отражающие закономерности физического воспитания.

- Непрерывности
- Системного чередования нагрузок и отдыха
- Постепенного наращивания развивающее
- Цикличности
- Возрастной активности процесса физического воспитания
- Всестороннего и гармоничного развития личности
- Оздоровительной направленности



ЕЖЕГОДНО В НАЧАЛЕ УЧЕБНОГО ГОДА СОСТАВЛЯЕТСЯ ПЛАН ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ НА ГОД:

- ▣ Утренняя гимнастика /ежедневно в течении года/
- ▣ Гимнастика после сна /ежедневно в течении года/
- ▣ Дыхательная гимнастика /2 раза в неделю/
- ▣ Точечный массаж /в период эпидемий ОРЗ/
- ▣ Воздушные ванны /перед сном, после сна/
- ▣ Физкультурные занятия /3 раза в неделю/
- ▣ Проветривание ванны /перед, после сна/
- ▣ Пальчиковая гимнастика /3 раза в неделю/
- ▣ Полоскание горла /ежедневно/
Травами /1 раз в квартал по 10 дней/
- ▣ Витаминизация: соки, напитки, сиропы, витамины /ежедневно
- ▣ Профилактические прививки
- ▣ Закаливание солнцем, водой /в летний период/
- ▣ Профилактика плоскостопия /ежедневно/
- ▣ Профилактика осанки детей /ежедневно/
- ▣ Физкультминутки /ежедневно/
- ▣ Подвижные игры /ежедневно/
- ▣ Прогулки /в теплое время года/
- ▣ Проводить работу с родителями по профилактике оздоровительных мероприятий в течении года



МЕТОДЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

- Информационно- рецептивный
- Репродуктивный
- Проблемного обучения
- Строго регламентированного упражнения
- Круговой тренировки
- Наглядные
- Вербальные (словесные)
- Практические



МОДЕЛЬ ЕЖЕДНЕВНОЙ СИСТЕМЫ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ



Физкультурные занятия:

Традиционные

**Занятия –
тренировки**

Сюжетные

**Занятия –
соревнования**

Игровые

**Занятия-
зачеты**

АКТИВНЫЙ ОТДЫХ ДЕТЕЙ

**Праздники,
Досуги,
Дни здоровья**

**Развле-
кательные**

**Познава-
тельные**

**Нравственно-
патриотическ
ие**

**О здоровом
образе жизни**

МАЛЫЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ









ФОРМЫ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

- ▣ *Индивидуальные консультации*
- ▣ *Семинары – практикумы*
- ▣ *Информационные стенды*
- ▣ *Совместные праздники, конкурсы, соревнования*
- ▣ *Дни и Недели здоровья*
- ▣ *Телефон доверия*
- ▣ *Анкетирование*
- ▣ *Субботники*







ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ – ЗДОРОВАЯ НАЦИЯ!

