



**Физкультурно-оздоровительная работа в МБДОУ
«Большеелховский детский сад №1
комбинированного вида»
Лямбирского муниципального района
Выполнила: Рябина Елена Николаевна**

"Здоровье дороже богатства" – утверждал французский писатель Этьен Рей, который жил в конце XIX века. Точно также утверждают и многие из нас.

О здоровье говорят, о здоровье спорят, здоровья желают. С самого раннего детства каждый из нас осознаёт важность разумного отношения к своему здоровью...





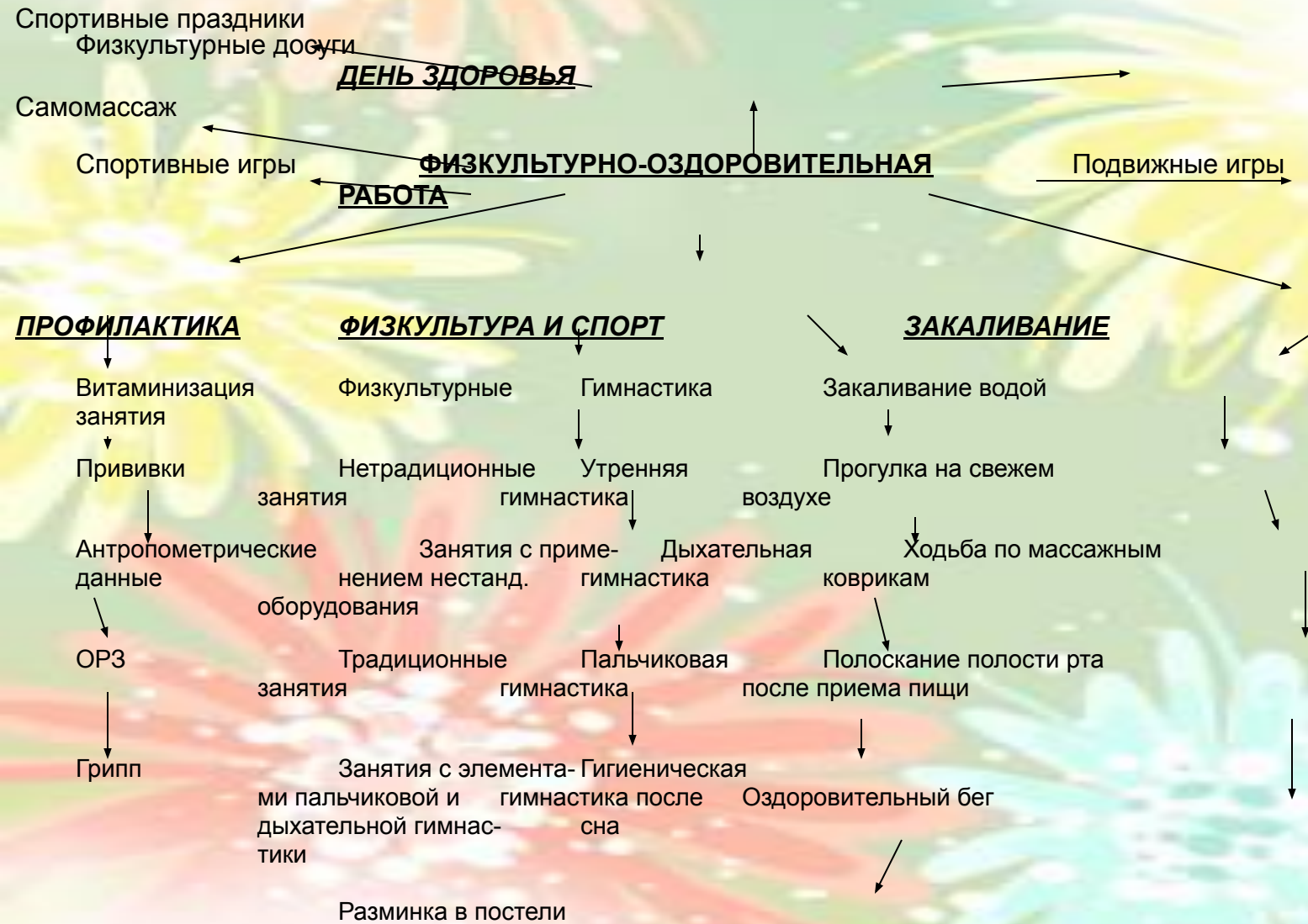
Усилия работников ДООУ сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немислим педагогический процесс современного детского сада.

Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду – это, прежде всего технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников. Цель этих технологий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и

безопасного поведения.

СХЕМА
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ



НАШИ ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ УГОЛКИ



Группа
«Почемучки»

Группа
«Вишенки»



**Группа
компенсирующей
направленности
«Подсолнушки»**





Группа
«Дельфинчики»

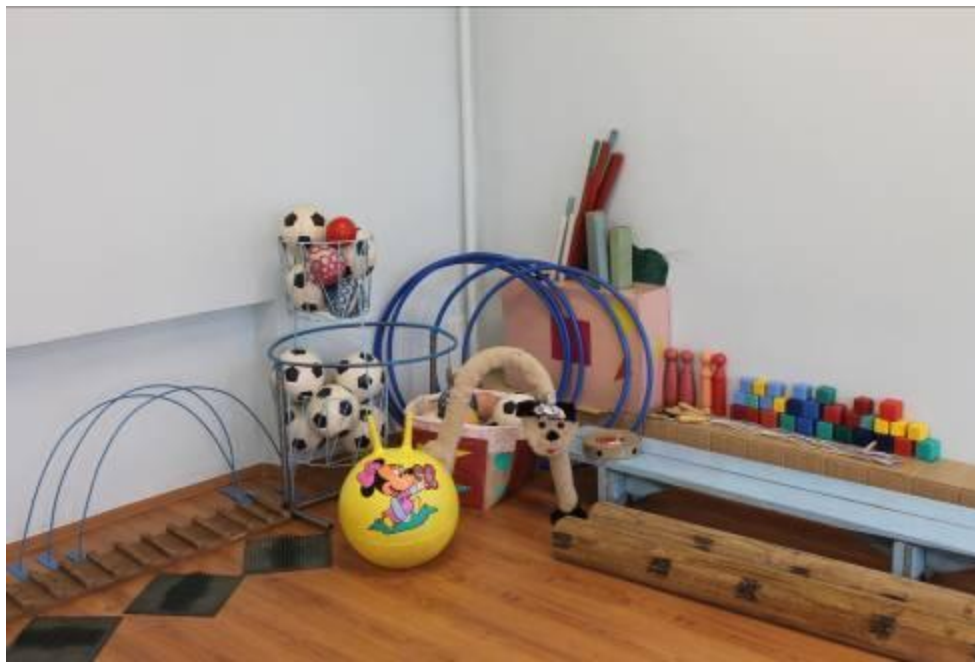




Группа «Звездочки»



Группа «Сказка»



