

СПДО д/с «Чебурашка» МБОУ СОШ п.
Приузенский

Современные подходы к организации
физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

Подготовила :
воспитатель Султанова А.Б.

Здоровьесбережение и здоровьесукрепление – приоритетные задачи в дошкольном возрасте, что обусловлено интенсивным морфофункциональным развитием, а также негативными тенденциями в здоровье современных детей: уменьшением их числа с нормальным физическим развитием, ростом функциональных отклонений и хронических заболеваний. В связи с этим оздоровительная работа в ДОО должна опираться на современные подходы: комплексный, системный, интегрированный, индивидуальный и мониторинговый.

- Мы выделяем общие задачи сохранения здоровья детей:
- - первая и самая главная задача – защита, сохранение и развитие здоровья ребенка;
- - научить детей определять свое состояние и ощущения;
- - сформировать активную жизненную позицию;
- - понимать необходимость и роль движений в физическом развитии;
- - учить укреплять и сохранять свое здоровье;
- - формировать представления о том, что полезно и что вредно для организма.
- Особое внимание в ДООУ уделяется физкультурным занятиям, как одному из важнейших условий воспитания здорового ребенка.



- Систематическая работа по физическому воспитанию в ДОО включает в себя ежедневную утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, занятия на свежем воздухе. Обучение детей на занятиях, построенных в игровой форме, с музыкальным сопровождением позволяет сделать их интересными, разнообразными, что способствует повышению детского интереса к физической культуре.



Применяем такие виды закаливания:

- - утренняя гимнастика в облегченной форме;
- - полоскание полости рта после еды водой комнатной температуры;
- - босохождение;

Закаливающие процедуры проводятся в течение всего года с постепенным изменением их характера, длительности и дозировки с учетом состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Также у нас и такие формы физического оздоровления детей:

- - утренняя зарядка с элементами дыхательной гимнастики;
- - точечный массаж;
- - физкультурные занятия;

- - пальчиковая гимнастика («Сорока», «Дедушка Мороз» и т. д.) ;
- - гимнастика для глаз («Лиса», «Солнышко», «Самолет») ;
- - самомассажи и массаж биологически активных точек
- - оздоровительные минутки;
- - релаксация
- - разработаны комплексы гимнастики после сна;
- - спортивные праздники и развлечения;
- - «Дни здоровья».

Решая задачи физкультурно-оздоровительной работы в саду, мы опираемся на принцип единства взаимодействия: родители ребёнок педагог.

точечный массаж



- Шееел медведь. Большоооооой медведь (*топчемся ладонями по спине*)...
Шла медведица... (*топчемся меньшей площадью, кулаком, например*).
Шел мааааленький медвежонок (*пальцами идем по спине*).
Нашли они большоооое поле (*растираем ладонью спину*).
Медведь сказал: „Моееее поле“ (*говорим басом, бегаем кругами ладошками по спине*).
Медведица сказала: „Моееее поле“ (*повыше голосом и шаги помельче*).
Медвежонок закричал: „Мое“ (*тоненьким голоском, мелкими прыжками*).

ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ



- Зайка вправо поскакал,
- Каждый зайку увидал.
- Зайчик влево поскакал,
- Каждый взглядом увидал.
- Зайка – вправо, зайка – влево.
- Ах, какой зайчонок смелый!
- Зайка скачет вверх и вниз.
- Ты на зайку оглянись.
- Зайчик спрятался от нас.
- Открывать не надо глаз.

самомассаж



- Головушка – соловушка (гладят себя по голове).
Лобик–бобик.
Носик – курносик (с закрытыми глазами трогают кончик носа) .
Щёчки – комочки (трут кулачками).
Глазки –краски (моргают).
Ушки - непослушки.
Ручки - хватучки.
Пальчики – мальчики.
Пузик - арбузик.
Спинка - тростинка.
Ножки – топотожки.

пальчиковая гимнастика



Дом

Я хочу построить дом,
(Руки сложить домиком, и
поднять над головой)
Чтоб окошко было в нём,
(Пальчики обеих рук
соединить в кружочек)
Чтоб у дома дверь была,
(Ладони рук соединяем
вместе вертикально)
Рядом чтоб сосна росла.
(Одну руку поднимаем вверх и
"растопыриваем" пальчики)
Чтоб вокруг забор стоял,
Пёс ворота охранял,
(Соединяем руки в замочек и
делаем круг перед собой)

ГИМНАСТИКА ПОСЛЕ СНА



А у нас котята

А у нас котята спят. Мур-мур, мур-мур! *Дети ложатся на кровати,* Просыпаться не хотят. Мур-мур, мур-мур! Тихо спят спина к спине и мурлыкают во сне. *«свернувшись клубочком».* Мур-мур, мур-мур! Мур-мур, мур-мур! *Вот на спинку все легли.* Мур-мур, мур-мур! *Поворачиваются на спину и делают вращательные движения руками и ногами* Расшалились все они. Мур-мур, мур-мур! Лапки вверх, и все подряд всё мурлыкают, шалят. Мур-мур, мур-мур! Мур-мур, мур-мур!

спортивные праздники и развлечения



Физминутки



- Ветер дует нам в лицо,
Закачалось деревцо.
Ветер тише, тише, тише.
Деревцо все выше, выше.
- Вот как солнышко встает,
Выше, выше,
выше. *(Поднять руки
вверх. Потянуться)*
К ночи солнышко зайдет
Ниже, ниже,
ниже. *(Присесть на
корточки. Руки
опустить на пол)*

Релаксация



- «Солнечные зайчики»
- Солнце по небу ходило.
- Солнце лучик уронило.
- Лучик, он грустить не стал,
- Словно зайчик, поскакал
- Из окошечка в окошко.
- От прыжков устал немножко,
- Лёг на травку отдохнуть,
- Потянуться и зевнуть.
- Хорошо в траве понежиться,
- Но лучу вставать не терпится.
- Раз – он сел.
- Два – он встал.
- Ой, смотрите – убежал!

само́масса́ж стоп









Спасибо за внимание!

