



Физкультурно- оздоровительная работа в детском саду





«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».



ский



Физкультурный зал





Тренажерный зал





Бассейн





Спортивная площадка





Спортивные уголки



Спортивные уголки





Основные задачи:

- ❖ воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- ❖ развитие физических качеств в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка;
- ❖ создание условий для реализации потребности в двигательной активности в повседневной жизни;
- ❖ выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через спортивно-оздоровительную активность;
- ❖ приобщение детей к традициям большого спорта.





Система физкультурно-оздоровительной работы, осуществляемая в детском саду

❖ Ведущие принципы:

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





Модель ежедневной системы работы по физическому воспитанию





Утренняя гимнастика

Утренняя гимнастика - важная составная часть физического воспитания. Занятия гимнастикой совершенствуют волевые, эстетические и многие физические качества, в том числе способность ребенка согласовывать действия различных звеньев своего двигательного аппарата.



Физкультурные занятия:

Традиционные

Сюжетные

Игровые

Занятия –
тренировки

Занятия –
соревнования

Занятия-
зачеты





Индивидуальная работа

Это дополнительная работа с детьми по развитию
ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДВИЖЕНИЙ





Корригирующая гимнастика

Гимнастика корригирующая - лечебная, направленная на исправление или предупреждение дальнейшего развития деформаций опорно-двигательного аппарата и нарушений осанки.





Музыкально-ритмическая гимнастика

Наиболее популярной является ритмическая гимнастика как одна из эффективных форм повышения двигательной активности. Занятия ею повышают функциональные возможности сердечно-сосудистой, нервной и дыхательной систем, развивают координацию и музыкальность, гибкость и пластику движений.





Пальчиковая гимнастика

Направленность воздействия упражнений на восстановление работоспособности кистей и пальцев рук; на расслабление мышц. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.





Дыхательная гимнастика

Проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы.





Физкультурные минутки:

физические упражнения на крупные группы мышц, элементы массажа, дыхательной гимнастики, упражнения для глаз, пальцев рук, плечевого пояса и др.

*Физминутки
нам нужны,
для детей они
важны!*





Гимнастика после дневного сна

Основная цель гимнастики после дневного сна- поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью физических упражнений.





Прогулки, подвижные игры

Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития дошкольника. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

*Свежий воздух
малышам
Нужен и полезен!
Очень весело
гулять нам!
И никаких
болезней!...*



Здоровые дети – здоровая нация!





Выводы

Физическое развитие детей является одним из ведущих компонентов, условий воспитания интереса к физической культуре у детей, систематические занятия физической культурой и спортом сохранению психического, физического, социального здоровья детей.





Будьте здоровы!

