

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №94 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА  
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

# «Сохранение и укрепление здоровья детей через нетрадиционные формы организации физической культуры»

Сведения об авторе.

Ф.И.О: Горская Ирина Владимировна

Образование: высшее техническое,  
высшее -физическое воспитание,  
высшее -практическая психология,  
среднее медицинское/ ЛФК и массаж  
/

Место работы: ГБДОУ№94

Должность: инструктор по физической  
культуре.

Педагогический стаж: 14 лет.

Стаж работы в занимаемой  
должности: 14 лет.

Квалификация: высшая категория.







**«Я НЕ БОЮСЬ ЕЩЕ И ЕЩЕ РАЗ ПОВТОРЯТЬ:  
ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА - ЭТО ВАЖНЕЙШИЙ ТРУД  
ВОСПИТАТЕЛЯ. ОТ ЖИЗНЕРАДОСТНОСТИ, БОДРОСТИ  
ДЕТЕЙ ЗАВИСИТ ИХ ДУХОВНАЯ ЖИЗНЬ,  
МИРОВОЗЗРЕНИЕ, ПРОЧНОСТЬ ЗНАНИЙ, ВЕРА В СВОИ  
СИЛЫ». В.А.СУХОМЛИНСКИЙ**

# АКТУАЛЬНОСТЬ.

---

Наряду с загрязнением окружающей среды, ускорение темпа жизни и связанное с этим увеличение отрицательных эмоций, внешней нестабильности и экономической сложности происходит истощение защитных механизмов, срыв иммунной системы.

Особенно этому подвержены дети — наиболее критическая группа населения, в недрах которой закладываются основы будущего здоровья и благосостояния нации.



# ЦЕЛЬ: ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕТРАДИЦИОННОГО ПОДХОДА В СОЗДАНИИ ЕДИНОГО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ПРОСТРАНСТВА ДЛЯ ГАРМОНИЧНОГО ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКА

## ***Задачи:***

- 1. Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности.
- 2. Обеспечение физического и психического благополучия.
- 3. Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств.
- 4. Развитие чувств ритма, музыкальности, пластичности, раскрытие творческого потенциала дошкольника.
- 5. Воспитание у детей потребности в здоровом образе жизни, интереса к физической культуре и спорту, потребности к самосовершенствованию на основе применения нетрадиционных методов и приемов.



# СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

строится не только с  
детьми, но и педагогами,





# ЗДОРОВЫЙ ПЕДАГОГ –ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ





# Совместные физкультурные занятия родителей с детьми.

















# СЕМЕЙНЫЙ КЛУБ « БЕРЕГИНЯ»

---



# НЕТРАДИЦИОННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ













# ПРИОРИТЕТНЫЕ НЕТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ РАБОТЫ

---

- ❖ *ритмопластика*  
*/народная хореография*
- ❖ *самомассаж*
- ❖ *дыхательная гимнастика / цигун/ шоу-гун/*
- ❖ *музыкотерапия./*  
*включая релаксации/*
- ❖ */.*
- ❖ *танцетерапия и эвритмия /элементы/*
- ❖ *Офтальмотренаж, корригирующая гимнастика; лфк*
- ❖ *театрализация*  
*/ включая элементы сказкотерапии/*  
*"Театр физической культуры»*



# РИТМОПЛАСТИКА





# НАРОДНАЯ ХОРЕОГРАФИЯ-

## КАК ПРОБУЖДЕНИЕ ГЕННОЙ ПАМЯТИ И ПОДКЛЮЧЕНИЕ К ИСТОКАМ





# ЭВРИТМИЯ /ЭЛЕМЕНТЫ/

Занятия эвритмией способствуют развитию крупной и мелкой моторики, ловкости, координации движений, чувства равновесия, пространственной ориентации.





# САМОМАССАЖ

задачи:



- создать устойчивую мотивацию и потребности в сохранении здоровья;
- разъяснить, что человек в силах уберечь себя от болезней;
- сформировать привычку к здоровому образу жизни;
- осознавать свои телесные ощущения и переживаемые чувства;
- снять эмоциональное и мышечное напряжение;
- оптимизировать мышечный тонус;
- привить навыки элементарного самомассажа рук, ног, головы, лица ,т.д





# ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

Главная задача дыхательных упражнений – научить малыша правильно глубоко дышать, расширяя грудную клетку и максимально наполняя легкие при вдохе, а на выдохе полностью освобождая их от остаточного воздуха путем сжатия. Если ребенок привыкнет дышать через нос, это позволит избавиться от насморка, сократит вероятность простуд и бронхитов, а также поможет быстрее восстановиться после





# МУЗЫКОТЕРАПИЯ / + РЕЛАКСАЦИИ /

Здоровье человека зависит от эмоционального центра человеческого организма. « Хаос не в мире, он внутри нас» М.Норбеков



Решает задачи коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, психосоматических заболеваний, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях и др.



