

Ознакомление с
инновационными формами
физкультурно-оздоровительной
работы в ДОУ

(Из опыта работы)

Инструктор по физической
культуре

МДОУ «Криушинский детский сад»
Кашеварова Елена Вячеславовна

В настоящее время существует проблема общей ослабленности здоровья поступающих в детский сад воспитанников. Это связано с высоким уровнем соматических заболеваний у детей и со снижением иммунитета. Поэтому сохранение и укрепление здоровья — одна из главных стратегических задач дошкольного воспитания.

К основным задачам охраны и укрепления здоровья детей относятся:

- укрепление здоровья детей;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка;
- приобщение детей к традициям большого спорта.

В настоящее время я использую как традиционные, так и инновационные формы физкультурно-оздоровительной работы :

1. Дыхательная гимнастика

Развивает дыхательную мускулатуру, увеличивает подвижность грудной клетки, улучшает лимфо - и кровообращение в легких.

2. Точечный массаж

Повышает сопротивляемость организма к простудным заболеваниям.

3. Пальчиковая гимнастика

В ходе пальчиковых игр дети, повторяют движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

Корригирующая гимнастика

Для формирования осанки

«Сухой бассейн»

Для развития сенсорики у детей

Элементы самомассажа

Для повышения тонуса организма

Упражнения на релаксацию

Позволяют устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстанавливают силы, увеличивают запас энергии.

Утренняя гимнастика

Воспитывает у детей внимание, целеустремленность, способствует повышению умственной деятельности, вызывает эмоции и радостные ощущения

Физкультурные занятия в зале

Для нормального физического развития двигательной сферы человека

Подвижные игры на улице

Вызывают положительные эмоции, усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем.



Спортивные эстафеты

Развивают быстроту,
ловкость и координационные способности



Подвижные игры в зале

Формируют всестороннее развитие детей



Ходьба по ребристой дорожке

Для профилактики плоскостопия



Спортивные праздники и развлечения

Средство повышения двигательной
активности детей



СТОЛБИКИ ФОТОВЫСТАВКИ ИНФОРМАЦИОННЫЕ

Для освещения педагогического процесса