

# МОДЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ



## **Цель: Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей**

### **Оздоровительные задачи:**

- ✓ Охрана жизни и укрепление здоровья детей;
- ✓ Всестороннее физическое развитие и совершенствование функций организма;
- ✓ Повышение активности и общей работоспособности

### **Образовательные задачи:**

- ✓ Формирование у детей двигательных умений и навыков;
- ✓ Развитие физических качеств;
- ✓ Получение элементарных знаний о своем организме, способах укрепления собственного здоровья

### **Воспитательные задачи:**

- ✓ Разностороннее развитие детей;
- ✓ Формирование интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями

## Работа с родителями:

Беседы  
Выставки  
Рекомендации  
Памятки  
Собрания  
Всеобучи  
Дни открытых дверей  
Наглядная информация

Совместная деятельность с  
детьми  
Игры с педагогическим  
содержанием  
Выпуск газет;  
Организация мини -  
библиотек  
Подбор литературы  
и т.д.



сотрудник  
и доу

семья



## Работа с сотрудниками ДОУ:

Собрание  
Консультации  
Круглый стол  
Тематические вечера  
Конкурсы  
Семинары  
Открытые просмотры  
Педсоветы  
Инд. беседы  
Метод. совет;  
Проблемные лекции;  
Педагогическая газета;  
Самообразование  
и т.д.

Цель: Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

Оздоровительные задачи

Образовательные задачи

Воспитательные задачи

Работа с  
сотрудниками ДОУ

Работа с родителями

Система работы по  
формированию у  
ребенка потребности в  
двигательной  
активности

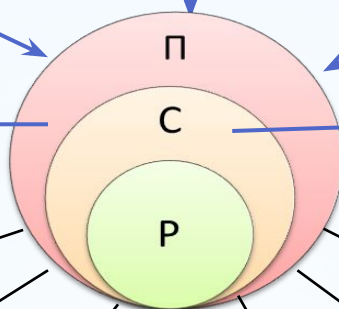
Система работы по  
профилактике  
заболеваний

Система работы по  
организации  
рационального питания

Система работы по  
охране психического  
здоровья

Система закаливания

Система работы по  
формированию у  
ребенка потребности в  
ЗОЖ





## Система работы по формированию у ребенка потребности в двигательной активности

- гимнастика (традиционная, игровая, сюжетно – игровая),
- час двигательной активности (творческая площадка "Спортландия", «Малые Олимпийские игры»)
- активный отдых (физкультурные досуги, спортивные праздники, день здоровья и каникулы, Спортакиада, игры - соревнования и т.д.)
- занятия (тематические, коррекционные, сюжетно – игровые, с использованием тренажеров, ритмическая гимнастика, физкультурно - познавательное),
- создание условий (спортивный инвентарь, спортзал, бассейн, физкультурные уголки в группах, оборудованная физ. площадка на улице);
- гимнастика для глаз,
- гимнастика пробуждения (традиционная, игровая, сюжетно – игровая),
- пальчиковая гимнастика,
- оздоровительный бег,
- физкультминутки, динамические паузы;
- двигательная деятельность на прогулке;
- физические упражнения на прогулке (подвижные и спортивные игры, народные подвижные игры, упражнения на полосе препятствий, игры на развитие внимания, ловкости, координации, быстроты реакции)
- Спортивные сказки
- секции, кружки



## Система работы по охране психического здоровья

- антистрессовая гимнастика,
- упражнения на релаксацию,
- психогимнастика,
- упражнения для развития мелкой моторики рук,
- игровые упражнения,
- музыкотерапия,
- сказкотерапия,



- песочная терапия,
- обеспечение благоприятного психологического климата в группе и ДОУ
- индивидуальный режим пробуждения после дневного сна
- работа педагога - психолога

## Система закаливания

- утр. прием на свежем воздухе,
- утренняя гимнастика, оздоровительный бег, ритмика, ОРУ, игровая форма,
- босохождение (по массажным дорожкам, летом: по траве, камушкам),
  - ходьба по дорожке (тропе) Здоровья;
- облегченная одежда, одежда соответствующая сезону;
- игры и физические упражнения на воздухе,
- полоскание рта прохладной кипяченой водой,
- обширное умывание,
- поглаживающий массаж,



- ходьба и бег в групповом помещении,
- сон с доступом воздуха (+19, +17);
- ходьба по солевой дорожке,
- игры с водой
- солнечные и воздушные ванны,
- прогулки на воздухе,
- гимнастика после сна
- гимнастика для формирования правильной осанки, свода стопы ног

## Система работы по организации рационального питания

- организация второго завтрака;
- введение овощей и фруктов в обед и полдник;
- строгое выполнение натуральных норм питания,
- замена продуктов для детей аллергиков;
- соблюдение питьевого режима,
- гигиена приема пищи,
- правильность расстановки мебели





