

**«Организация
непосредственно образовательной деятельности
по формированию основ здорового образа жизни
в процессе взаимодействия с семьей»**

*Подготовила: А.Е. Бабкина,
инструктор по физической культуре,
I квалификационной категории
МБДОУ ДС №7 «Жар-птица»*





«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.»

В.А. Сухомлинский





**Данные
Минобрнауки
Российской
Федерации**

**На
8,1%**

снизилось число здоровых детей

**На
6,75%**

увеличилось число детей
с нарушениями
в физическом развитии,
предрасположенностью
к патологии

**На
1,5%**

возросла численность детей
3 группы здоровья





- Здоровье обуславливается:**
- на 50% - образом жизни
 - на 20% - наследственностью
 - 10% - возможностями медицины и здравоохранения

Работа с детьми по приобщению к здоровому образу жизни в рамках реализации образовательной области «Физическое развитие»

Дети 2 - 4 лет:

- формируется представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение;
- знакомятся с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма;
- получают представление о необходимости закаливания.

Дети 4-5 лет:

- осознают важное значение физических упражнений для организма человека;
- продолжают знакомиться с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Дети 5-7 лет:

- знакомятся с возможностями здорового человека, с доступными сведениями из истории олимпийского движения; с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.
- формируют представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем; представления об активном отдыхе.





Комплекс физкультурно-оздоровительных мероприятий с дошкольниками

- **Непосредственно образовательная деятельность** (физкультурные занятия)
- **Физкультурно-оздоровительные мероприятия в течение дня:**
 - утренняя гимнастика;
 - физкультминутки;
 - подвижные игры и физические упражнения на прогулке;
 - закаливающие мероприятия.
- **Активный отдых:**
 - физкультурные досуги и праздники;
 - дни здоровья;
 - прогулки, походы;
 - самостоятельная двигательная деятельность детей.
- **Закрепление знаний, умений и навыков детей в домашних условиях**
- **Индивидуальная работа по развитию физических качеств** (с детьми, имеющими проблемы в физическом и двигательном развитии);
- **Секционно-кружковые занятия**





НОД по физической культуре - это ведущая форма организованного в определенных временных рамках систематического обучения детей двигательным умениям и навыкам.



НОД по физической культуре - это ведущая форма организованного в определенных временных рамках систематического обучения детей двигательным умениям и навыкам.



Этапы обучения движениям, развития физических качеств дошкольников

Обучение

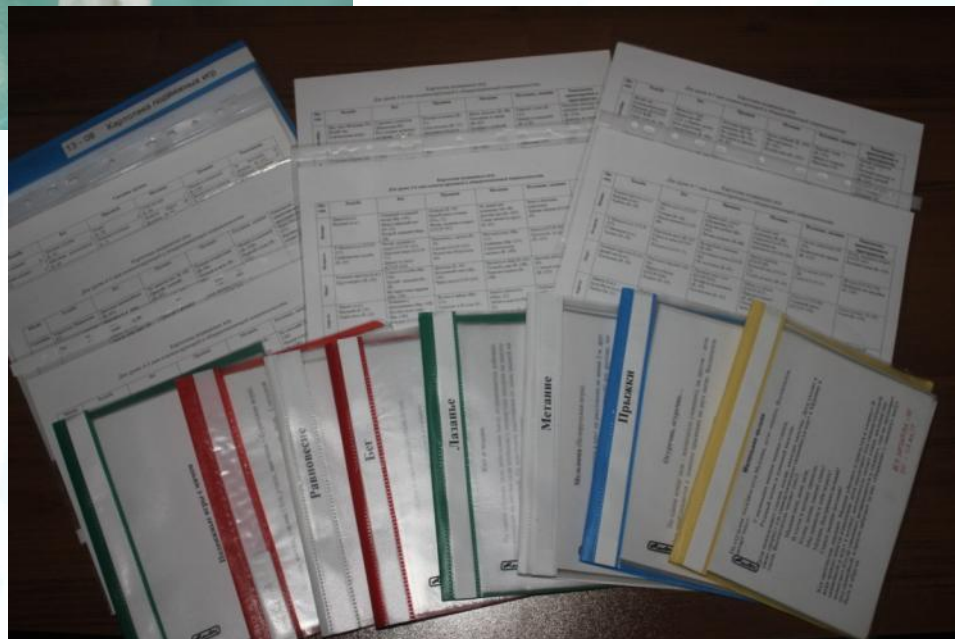
Закрепление

Совершенствование





Закрепление подвижных игр





Варианты НОД по физической культуре (по Шебеко, Шишкиной, Ермак)

Традиционные

Интегрированные

Комплексные

Игровые (в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности)

Сюжетные

Учебно-тренировочные

Контрольно-диагностические

НОД-поход, прогулка

НОД - эстафета, соревнование

Построенные на музыкально-ритмических композициях

Культурно-досуговой направленности (спортивные праздники, развлечения)





Традиционное

Специфика содержания по частям НОД

Вводная	Основная	Заключительная
<p>1. Строевые упражнения, ходьба и бег.</p> <p>2. Упражнения на внимание, на формирование стопы и осанки, подскоки; могут быть упражнения в равновесии.</p> <p>3. Завершается перестроением на выполнение комплекса ОРУ.</p>	<p>1. Комплекс ОРУ (охват всех групп мышц)</p> <p>2. ОВД (они должны быть новыми и знакомыми; сначала даются упражнения, требующие большой чёткости, сосредоточенности внимания, а затем — упражнения большой физической нагрузки)</p> <p>3. Подвижная игра (должна требовать большой подвижности и активности; в игре не должен повторяться тот вид движения, в котором только что упражнялись дети).</p>	<p>1. Ходьба в спокойном темпе с дыхательным упражнением.</p> <p>2. Ходьба может быть заменена игрой малой подвижности.</p> <p>3. Подведение итогов занятия.</p> <p>4. Упражнения на расслабление.</p>