Физкультурный зал

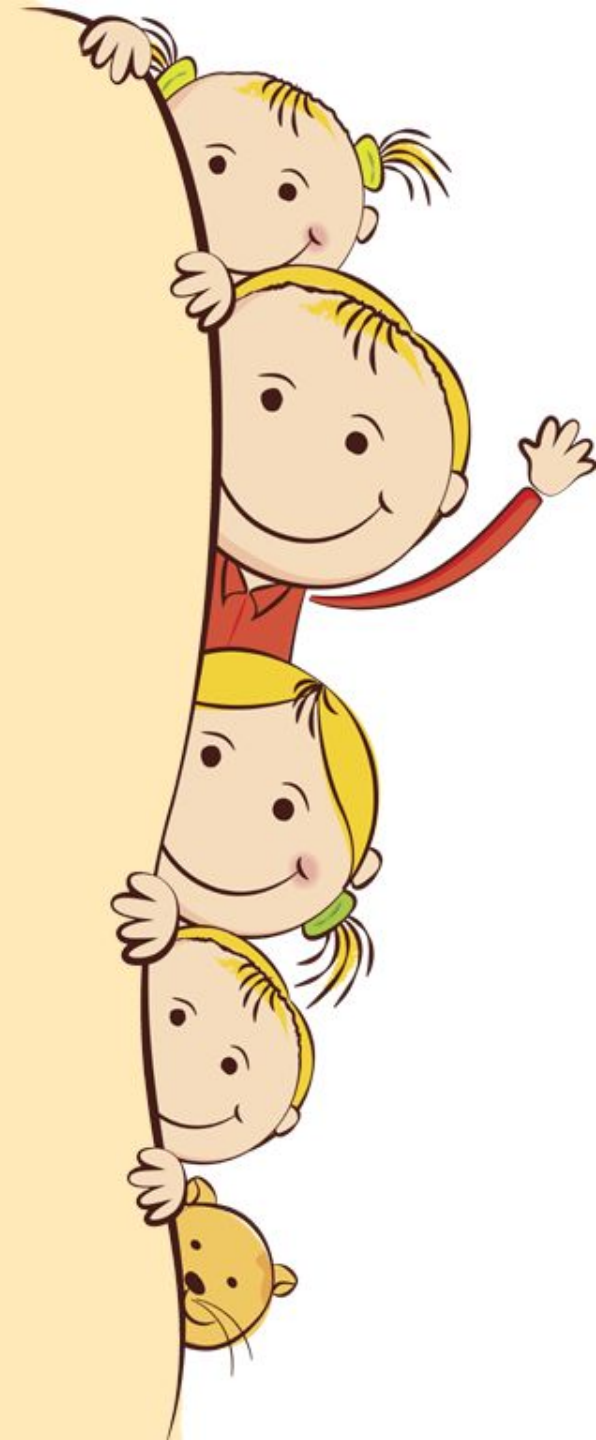


Группа «Звездочки»

Группа «Кораблик»



Физкультурно-оздоровительная работа в детском саду начинается с утренней зарядки, которая дает ребенку хорошее настроение на целый день











Систематические физкультурные занятия положительно влияют на процессы роста и развития детского организма, повышают функциональные возможности его ведущих систем, что способствует их совершенствованию



2012/11/09



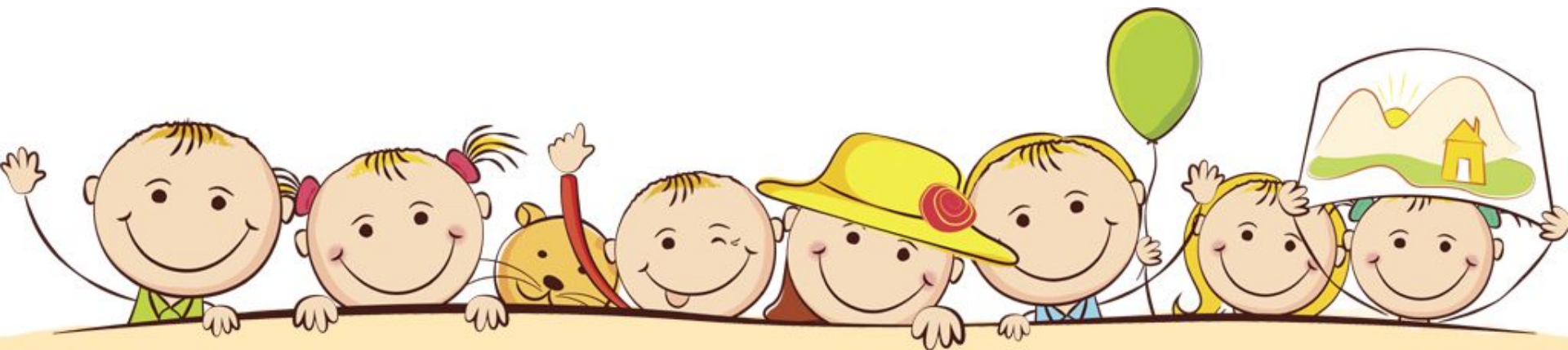












Важную роль в проведении познавательных занятий играют физминутки, которые предупреждают и снимают усталость, активизируют умственную способность









