

МКДОУ «Маминский детский сад»

**«Физическая культура
и оздоровление
дошкольников»**

**Алексеева В. А.,
воспитатель**

Отклонения в здоровьи детей



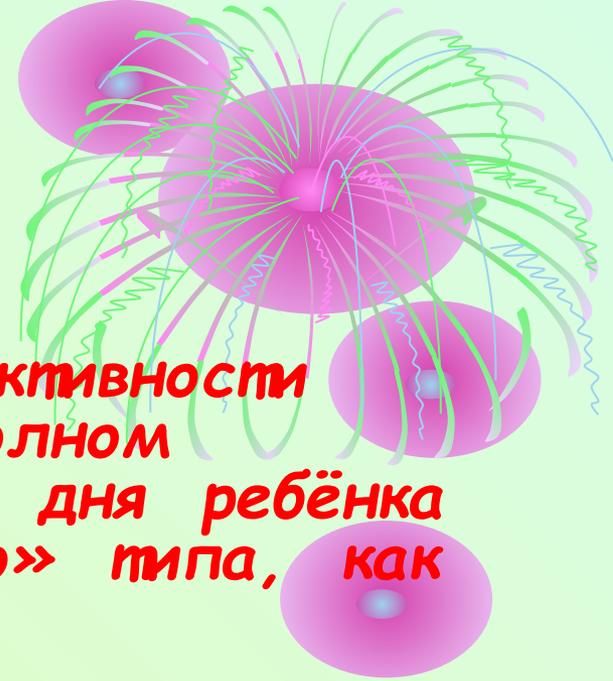
- Нарушения опорно-двигательного аппарата;
 - Заболевания сердечно-сосудистой системы;
 - Патологии органов пищеварения;
 - Среди хронических патологий - болезни нервной, дыхательной, костно-мышечной, мочеполовой систем;
 - Аллергические заболевания;
 - Нарушения в психофизическом развитии.
- 

Противоречие

Несмотря на хороший
уровень физической
подготовленности, у многих
детей наблюдается риск
развития нарушений осанки
и плоскостопия



Проблемы



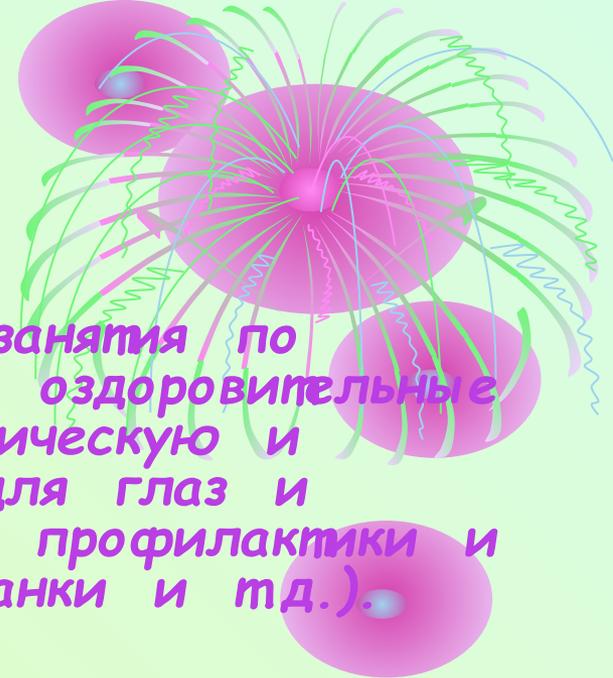
- Потребность в двигательной активности детей обеспечивается не в полном объёме из-за перегруженности дня ребёнка занятиями и играми «сидячего» типа, как в ОУ, так и в семье.
- Недостаточное оснащение игровых комнат в группе и дома спортивным инвентарём и низкий уровень заинтересованности и компетентности родителей в физическом воспитании и развитии детей.
- Условия ДОУ не позволяют организовать коррекционную группу для детей с нарушениями ОДА.

Цель



Сохранение и укрепление
физического и психического
здоровья детей, приобщение
дошкольников к физической
культуре, разностороннее
физическое развитие
детей, профилактика и
коррекция нарушений ОДА

Задачи



- Внедрить в структуру традиционного занятия по физической культуре коррекционные и оздоровительные технологии («Весёлый пренинг», ритмическую и дыхательную гимнастику, гимнастику для глаз и суставов, комплексы упражнений для профилактики и лечения плоскостопия, нарушений осанки и т.д.).
- Разработать систему взаимодействия с родителями по физкультурно-оздоровительной работе с детьми.
- Продолжать пропагандировать среди педагогов и родителей инновационные здоровьесберегающие технологии.
- Шире использовать в работе по физическому воспитанию нетрадиционные методы укрепления и оздоровления организма детей дошкольного возраста.

Триада здоровья:



□ **двигательный режим;**

□ **оздоровительный режим;**

□ **рациональный режим дня и питания.**



**Основа организации
физического воспитания -**

принцип

**индивидуального подхода с
учётом состояния здоровья
и функциональных
возможностей детей**



Физкультурно - оздоровительная работа



Развитие двигательной активности детей

Приобщение дошкольников к физической культуре

Организация физического воспитания в семье

Использование коррекционных технологий в работе с детьми

Двигательная

Организованная двигательная деятельность

- ежедневная утренняя гимнастика;
- разминка между занятиями;
- физминутки;
- физкультурные занятия в спортивном зале и на свежем воздухе;
- подвижные игры и упражнения на прогулке;
- оздоровительный бег;
- ритмическая гимнастика;
- гимнастика после дневного сна;
- спортивные развлечения и праздники;
- прогулки - походы в лес.

