

# **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

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

# Внедрение ГТО в образовательную деятельность





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

	Сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
<b>мл.гр.</b>		«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
<b>Ср.гр.</b>	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
<b>Ст.гр</b>	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
<b>Под.гр.</b>	Диагностика	«Веселые старты»	«Мы туристы»	«Зимушка-зима»	«Приключение бабы Яги»	«23 Февраля»- веселые старты	«Путешествие на машине времени»	Космонавтам и мы будем	диагностика
<b>Работа с родителями</b>	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