

«ФОРМЫ
ФИЗКУЛЬТУРНО-
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
РАБОТЫ В ДОУ»



«ФОРМЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ДОУ»

1. Утренняя гимнастика.
2. Физкультурные занятия.
3. Физкультурно-оздоровительный кружок.
4. Физминутки.
5. Подвижные игры, физические упражнения на прогулке.
6. Гимнастика после сна: игрового характера, комплекс упражнений, самомассаж, ходьба по массажным дорожкам.
7. самостоятельная двигательная активность.
8. Физкультурные праздники, спортивные развлечения, недели здоровья.
9. Здоровьесберегающие технологии.

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА.

Является одним из важных компонентов двигательного режима, ее организация должна быть направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей.



ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ.

Физкультурное занятие – основная форма учебной работы по физическому воспитанию в детском саду. В дошкольных учреждениях физические занятия с детьми имеют свою структуру, делятся по содержанию и методам проведения.



ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ КРУЖОК.

Полноценное физическое развитие дошкольника, правильное и своевременное формирование приобретение опытной двигательной деятельности, развитие интереса к различным доступным ребенку видам движений, воспитание положительных нравственно – волевых черт личности.



ФИЗМИНУТКИ.

Применяются с целью поддержания умственной работоспособности на хорошем уровне.



ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ, ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ НА ПРОГУЛКЕ.

Подвижные игры служат методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков и воспитание физических качеств.



ГИМНАСТИКА ПОСЛЕ СНА

После дневного сна важно поднять настроение и мышечный тонус у каждого ребенка, а также позаботиться о профилактике нарушений осанки и стопы.



САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДВИГАТЕЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ

Самостоятельная двигательная деятельность детей организуется в разное время дня: утром до завтрака, между занятиями, в часы игр после дневного сна и во время прогулок. Активные действия детей должны чередоваться с более спокойной деятельностью.



ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ПРАЗДНИКИ, СПОРТИВНЫЕ РАЗВЛЕЧЕНИЯ, НЕДЕЛИ ЗДОРОВЬЯ.

Массовые зрелищные мероприятия показательного и развлекательного характера, способствуют пропаганде физической культуры, совершенствованию движений, воспитывающие такие черты характера, как коллективизм, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам.



ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ.

Современные здоровьесберегающие технологии используемые в системе дошкольного образования отражают две линии оздоровительно-развивающей работы: приобщение детей к физической культуре использование развивающих форм оздоровительной работы.