## Система работы по профилактике заболеваний

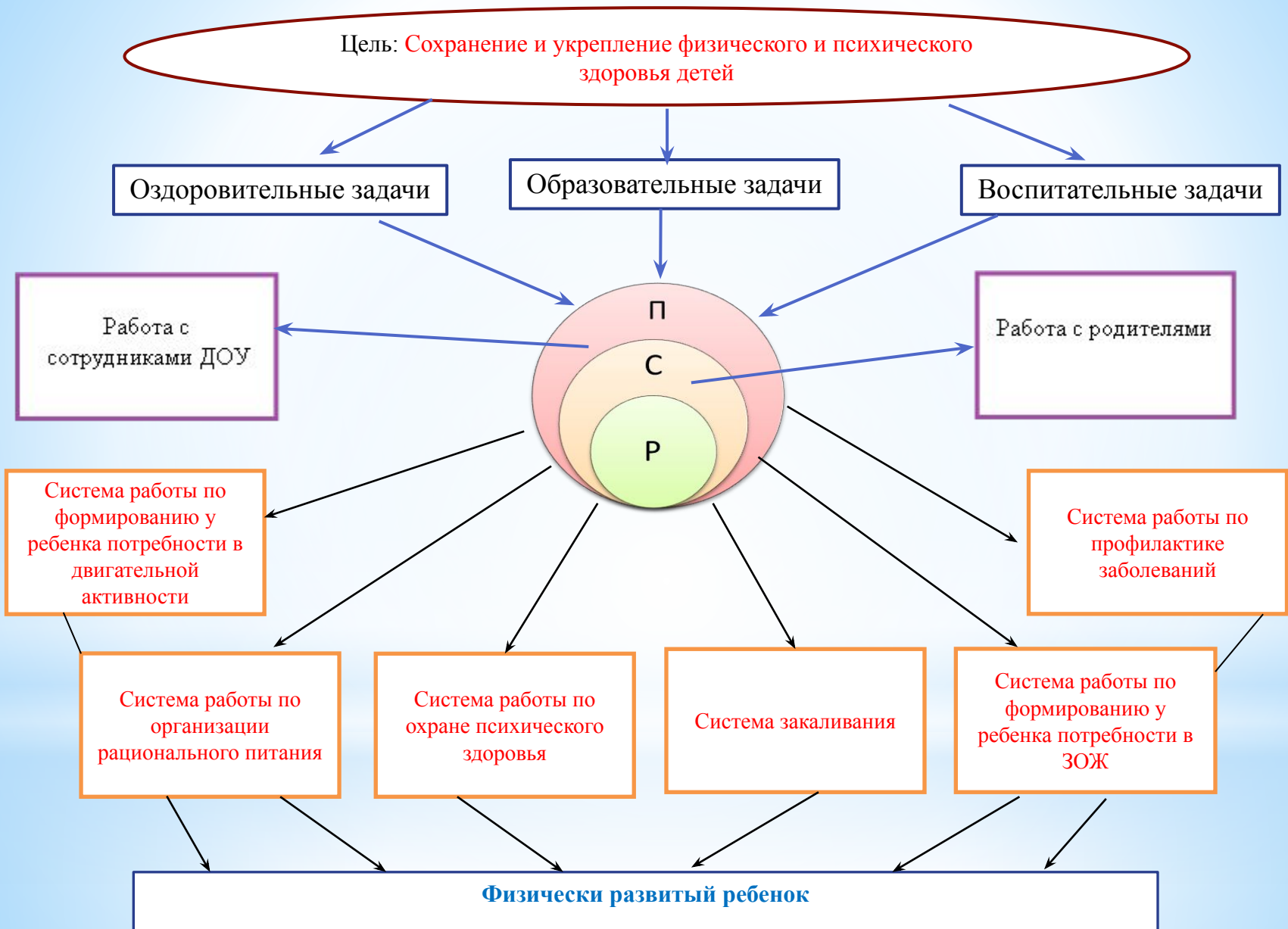
- витаминизация блюд, употребление соков и фруктов, очистительных салатов
- соблюдение графика проветривания помещений, графика влажной уборки
- фитонцидотерапия, фитотерапия
- дыхательная гимнастика
- ЛФК
- фонетическая гимнастика,
- цветотерапия,
- психогимнастика,
- сказкотерапия,
- арттерапия,
- коррекционная гимнастика для осанки и свода стопы,
- упражнения и игры с массажёрами,
- работа с ослабленными детьми в щадящем режиме
- утренние фильтры
- прививки
- медосмотры



## Система работы по формированию у ребенка потребности в ЗОЖ



- игрового самомассажа для рук, глаз, стопы и других участков тела,
- игротренинги, игротерапию
- занятия физкультурные, по ОБЖ, ЗОЖ, валеологии, логопедические,
- знакомство с родителями – спортсменами, история Олимпийского движения
- тематические досуги
- создание условий (уголки «здоровья», галерея спортсменов)







СПАСИБО!!!