

# Тема: «Организация физкультурно-оздоровительных досугов с детьми дошкольного возраста для укрепления здоровья воспитанников ДОУ»

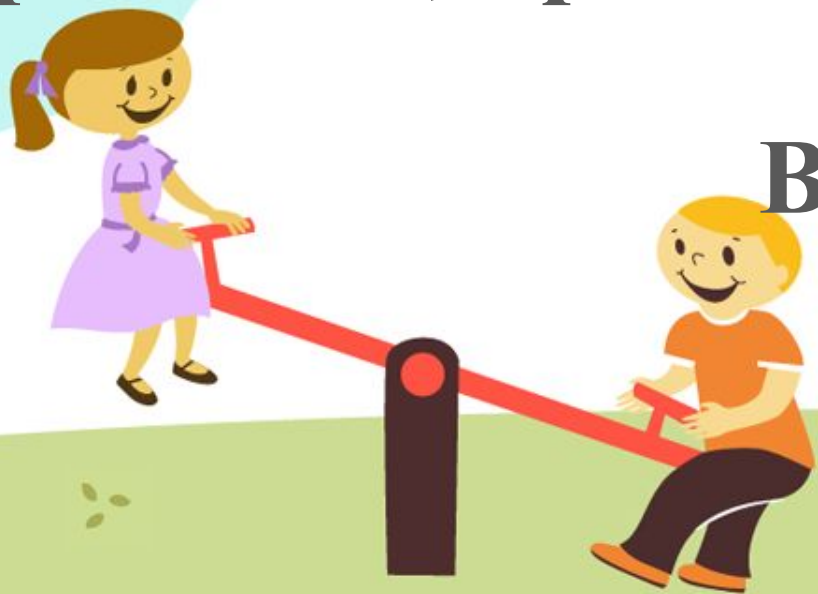
Выполнила:  
воспитатель группы «Колокольчики»  
(с 3 - 4 лет) Лагода И.Г.



**«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.А.Сухомлинский.**



# Актуальность проблемы:

- Проблема сохранения и укрепления здоровья ребёнка в современных условиях является приоритетной;
- Дефицит внимания родителей к детскому спорту и физкультурной деятельности в целом;
- Отсутствие интереса к занятиям физической культурой в детском саду и дома, как у детей, так и у родителей;
- Недостаток информации по вопросам детского оздоровления.



# Цель:

- Поиск путей оптимизации создания условий для совершенствования условий для совершенствования физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ;
- Выявление механизмов и методов, которые организуют старт ребенка к гармоничному развитию, укреплению и повышению уровня здоровья;
- Создание условий у детей и родителей для возникновения интереса к спорту и совместной физкультурно-оздоровительной деятельности;
- Воспитание потребности в здоровом образе жизни.



# Задачи:

- Систематизировать физкультурно-оздоровительную работу.
- Расширить знания педагогов с учетом современных требований и социальных изменений по формированию основ физического воспитания и здорового образа жизни.
- Поиск эффективных форм, использования инновационных подходов и новых технологий при организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.
- Развить творческий потенциал педагогов.



# *Основные задачи физкультурно-оздоровительных досугов с детьми школьного возраста:*

- Воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребёнка;
- Создание условий для реализации потребности в двигательной активности в повседневной жизни;
- Выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализации их через спортивно-оздоровительную активность;
- Приобщение детей к традициям большого спорта.



# Здоровый образ жизни – это стиль жизни, адекватное поведение в разных ситуациях.

Для любого ребёнка необходимо с раннего возраста развитие по трём направлениям:

Необходимо развивать большую моторику (т.е. движения в крупных суставах, переворачивание, сидение, ползание, ходьба)

Следует развивать и тренировать вестибулярные функции ребёнка (большое значение имеет нормальное функционирование мозжечка, который является двигательным мозгом ребёнка)

Нужно тренировать мелкую моторику (движения мелких мышц пальцев способствуют развитию речевой функции, развитию интеллекта)



❖ В настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей.

**Система физкультурной работы включает в себя:**

- Проведение комплекса утренней гимнастики с элементами дыхательной гимнастики;
- Проведение двигательных разминок между занятиями (физминутки);
- Организация подвижных игр и физических упражнений на прогулке;
  - Организация динамического часа в конце прогулки;
  - Гимнастика после дневного сна;
- Коррекционная работа с детьми по развитию движений;
- Организация занимательной двигательной деятельности различного типа:
  - пальчиковые игры и упражнения;
  - Самостоятельная, двигательная деятельность детей;
  - Организация досугов, праздников;
  - Проведение «Дня здоровья» («Недели здоровья»), «Весёлых стартов», весёлых эстафет "Папа, Мама, Я - спортивная семья" и т.д.;
  - Проведение акции «Здоровый образ жизни»;
  - Организация кружковой работы;
  - Организация работы с семьёй.





# Варианты проведения гимнастики:

Утренняя гимнастика игрового характера

Утренняя гимнастика в форме оздоровительной пробежки

Упражнения на полосе препятствий

Комплекс музыкально-ритмических упражнений



# ФИЗМИНУТКИ: (общеразвивающие упражнения)

С текстом

С музыкальным  
сопровождением

В форме  
подвижной  
игры



# Двигательная активность в режиме дня:

Подвижные  
игры

Физические  
упражнения

Развлечения

## Гимнастика после сна:

## Закаливание:

Игрового  
характера

Разминка и  
комплекс  
упражнений

Воздух,  
воздушные ванны  
в сочетании с  
физическими  
упражнениями,  
босохождение

Солнце

Вода (обширное  
умывание, ножные  
ванны, обливание  
ног, обливание рук до  
локтя, сухое  
обтирание)



# Технология сохранения и стимулирования здоровья



# Технология обучения здоровому образу жизни

Физкультурное  
занятие

Занятие из  
серии  
«Здоровье»

Проблемно-  
игровые  
игротренинги и  
игротерапия

Коммуникативные  
игры

Биологическая  
обратная связь

Самомассаж

Точечный  
самомассаж



# Коррекционные технологии:

Технология  
музыкального  
воздействия

Технологии  
воздействия  
цветом

Фонетическая  
ритмика

Арттерапия

Ароматерапия

Технология  
коррекции  
поведения

Логопедическая  
ритмика

Сказкотерапия

Психогимнастика



# Физкультурный уголок в группе «Колокольчики» с 3-4 лет



# Физкультурные занятия в группе «Колокольчики» с 3 – 4 лет





# Спасибо за внимание!



Главное – хорошее  
настроение! 😊