Прогулка – это элемент режима, дающий возможность детям в подвижных играх, трудовых процессах, разнообразных физических упражнениях удовлетворять свои потребности в движении.

Прогулка является надежным средством укрепления здоровья и профилактики утомления. Пребывание на свежем воздухе положительно влияет на обмен веществ, способствует повышению аппетита, усвояемости питательных веществ, оказывает закаливающий эффект.







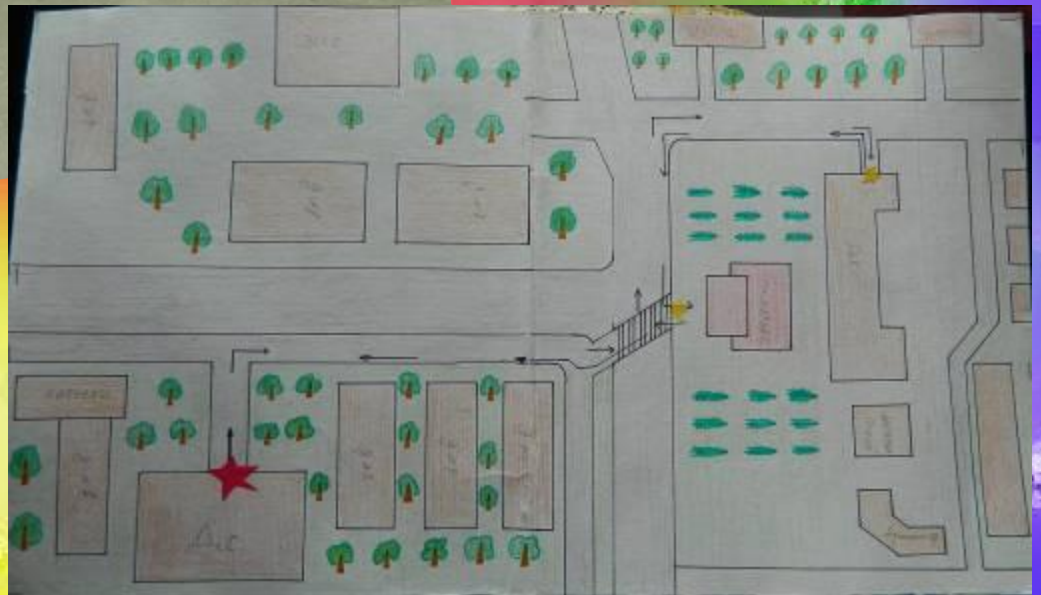






Одна из эффективных форм оздоровительной работы в ДОУ является **краеведо - туристская деятельность**.

Целью туристских прогулок являются совершенствование физической подготовленности, повышение сопротивляемости и защитных свойств организма; укрепление здоровья; развитие познавательных и умственных способностей.













Оздоровляющий и закаливающий эффект дают ежедневное обтирание тела сухой варежкой после сна, полоскание рта после приема еды, ходьба по ребристой доске, а так же профилактика заболеваний (витаминизация, прививки и др.)





