

МДОУ «Детский сад комбинированного вида  
№ **218** «Колокольчик»

**Физкультурно-оздоровительная работа  
для детей раннего возраста.**

Селиверстова В.В. воспитатель второй группы  
раннего возраста «Петушок»

Саратов 2018-2019гг

# Физкультурно-оздоровительная работа для детей раннего возраста.

## Цель:

Укрепления здоровья детей.

## Задачи:

- Обучение правильной ходьбе.
- Развитие чувства равновесия.
- Профилактика плоскостопия
- Формирование правильной осанке.
- Развитие координации движений.

# Актуальность темы.

Занятие физкультурой в ясельной группе является крайне актуальным для развития ребенка, потому что движение – это:

- Врожденная, жизненно необходимая потребность человека,
- Эффективное лечебное средство,
- Познание окружающего мира,
- Важное средство воспитания и общения.



# Система физкультурно-оздоровительной работы:

- Создание условия в группе (пространство, горки, лесенка – качалка, спец. оборудование спорт. зала)
- Самостоятельная двигательная деятельность детей.
- Утренняя гимнастика .
- Игровые упражнения для развития мелкой моторики рук.
- Подвижные игры и физ. упражнения на прогулке.
- Музыкально – ритмические движения в течении дня.(д/и «Паровозик»)



# Физкультурно –оздоровительная работа в адаптационный период.

**Наиболее целесообразно выполнение следующих моментов в работе воспитателя:**

- Создание в группе психологически комфортной обстановки использование в работе с детьми фольклорных пальчиковых игр: «Кто в тереме живет», «Семья».
- Организация игр-забав, игровых упражнений, игр сюрпризов, направленных на создания доверительных отношений между взрослым и ребенком. Н-р: Мыльные пузыри, игры с мячом.
- Занятие физкультурой. Н-р: «Дорожка препятствий»



# Особенности проведения занятий по физической культуре для детей от 1,5 мес. до 3 лет.

- Проводится два занятия в неделю по 10 минут.
- На занятиях присутствует педагог по физической культуре и воспитатель группы.
- В каждое занятие включаются упражнения для всех групп мышц (плечевого пояса, спины, живота, ног)
- Одно и то же занятие проводится дважды: т.к. ребенок усваивает движение в результате многократного повторения и чувствует себя комфортно в знакомой ему обстановке.
- На занятиях используются специальное оборудование и пособия.
- В этом возрасте вместо подвижных игр используются игровые упражнения.

# Конспект занятий по физ.культуре.

- Игровое упражнение «Догони ленту» - помахать лентой вверх вниз (одной рукой и другой).
- Игровое упражнение «Догони мяч» 3-4 раза.(бег за большим мячом.)
- Дорожка препятствий:
  - Пройти по лесенке
  - Перешагнуть два мягких кирпичика.
  - Пройти скамейку.
  - Ходьба по ребристой дорожке (дети ходят босиком) .
  - Проползти по дорожке из мягкого модуля.



# Утренняя гимнастика.

- Еду-еду к бабе с дедом -  
«Пружинка» на месте.
- На лошадке в красной -шапке!
- По ровной дорожке,-      Ходьба  
на месте.
- По ровной дорожке,
- На одной ножке.-  
Поочередное поднимание ног.
- Все прямо и прямо,-  
«Пружинка» на месте.
- А потом вдруг в яму!-  
Присесть.





# Упражнения с предметами.

**С мячами.**

И.п.: стоя, ноги свободно расставлены.

Поднять мяч вверх и опустить И.п.: то же.

Отвести руки с мячом в правую сторону, в левую сторону

Вытянуть руки вперед – «показали мяч»

И.п.: стоя.

Присесть, постучать об пол мячом.

Прыжки на двух ногах с мячом.



# Игровые упражнения, тренирующие дыхание.

## «Выдуваем пузыри»

Каждому ребенку дают стакан с водой и трубочку для коктейля. Предложить детям опустить трубочку в стакан и подуть в нее так что бы в воде появились пузыри.



# Вывод

Занятия по данной методике служат для укрепления здоровья детей, развития мелкая моторика рук детей согласно возрасту. В результате того, что выполняются все задачи заболеваемость детей снижена. На данном этапе постепенно вводится постепенно закаливание – босоножье (ходьба по массажным коврикам)