

**«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

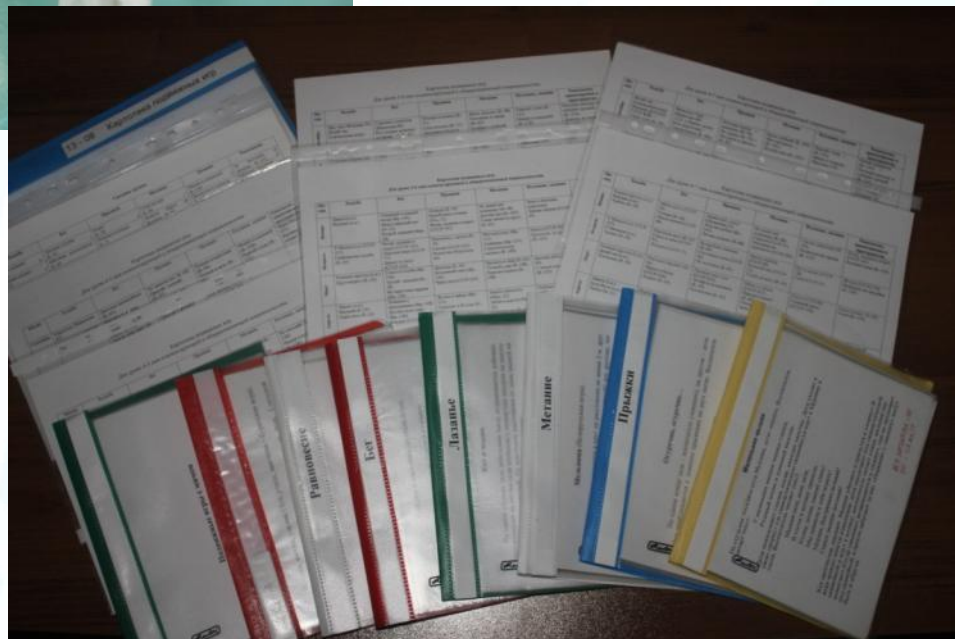
Совершенствование



03/12/2011



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!