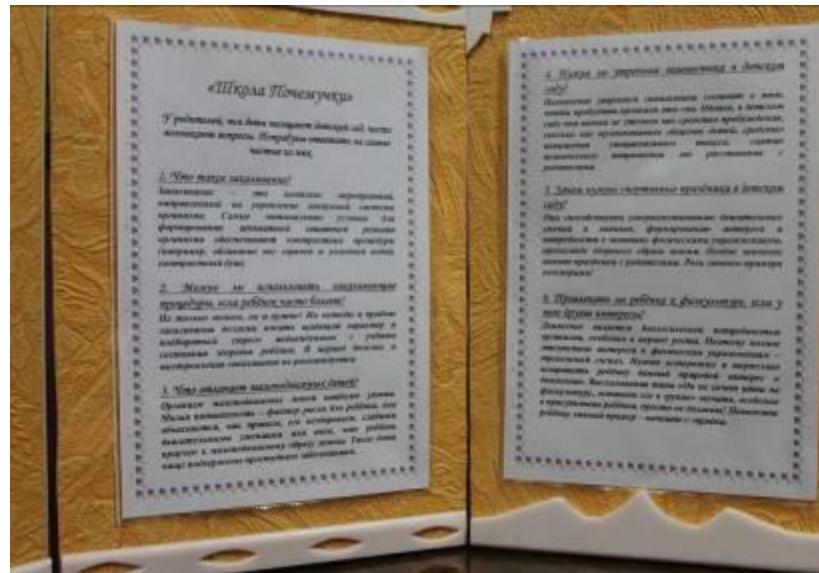
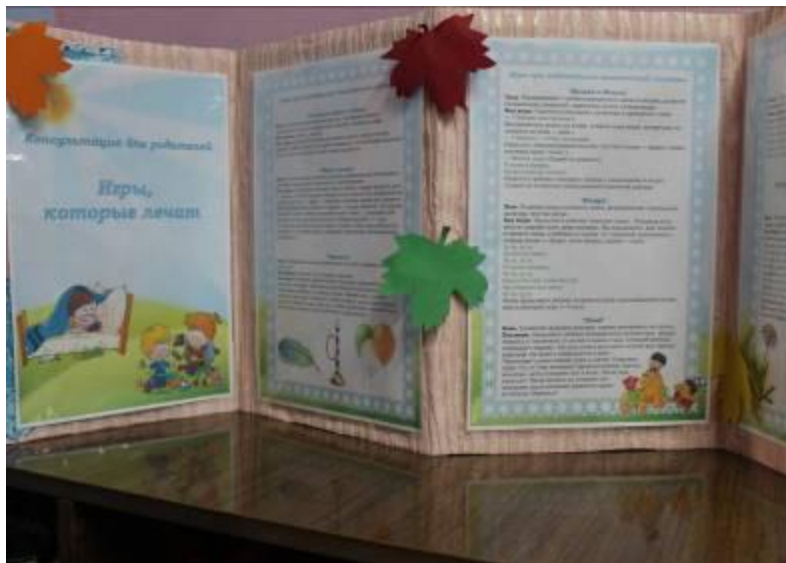




Ни для кого не секрет, что главными воспитателями ребенка являются родители. От того, как правильно организован режим дня ребенка, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка, зависит его настроение, состояние физического комфорта. Здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в образовательном учреждении, находит каждодневную поддержку дома.

В целях сотрудничества с родителями по формированию здорового образа жизни у детей мы используем следующие формы работы с семьей:

информационно-аналитические, досуговые, познавательные, наглядно - нформационные.







В ДОУ формируем у педагогов умение и желание заботиться о своем здоровье, потребность в здоровом образе жизни и эмоциональном благополучии, как залого успешности в педагогической деятельности











В заключении можно сделать вывод, для того чтобы добиться положительных результатов в деле здоровьесбережения детей нужна целенаправленная комплексная система физкультурно-оздоровительной деятельности, как в детском саду, так и в семье. А нам - педагогам-дошкольникам необходимо:

- Уделять особое внимание развитию у детей движений циклического характера (бег, прыжки, ходьба и т.д.)
- Максимально увеличить время пребывания детей на свежем воздухе с обязательной организацией двигательной активности
- Рационально сочетать физкультурные занятия с закаливающими процедурами
- Нарращивать резервные возможности организма ребёнка за счёт регулярных физических упражнений.