активность

Самостоятельная двигательная деятельность

- Подвижные игры на прогулке;
- Упражнения в спортивном уголке в группе;
- Игры в спортивном зале.



Здоровьесберегающие технологии строятся:



- на основе данных осмотра ОДА детей;
- на информации о состоянии здоровья детей;
- на рациональном выборе физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- на систематическом контроле за их эффективностью.

Коррекционные технологии в работе с детьми



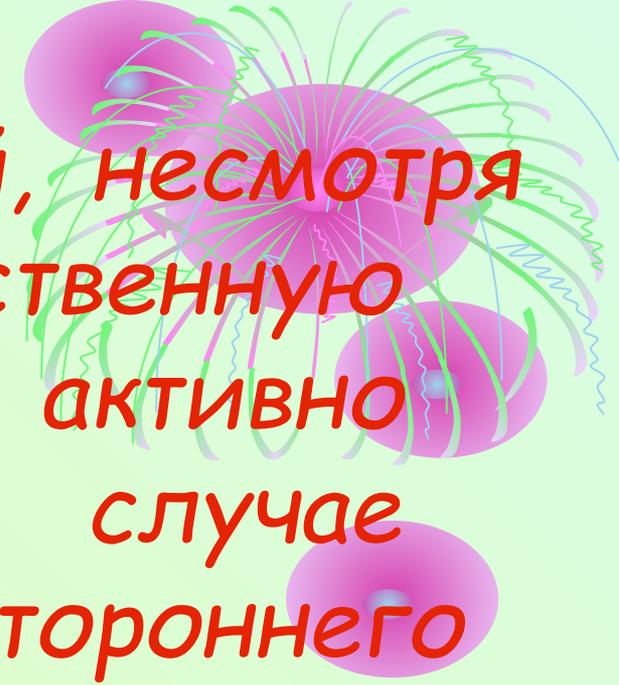
- «Весёлый тренинг»
- Упражнения для формирования правильной осанки
- Упражнения для тренировки свода стопы;
- Ритмическая гимнастика
- Дыхательная гимнастика
- Упражнения для глаз
- Суставная гимнастика
- Релаксационная гимнастика
- Различные виды массажа (точечный, самомассаж, взаимомассаж)



Использование физкультурного оборудования

- Лазание по гимнастической стенке, канату, ходьба на лыжах, езда на велосипеде
- Упражнения с мячом, обручем, скакалкой, метание предметов в цель
- Балансировка на крупном набивном мяче, ходьба по узкой доске, рейке, шнуру и т.п.
- Прыжки различных видов
- Участие в коллективных играх с элементами спорта (городки, волейбол, футбол и т.д.)





Большинство родителей, несмотря на желание и естественную потребность ребёнка активно двигаться, в лучшем случае занимают позицию стороннего наблюдателя, а в домашних условиях предпочитают занять своего ребёнка «сидячими» играми (лото, конструктор, компьютер и т.п.).

Приобщение дошкольников к физической культуре

Задачи:

- Формировать у детей правильные двигательные умения и навыки.
- Обеспечить взаимосвязь между различными физическими упражнениями.
- Постепенно обучать сложным упражнениям и увеличивать физическую нагрузку.



Организация физического воспитания в семье

Задачи:

- Информирование родителей о способах физического развития и коррекции дошкольников.
- Индивидуальные беседы об организации предметно развивающей среды в домашних условиях.
- Организация практикумов с демонстрацией вариантов использования игрушек и спортивного оборудования.

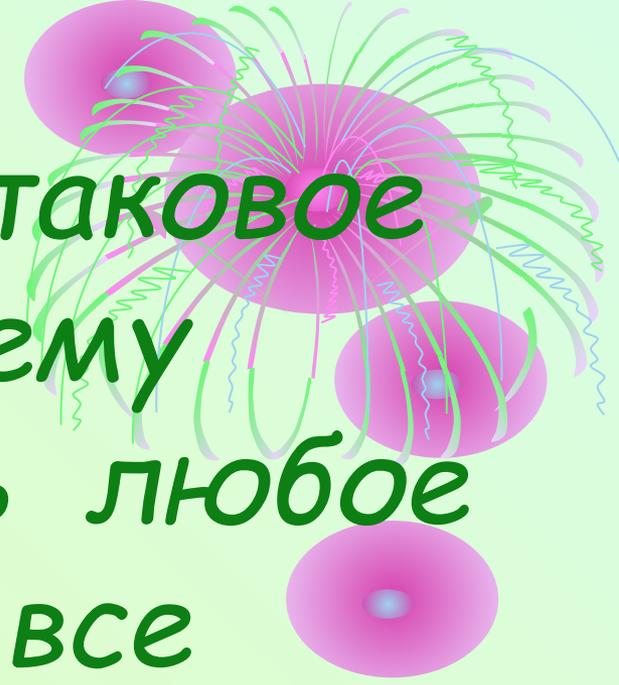


Сотрудничество с семьёй. Формы работы.



- Родительские собрания
- Дни открытых дверей
- Анкетирование
- Совет д\с
- Консультации специалистов
- Устный журнал
- Система памяток
- Стенды
- Творческие отчёты воспитателей
- Совместные праздники





«Движение , как таковое
может по своему
действию заменить любое
лекарство, но все
лечебные средства мира
не могут заменить
действия движения»

Ж. Тиссо

Планируемый результат

Социально-компетентный,
физически и психически
здоровый ребёнок с
высоким уровнем
двигательной активности,
готовый к следующему
возрастному этапу

