

МБДОУ № 3 «Улыбка»

**Физкультурно-
оздоровительная работа
во второй младшей группе.**

Селивестрова Н. Н.,
воспитатель второй младшей группы
«Капитошки».

г. Невинномысск, 2016г.

Актуальность темы.

Формирование здорового поколения - одна из главных стратегических задач развития страны.

Современные дети испытывают "двигательный дефицит", задерживается возрастное развитие быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы. Развитие физической культуры детей 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.

Цели:

- Укрепление здоровья детей.
- Создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства.
- Формирование основ базовой культуры личности.
- Всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями.
- Подготовка ребенка к жизни в современном обществе.

Задачи:

- Обучение правильной ходьбе.
- Развитие чувства равновесия.
- Профилактика плоскостопия .
- Формирование правильной осанки.
- Развитие координации движений.
- Психолого-педагогическое просвещение родителей по вопросам сохранения физического и психического здоровья детей.

Общие требования.

1. Создание экологически благоприятных условий в пом
игр и занятий:
 - Соблюдение санитарных и гигиенических требований
 - Сквозное проветривание помещений (3 раза в день в
детей)
 - Специальный подбор комнатных растений,
поглощающих вредные химические вещества, выделяющих
фитонциды и увлажняющих воздух.
 - Поддерживание температуры воздуха в пределах 20 – 22 градусов.
2. Высокая культура гигиенического обслуживания детей (туалет,
кормление, сон, одевание на прогулку).
3. Обеспечение психологического комфорта на протяжении всего
времени пребывания в детском саду.
4. Индивидуальный и дифференцированный подход в режимных
процессах и их воспитательная направленность с учетом здоровья
и развития ребенка.



Система физкультурно-оздоровительной работы

- Создание условий в группе (стандартное и нестандартное оборудование): спортивные игры, мячи, обручи, скакалки, массажные дорожки, предметы для массажа ступней и рук, игры для развития мелкой моторики, дыхательные упражнения, гимнастика



- Самостоятельная двигательная деятельность детей.
- Утренняя гимнастика с предметами и без них, бодрящая гимнастика, физминутки.





- Игровые упражнения для развития мелкой моторики рук.
- Подвижные, спортивные игры и физ.упражнения в группе и на прогулке.
- Музыкально-ритмические движения в течении дня.

Физкультурные занятия в зале и на улице

Упражнения для развития дыхания.



Закаливание:
мытьё рук и умывание
прохладной водой,
воздушные и солнечные
ванны,
ходьба босиком по
массажным дорожкам,
одежда по сезону,
оздоровительные
прогулки,
использование
фитонцидных растений
(лука, чеснока) для



**Спасибо за
внимание!**

