

Физкультурно- оздоровительная работа в детском саду

**Некрасова Е.К. инструктор по физическому воспитанию
детский сад «Сказка» корпус «Искорка»**




« Здоровье – всему ГОЛОВА »

Цель:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей.
2. Формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.
3. Усиление работы с родителями по проблеме физического развития и оздоровления детей.

Задачи:

1. Охрана и укрепление здоровья дошкольников, совершенствования их физического здоровья, повышения сопротивляемости организма, улучшения умственной и физической работоспособности.
2. Формирования у детей жизненно необходимых двигательных умений и навыков, достижение определенного уровня физической подготовки.
3. Воспитание у детей личной физической культуры. Формирование потребностей в физическом совершенствовании, вооружение знаниями, умениями и навыками, воспитание привычки к здоровому образу жизни.
4. Обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни.
5. Оптимизировать работу с семьей по проблеме физического развития и оздоровления детей.



Средства здоровье сберегающей деятельности

I. блок

Организация здоровье сберегающей среды:

- *Проветривание*
- *Освещение*

II. блок

Организация двигательного режима и физическая культура



«Движения – основа здоровья»



III. блок

Организация оздоровительного режима

Здоровье – это состояние полного комфортного, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов

Массаж



Хатка - йога



Гимнастика после сна



IV. блок

Элементы валеологии

Блоки факультатива «Здоровей-ка»

- «Пожарная безопасность»
- «Правила дорожного движения»
- Познай себя. «Как устроено тело человека»
- «Безопасность в быту»



Познай себя

Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
<ul style="list-style-type: none">- Кто мы?- «Я умею одеваться»- Я собираюсь на прогулку- Зимние игры и забавы- Что такое хорошо и что такое плохо- Чистота – залог здоровья- Чтобы кожа была здоровой- Как ухаживать за собой	<ul style="list-style-type: none">- Мое имя- Это очень плохо для ребячьей кожицы- Мои руки- Мои ноги- Чтобы зубы были здоровыми- Почему я вижу- Почему я слышу- Как я распознаю запахи- Зачем мы спим.	<ul style="list-style-type: none">- Как устроено тело человека?- Осанка – красивая спина.- Я и мое настроение.- Как работает сердце?- Мой мозг.- Что мы делаем, когда едим (органы пищеварения)- Как мы дышим?- Если хочешь быть здоров – закаляйся.

Внедрение ГТО в образовательную деятельность



Физкультурно-оздоровительная работа с детьми на 2018-19 учебный год

	Сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
мл.гр.		«Веселая семейка»	«У Петрушки в гостях»	«Путешествие в сказочный лес»	«Зимние забавы»	«Зимушка - зима»	«В гостях у гномов»	В гостях у забавы	Есть у солнышка друзья
Ср.гр.	Диагностика	«Кто у бабушки живет»	«В гостях у доктора Совуны»	«Зимние забавы»	«Волшебные варежки»	«Ищем клад с капитаном Врангелем»	«В поисках клада»	Космическое путешествие	диагностика
Ст.гр	Диагностика	« У гномиков в гостях»	«Цирк и дети не разделимы»	«Физкультура всем нужна очень нравится она»	«Кабы не было зимы»	«23 Февраля»- веселые старты	«Как медвежонок сильным стал»	Космонавтам и мы будем	диагностика
Под.гр.	Диагностика	«Веселые старты»	«Мы туристы»	«Зимушка-зима»	«Приключение бабы Яги»	«23 Февраля»- веселые старты	«Путешествие на машине времени»	Космонавтам и мы будем	диагностика
Работа с родителями	Буклеты «Зарядка»	Практикум Зарядка – это весело»	Консультация « Здоровье ребенка в наших руках»	КРУГЛЫЙ СТОЛ «ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА В СЕМЬЕ И ДОУ» (старшая группа)	Практическое занятие «Занимаемся вместе с мамой дома»	«Бравые солдаты»	КОНСУЛЬТАЦИЯ РАСТИМ ДЕТЕЙ ЗДОРОВЫМИ, КРЕПКИМИ, ЖИЗНЕРАДОСТНЫМИ.	Буклеты «детский массаж»	Папа ,мама, я – спортивная семья

Совместная работа с родителями на 2018-2019 учебный год.

№	мероприятия	дата
1	Физкультура всей семьей. Семейный клуб.	октябрь
2	Веселые старты	декабрь
3	Мой папа самый сильный	февраль
4	Папа, мама, я – спортивная семья!	апрель

-
- «Берегите сердце от ненависти, разум от беспокойства, живите просто, ожидайте малого, отдавайте многое. Пусть вас ведет по жизни любовь к людям»

Норман Пил