Учебно-тренировочного характера

Специфика содержания по частям НОД

Вводная	Основная	Заключительная
<ol style="list-style-type: none">1. Разные виды ходьбы.2. Строевые упражнения; упражнения на ориентировку в пространстве.	<ol style="list-style-type: none">1. Общеразвивающие упражнения.2. Основные виды движений.3. Подвижная игра.	<ol style="list-style-type: none">1. Успокоительная ходьба.2. Малоподвижная игра.3. Дыхательные упражнения.
<ol style="list-style-type: none">1. Разные виды бега		





Сюжетное

Специфика содержания по частям НОД

Вводная

Основная

Заключительная

Все части построены на любых физических упражнениях, органично сочетаемых с сюжетом (младший возраст «Петрушка в гостях у детей», средний «Осень в лесу», старший «Морское путешествие» и т.д.)





Игровое

(построенное на подвижных играх)

Специфика содержания по частям НОД

Вводная	Основная	Заключительная
Игра средней подвижности (разминка)	2-3 игры с разными видами движений (последняя высокой подвижности)	Малоподвижная игра





Интегрированное

Специфика содержания по частям НОД

Вводная

Основная

Заключительная

С элементами развития речи, ФЭМП, конструирования и т.д.
По типу традиционных занятий, но с включением
дополнительной задачи из других образовательных областей,
которая решается через развитие двигательных навыков.





Построенное на музыкально-ритмических композициях

Специфика содержания по частям НОД

Вводная	Основная	Заключительная
Разные виды ходьбы и бега под музыку с включением элементов танцевальных движений	Музыкально-ритмическая разминка	1. Спокойная ходьба 2. Расслабляющие упражнения





Круговая тренировка

Специфика содержания по частям НОД

Вводная

Основная

Заключительная

Организуется с детьми старшего дошкольного возраста. Содержит несколько видов упражнений со спортивным инвентарем, разделенным на несколько групп (в зависимости от количества детей), расположенным по кругу в последовательности, обеспечивающей тренировку разных групп мышц.





На свежем воздухе

Специфика содержания по частям НОД

Вводная	Основная	Заключительная
1. Построение: в теплое время года ходьба и бег в холодное время года.	1. ОРУ или бессюжетная подвижная игра.	1. Медленный бег.
2. Разные виды ходьбы.	2. Бег со средней скоростью	2. Ходьба с дыхательными упражнениями.
3. 3-5 дыхательных упражнений.	3. Ходьба и перестроение для выполнения ОВД или для освоения спортивных упражнений.	
4. Медленный бег	4. Основное движение	
5. (1,5-3 мин. в зависимости от возрастных особенностей).	5. Бег со средней скоростью .	
6. Ходьба обычная с перестроением на выполнение ОРУ.	6. Основное движение	
	7. Медленный бег или пробежка в среднем темпе.	
	8. Сюжетная подвижная игра или игра-эстафета.	





Прогулка-поход

Специфика содержания по частям НОД

Вводная

Основная

Заключительная

Организуется с детьми старшего дошкольного возраста. Может содержать:

1. Наблюдение в природе и сбор природного материала.
2. Беседу о тех объектах природы, которые находятся в зоне непосредственного наблюдения детей.
3. Выполнение имитационных движений (подражание действиям птиц, зверей, насекомых).
4. Подвижные и дидактические игры.
5. Физкультурное занятие или комплекс игр и физических упражнений;
6. Упражнения на дыхание, игры на внимание.
7. Самостоятельные игры детей.





Построенное на играх-эстафетах, соревнованиях

Специфика содержания по частям НОД

Вводная	Основная	Заключительная
Обход по залу с различными видами ходьбы и бега	Непосредственно соревнования в форме игр-эстафет	Подведение итогов





Контрольно-диагностические

Специфика содержания по частям НОД

Вводная

Основная

Заключительная

Может быть укорочена 1 и 3 часть занятия; увеличено время на основные движения; убраны ОРУ.

Проводятся в начале, середине и конце учебного года – для проведения педагогической диагностики по определению уровня сформированности основных видов движений и развития физических качеств





Взаимодействие дошкольного учреждения и семьи в формировании навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста





Здоровьесберегающая образовательная среда





Результаты физкультурно-оздоровительной работы

Положительная динамика
уровня сформированности
представлений о ЗОЖ

- уровень сформированности начальных представлений о здоровом образе жизни - 78% детей

Переход родителей с позиции
наблюдателей к позиции
активных участников

- увеличение на 37% доли семей, активно применяющих знания, умения и навыки здоровьесбережения в семейном воспитании

Положительная динамика
состояния здоровья
воспитанников

- увеличение индекса здоровья на 2,4% (2013-20,2; 2014-21,2; 2015-22,6)
- снижение количества дней по болезни на 1 ребенка на 6,2 случая (16,2 – 2012г., 11,38 – 2013г., 10,74 – 2014г., 10 – 2015г.)
- отсутствуют случаи травматизма (0 – 2012г., 0 – 2013г., 0 – 2014г., 0 – 2015г.)





БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

