

2018

**Физкультурно-
оздоровительная работа с
детьми в
группе №9 «Солнышки»**

*Подготовила воспитатель
МБДОУ ЦРР №28 «Огонёк»
Чернова М.В.*

Цель и задачи

Цель: обеспечение комплексной оздоровительной работы с детьми, сохранности их физического и психического здоровья.

Задачи:

- оказывать профилактическую, оздоровительную, социально - педагогическую поддержку детей на основании анализа и диагностики физического развития каждого ребенка, на основании осмотра детей и рекомендацией врачей-специалистов.

- разработка оптимальных моделей режима дня и двигательной деятельности, организацию лечебно-оздоровительных мероприятий с учетом всех видов деятельности детей в образовательном учреждении в течение дня.

- воспитывать потребность в здоровом образе жизни; потребность в физических упражнениях и играх;

Гимнастика после сна,
Дыхательная гимнастика
Профилактика плоскостопия

Активный отдых
(досуги, праздники,
дни здоровья)

Утренняя гимнастика,
Дозированная ходьба

Физкультурные занятия в зале и на воздухе

Плавание
Закаливание

Формы физкультурно - оздоровительной работы

Подвижные игры и упражнения на прогулке

Корригирующая гимнастика

Физминутки,
Самомассаж,
Пальчиковая гимнастика
Гимнастика для глаз

Очень любят дети делать игровой массаж массажными мячиками. С ними мы выполняем игровой массаж, самомассаж всего тела, спины, рук, ног. Дети делают его с удовольствием, это доставляет им радость, удовольствие. Мы составили картотеку игр с массажными мячиками и используем ее в своей работе.



Для профилактики плоскостопия используем босохождение, массажные коврики для ног, хождение по гимнастическим палкам.



Укреплению мышц спины и шеи, формированию правильной осанки способствуют упражнения у стены, хождение с грузом на голове «Пронеси – не урони»



Для профилактики нарушения осанки в нашей группе мы придерживаемся следующих правил:

- мебель подбираем по росту ребенка,
- соблюдаем ортопедический режим,
- следим за осанкой детей во время всех видов деятельности,
- соблюдаем двигательный режим,
- 2 раза в неделю проводим корригирующую гимнастику
- применяем нетрадиционное физкультурное оборудование в играх, упражнениях, свободной и совместной деятельности.



Особое внимание уделяем работе с родителями:

Используем следующие формы работы:

Мастер – класс по изготовлению и использованию нетрадиционного физоборудования

Наглядная информация по санпросветработе

Консультации и беседы по профилактике нарушения осанки, плоскостопия, укрепления мышц спины и шеи, закаливания.

Папки - передвижки о здоровом питании, пользе овощей и фруктов.

Папки передвижки «Подвижные игры и упражнения» по разным сезонам.

Подборка и изготовление картотек: «Физминутки», «Игры с массажным мячом», «Упражнения на модульных ковриках Ортодон»

Изготовление родителями дорожек с различными ребристыми поверхностями для босохождения, шапочек для упражнений «Пронеси – не урони», способствующих укреплению мышц шеи и спины, формированию правильной осанки.

По инициативе родителей и на их средства были приобретены массажные коврики «Ортодон», массажные мячи для каждого ребенка.

Для организации полноценной работы по оздоровлению детей в своей работе мы взаимодействуем:

- С врачом ортопедом**
- С медицинскими работниками ДОУ**

С инструктором по физической культуре
- Инструктором по плаванию