



**ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ
РАБОТА
В СТАРШЕЙ РАЗНОВОЗРАСТНОЙ ГРУППЕ
«СКАЗКА»**

**МБДОУ ДСОВ «Солнышко» с.Шеркалы
Шипицына Ирина Викторовна.
Воспитатель I квалификационной категории.**



Федеральные государственные стандарты дошкольного образования определяют одну из важнейших задач - охрану и укрепление здоровья воспитанников через интеграцию образовательных областей, создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса психолого – педагогической, профилактической и оздоровительной работы. В соответствии с этим особую актуальность приобретает поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка.

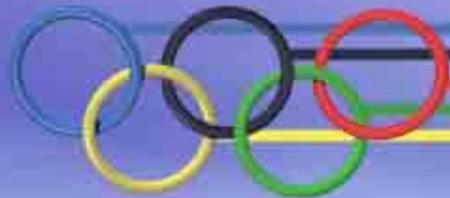
Проблема оздоровления, воспитания и развития - компания не одного дня, а целенаправленная, систематически спланированная работа ДООУ и семьи на длительный период времени. Наше ДООУ на протяжении нескольких лет работает над проблемой сохранения и укрепления здоровья дошкольников путем повышения роли родителей в оздоровлении детей и приобщения их к здоровому образу жизни. Для реализации данной задачи, нами в группе создана образовательная среда, способствующая физическому развитию детей.



Центр физической культуры и спорта «Спортсмены»

**В спорте нет путей
коротких,
И удач случайных нет.
Узнаем на тренировках
Все мы формулу побед.**





Центр оснащен картотекой подвижных и малоподвижных игр, различным спортивным инвентарем, который приобретен детским садом, а в большей степени сделан своими руками и руками родителей: флажки маленькие и большие, мешочки с песком, платочки, ленты на кольцах, разные виды мячей (малые, большие), гимнастические палки, скакалки, эспандеры, гантели, баночки с мелкими предметами (игрушки, половинки фломастеров, карандашей), разные виды дорожек, кегли, бельбоке. Все спортивное оборудование используется в физкультурно – оздоровительной работе группы.



Физкультурно – оздоровительная работа включена во все режимные моменты. День начинается с утренней гимнастики. Утренняя гимнастика является одним из важнейших компонентов режима детей. Она направлена на оздоровление, укрепление, повышение функционального уровня систем организма, развитие физических качеств и способностей детей, закрепление двигательных навыков. Утренняя гимнастика ценна еще и тем, что у детей вырабатывается привычка по утрам каждый день выполнять различные упражнения. В своей работе мы используем сюжетные гимнастики, подобранные под тематику недели.



Открытый показ утренней гимнастики

19 апреля 2016г. в нашей группе прошел открытый показ утренней гимнастики для педагогов ДООУ. Цель посещения: использование разнообразных методик с целью оздоровления детей. Во время гимнастики ребята побывали на морском песочке, опустились в морские глубины и показали, как плавают морские обитатели. Заряд бодрости и позитива сохранился у детей на весь день. И детям, и присутствующим гимнастика очень понравилась.





ФИЗКУЛЬТУРО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА ВО ВРЕМЯ НОД

Непосредственно образовательная деятельность сопровождается оздоровительными паузами — физкультурными минутками, которые помогают снять утомление, активизировать внимание детей, повысить умственную работоспособность. Это малоподвижные игры, пальчиковые гимнастики, гимнастика для глаз, игры на релаксацию. Осуществляем контроль по формированию правильной осанки.



Физкультурные минутки





Пальчиковая гимнастика

«
З



Гимнастики для глаз «Летящая бабочка»

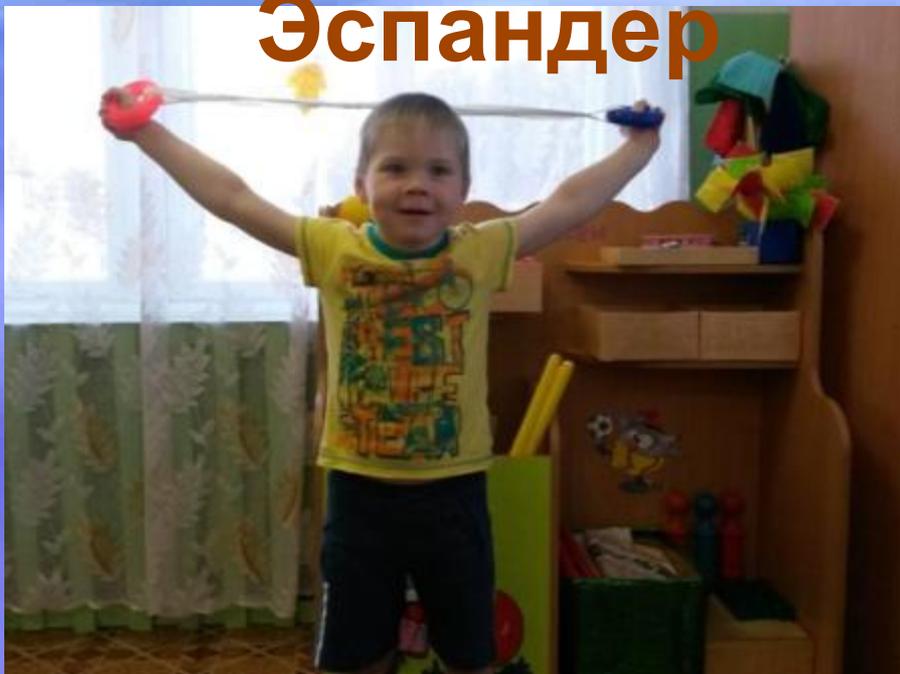




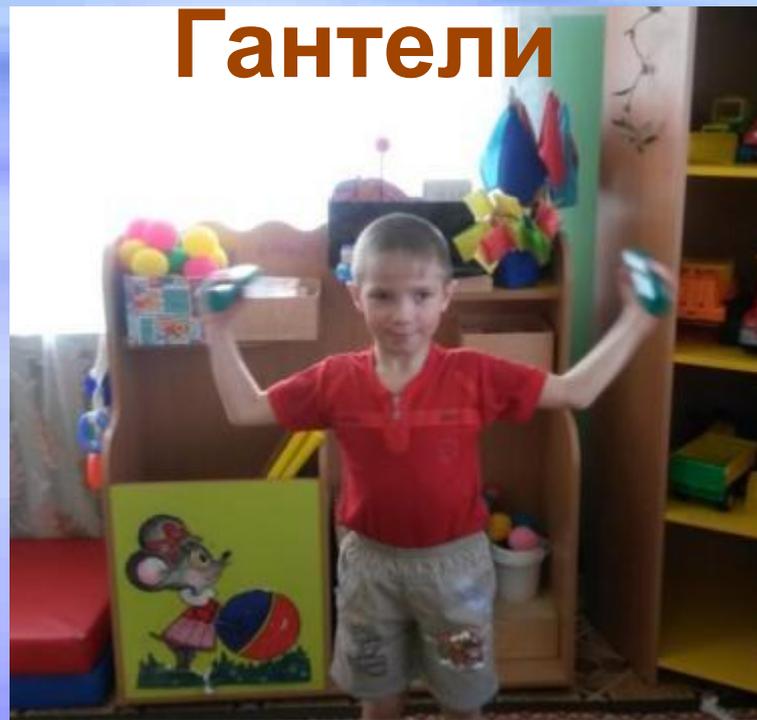
Тренировка со снарядами

Спортивное оборудование используется в самостоятельной деятельности детей и во время проведения подвижных и малоподвижных игр в утренние и вечерние часы, а так же между нод.

Эспандер



Гантели





Бельбоке





Использование спортивного
оборудования в народных играх:
Русская народная игра
«Ручей»



Разлился ручей по пням, по
болотам,
по гнилым колодам Ух!



Русская народная игра «Моталочка»





Малоподвижная игра «Сбей войско»

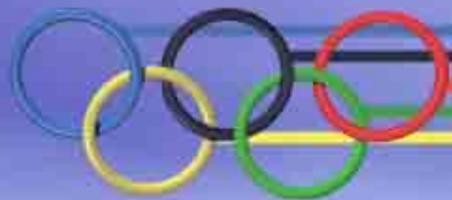




Малоподвижная игра «Ловкий

МЫШОНОК»





Хантыйская игра «Перетягивание палки»





Большое внимание уделяется соблюдению правил пожарной безопасности, профилактике детского травматизма, обучению детей ПДД. С этой целью нами проводятся познавательные беседы, НОД, организовывается просмотр мультфильмов из серии «Уроки тетушки Совы».





Немаловажное значение имеет правильно организованный здоровый сон. Для быстрого спокойного засыпания используем сказкотерапию.

Днем проводятся бодрящие гимнастики после дневного сна. Во время проведения гимнастик мы используем разные виды дорожек: ребристые, с пуговицами, змейки, дорожки со следами, сухие, мокрые, солевые дорожки, массажные мячи, мелкие предметы для собирания пальцами ног. Используем массажи для профилактики ОРЗ по Уманской, упражнения для профилактики сколиоза, плоскостопия.

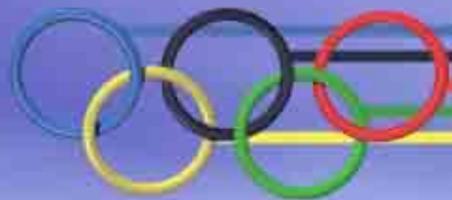


Открытый показ гимнастики после сна

25 апреля 2016г. в нашей группе прошел открытый показ гимнастики после сна для педагогов ДООУ. Цель посещения: использование разнообразных методик с целью оздоровления детей. Во время гимнастики ребята погуляли по разным дорожкам:

Мокрые, солевые, сухие дорожки





Корректирующие дорожки





Полет на самолете



Едем на велосипеде





Самомассаж мячами - ежиками





Сбор мелких предметов пальцами ног: игрушки от киндеров, половинки карандашей, фломастеров.





Физическая культура на прогулке

Руководитель инструктор по физической культуре

Зайцева И.В.

Основной формой организованной двигательной активности является – физкультурная НОД. Два занятия в зале, одно на прогулке.



Оздоровительный бег,
ходьба



Подлезание под палками

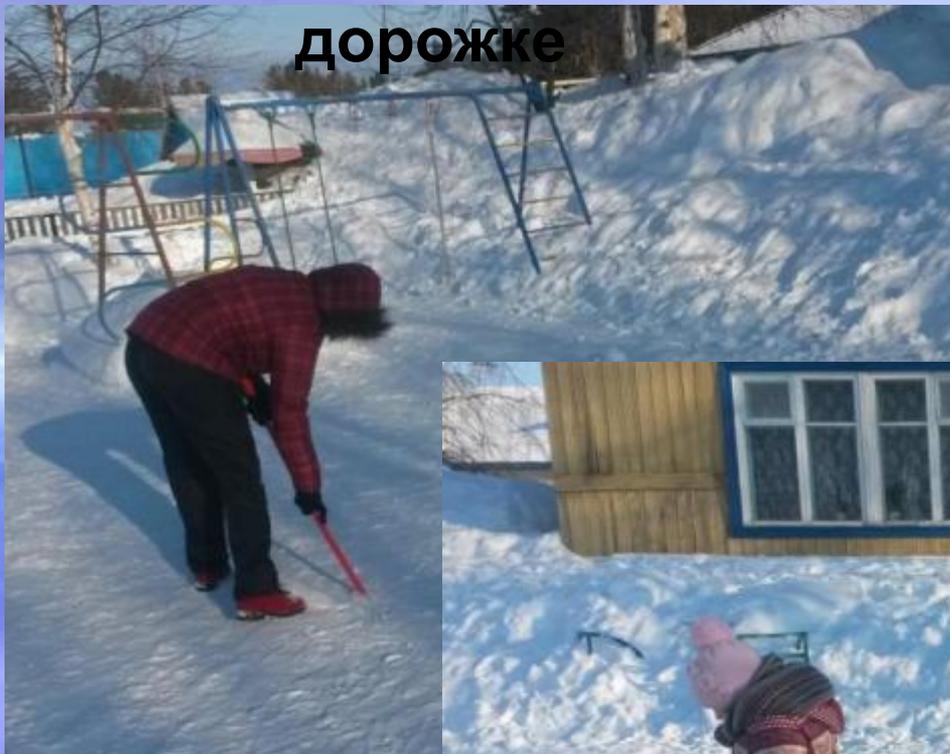


Прыжки на двух ногах с продвижением вперед





Ходьба по прямой и извилистой дорожке





Подвижные игры

Подвижная игра «Бездомный заяц»





Основные виды движения закрепляются в играх.

Выносное оборудование на прогулку: Мячи

Малоподвижная игра «Отбей мяч»





Выносные цели

Хантыйская игра «Сбей куропатку»



Малоподвижная игра «Набрось кольцо»





Мы уверены, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать положительных результатов, если она не решается совместно с семьей. В своей практике мы используем буклеты, папки-передвижки по формированию здорового образа жизни, посещаем педагогические часы, открытые режимные моменты по обмену опытом физического воспитания детей на всех уровнях развития.

Родители имеют возможность посещать ДООУ в «Дни открытых дверей»: посмотреть физкультурную непосредственно образовательную деятельность, закаливающие процедуры, режимные моменты, подвижные игры. Родители сами участвуют в изготовлении нестандартного физкультурно-игрового оборудования, принимают участие в праздниках, вот некоторые из них:

ГОРДИЛИСЬ, ЧТО

"День Защитника Отечества"

Этот замечательный праздник дети встретили вместе с папами. Для них ребята приготовили концертные номера, между которыми проводились конкурсы для детей и взрослых.

П



Л

Сильные,

Смелые

В играх дети чувствовали поддержку своих дорогих пап, гордились, что папы сильные, ловкие, смелые.



Подвижная игра «Дерни за веревочку»



Международный женский день

В этот праздничный день вместо представительных бесед воспитатели и дети сказали просто: "Добрый вечер"! И передали привет прекрасными стихами. В этот день пригласили тех, кто воспитал своих детей и продолжает воспитывать внуков - наших бабушек, - самых красивых и нежных, самых дорогих и добрых, нежных и заботливых. Для них дети приготовили праздничный концерт. Бабушки были самыми активными зрителями и участниками мероприятия. Они играли, танцевали, пели песни.

Малоподвижная игра «Перебери крупу»



Малоподвижная игра «Стряпуха»



Танцевальные упражнения



Такого веселья, замечательного настроения не бывало ни на одном празднике. Задор бабушек передавался всем присутствующим на празднике



Семинар - практикум

10 марта 2016 г. в группе «Сказка» состоялся семинар-практикум для родителей и детей «Ум на кончиках пальцев. Развитие мелкой моторики рук». Целью семинара было показать родителям важность работы по развитию мелкой моторики рук; обозначить взаимосвязь развития мелкой моторики рук и речи дошкольников; показать практическое применение дидактических игр по развитию мелкой моторики рук; укрепить сотрудничество родителей и воспитателей. Родители узнали, какие игры, упражнения, массажи можно использовать для развития мелкой моторики рук ребёнка, поиграли в новые развивающие игры, сделанные руками

В





В конце семинара был организован мастер-класс «Удивительные цветы», где родители вместе с детьми выполнили цветок в технике "торцевание". Все остались довольны и получили массу положительных эмоций.



Спортивное развлечение «Зимушка красавица всем ребятам нравится»

12 февраля 2016 года проведено зимнее спортивное развлечение "Зимушка - красавица всем нам очень нравится" с целью формирования у детей и их родителей потребности в здоровом образе жизни. Во время спортивных состязаний установились дружеские отношения между детьми и родителями. Все участники помогали друг другу в выполнении заданий, болели не только за свою команду, но и за команду соперников. Участники получили заряд бодрости и незабываемые минуты веселья.



Таким образом, организованная нами работа, приобщает родителей и детей к здоровому образу жизни, развивает физические качества и навыки, способствует самореализации каждого и взаимообогащению всех .

Давайте спортом заниматься

Здоровье наше укреплять,

Все тело будем развивать

И силу духа поднимать.



Спасибо за внимание!