# ЦИГУН ДРЕВНЯЯ КИТАЙСКАЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА ЭЛЕМЕНТЫ/

---



Решает важные  
здоровьесберегающие и  
задачи

- ▣ - обучение расслаблению и восстановлению организма после физической нагрузки и эмоционального возбуждения;
- ▣ - обучение укреплению мышц дыхательной системы, носоглотки и дыхательных путей.
- ▣ - ребенок , приобщается к здоровому образу жизни, учится контролировать свое дыхание







# ШОУ-ГУН ДРЕВНЯЯ КИТАЙСКАЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

Это эффективное  
средство для  
развития и  
повышения  
иммунного статуса  
человека, в частности





# ОФТОЛЬМОТРЕНАЖ. КОРРИГИРУЮЩАЯ ГИМНАСТИКА, ЛФК.

способствует расслаблению глазодвигательных мышц и мышц, воздействующих на хрусталик, снижает напряжение, улучшает кровообращение глаз, создает благоприятные условия для формирования органа зрения, предупреждает его переутомление.

Корректирующая гимнастика





# ТАНЦЕТЕРАПИЯ













# ТЕАТР ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

---

□ Цель : способствовать формированию творческого потенциала воспитанников, развитию их творческих способностей, навыков самовыражения через движение.

## Задачи:

- развивать творческие способности детей в двигательной деятельности  
- совершенствовать умение творческого осмысления движений  
- развивать способности к двигательной импровизации  
- способствовать развитию воображению, фантазии, а также инициативности и самостоятельности,

□ «Театр физического воспитания дошкольников» - это новый подход к физическому воспитанию, предполагающий использование новой методики физического развития детей.

□ На таких занятиях дети не замечают, что это занятие по физической культуре, и являются полноправными участниками сказочного театрального действия.



«ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ЕСТЬ  
ОГРОМНЫЙ, НО ТАИНСТВЕННЫЙ  
КОСМОС, ЧЕРЕЗ ПОСТИЖЕНИЯ,  
КОТОРОГО МОЖНО ПРИБЛИЗИТЬСЯ К  
ИСТИНЕ И СЧАСТЬЮ».

Н.ЕФИМЕНКО



# ПРОЕКТ «КАРНАВАЛ»





# ПРОЕКТ «ДЕНЬ НЕПТУНА»





# ПАТРИОТИЧЕСКИЙ ПРОЕКТ





**ПРОЕКТ ПО ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННОМУ ВОСПИТАНИЮ  
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА. ТЕАТРАЛИЗАЦИЯ**

**Г. Х. Андерсен сказка « Соловей »**



**«Лучше друг верный,  
чем камень драгоценный.»**



# Всероссийский фестиваль-конкурс «Путь к успеху»



## МЕЖДУНАРОДНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ

СОВРЕМЕННОЙ АЗМАТСКОЙ КУЛЬТУРЫ

«М. Ани. Фест. 2012»



## ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ СОВЕТ ЮНЕСКО в РОССИИ

Международный конкурс танцевального искусства

«Творцы и Хранители» 22 апреля 2012 года











**На данный момент, дети данной экспериментальной группы посещают второй класс, большинство занимаются спортом, посещают различные кружки, дети социализированы, уверены и успешны.**



# ВЫВОДЫ

---

На протяжении трех лет, занимаясь с дошкольниками, и используя нетрадиционные технологии, я обратила внимание на то, что дети меньше болеют, у них улучшилось внимание и настроение. Дети стали более ловкими, выносливыми и сильными. Таким образом, использование в физкультурно-оздоровительной работе детского сада традиционных и нетрадиционных форм работы, закаливания и ряда других не медикаментозных средств оздоровления дает свои положительные результаты.

1. Анализ показателей заболеваемости дошкольников позволил отметить тенденцию к её снижению; это связано не только с возрастом детей, но и с оздоровительной работой.
2. Повысилась посещаемость.
3. Снизилась простудная заболеваемость.
4. Дети легко идут на контакт, они жизнерадостны и подвижны.



## **Приоритетными задачами на перспективу считаю:**

- продолжать формировать потребность вести здоровый образ жизни, заботиться о собственном здоровье
- повышать индекс здоровья;
- повышать уровня теоретических знаний родителей по формированию основ здорового образа жизни;
- Привлечение педагогов к активному формированию образовательное пространство с обязательным использованием здоровьесберегающих технологий;
- повышать уровень применения нетрадиционных форм организации физкультурных занятий;
- более активно применять методику В.Ф. Базарного, изготовить потолочный офтальмотренажер.
- улучшение материально-технической базы.



***СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!***





«ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ЕСТЬ ОГРОМНЫЙ, НО  
ТАИНСТВЕННЫЙ КОСМОС, ЧЕРЕЗ ПОСТИЖЕНИЯ,  
КОТОРОГО МОЖНО ПРИБЛИЗИТЬСЯ К ИСТИНЕ И  
СЧАСТЬЮ».

Н.ЕФИМЕНКО

«РАСТИ В ЛЮБИМОМ ДЕЛЕ, ИСКАТЬ И НАХОДИТЬ  
НОВЫЕ ПОДХОДЫ, НЕСТАНДАРТНЫЕ РЕШЕНИЯ,  
ВИДЕТЬ ПРОЦЕСС РАЗВИТИЯ И РАСЦВЕТА РЕБЁНКА ЭТО  
ОГРОМНОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ»

ЗДОРОВЬЮ НАУЧИТЬ НЕЛЬЗЯ -  
НАДО ВОСПИТЫВАТЬ ПОТРЕБНОСТЬ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ».