

Система физкультурно-оздоровительной работы в ГБДОУ ЦРР – д/с № 89 Красногвардейского района

Период дошкольного детства – наиболее важный в становлении двигательных функций ребенка и психофизического развития ребенка.

Задачи по охране жизни и здоровья детей, их физического развития являются основными в ДОУ. Педагогический коллектив и медицинский персонал детского сада используют для этого все имеющиеся у нас для этого условия: физкультурный зал, спортивные площадки на улице, спортивные уголки в группах.

Система физкультурно-оздоровительной работы ставит своей целью, формирование основных двигательных навыков в ходьбе, беге, прыжках, метании, лазании, некоторых видах спортивных упражнений и игр.

Недостаточное развитие какого-либо двигательного качества у ребенка снижает его способность к усвоению новых двигательных действий, а также его двигательную активность.

Система работы предусматривает взаимосвязь процесса обучения основным видам движений и развития двигательных качеств и способностей детей. Каждое занятие— это познание окружающей действительности через движения, которые должны приносить радость. Важным является обогащение детей представлениями и знаниями о назначении и способах применения разных видов движений, сходстве и различиях в силе, скорости, их практической целесообразности.

Особенностями проведения занятий по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к детям с учетом их состояния здоровья, уровня двигательной подготовленности и двигательной активности. На каждом занятии решается, как правило, комплекс взаимосвязанных задач: оздоровительных, воспитательных и образовательных.

Оздоровительные задачи направлены на формирование здорового образа жизни и воспитание осознанного отношения к проявлению своей двигательной активности.

Воспитательные задачи: развитие самостоятельности, активности и общения, а также формирование эмоциональной, моральной и волевой сферы детей в процессе двигательной деятельности.

Образовательные задачи: овладение необходимым программным материалом по развитию движений, формирование доступных знаний об основах физической культуры и здоровом образе жизни.

Эти задачи решаются в тесной взаимосвязи с развитием двигательных качеств и способностей детей, а также формированием оптимальной двигательной активности. Эффективность занятий по физической культуре во многом определяется пониманием их значимости, которое состоит в том, чтобы:

- ❖ удовлетворить естественную биологическую потребность ребенка в движении;
- ❖ обеспечить развитие и тренировку всех систем и функций организма ребенка через специально организованную для данного возраста двигательную активность и физические нагрузки;
- ❖ сформировать навыки в разных видах движений;
- ❖ способствовать развитию двигательных качеств и способностей ребенка;
- ❖ стимулировать функциональные возможности каждого ребенка и активизировать детскую самостоятельность;
- ❖ создать оптимальные условия для разностороннего развития детей: активизации мыслительной деятельности, поиска адекватных форм поведения, формирования положительных эмоциональных и нравственно-волевых проявлений детей.

Сохранение и укрепление здоровья детей в ДОО является одной из основных и приоритетных задач. Она остается актуальной из года в год,

поскольку здоровье детей оставляет желать лучшего. Зная, что основным средством развития здоровья человека является движение, в детском саду много внимания уделяется развитию двигательной активности:

- составлена модель оптимального двигательного режима в течение дня;
- проводится ежедневная гимнастика после сна;
- организуются двигательные оздоровительные моменты на занятиях (физминутки, упражнения для мелкой моторики, упражнения на снятие напряженности и усталости);
- организован активный отдых детей (Дни здоровья, спортивные развлечения, каникулы).

Основные направления физкультурно-оздоровительной работы

1. Создание условий

- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ,
- обеспечение благоприятного течения адаптации детей,
- выполнение санитарно-гигиенического режима.

2. Организационно-методическое и педагогическое направление

- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов,
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей,
- отбор и внедрение эффективных технологий и методик систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров,
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

3. Физкультурно-оздоровительное направление

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры.

4. Профилактическое направление

- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний.
- предупреждение острых заболеваний профилактики.
- проведение Дней профилактики (ежемесячно).

Двигательная деятельность.

1. Утренняя гимнастика (ежедневно в зале, на воздухе - летом)
 - ✓ традиционный комплекс,
 - ✓ подвижные игры,
 - ✓ оздоровительные пробежки вокруг д/с.
2. Двигательная разминка между занятиями (ежедневно)
 - ✓ подвижные игровые упражнения игры на ориентировку в пространстве,
 - ✓ двигательное задание.
3. Физкультминутка (зависит от типа занятия) (ежедневно)
 - ✓ упражнения для развития мелкой моторики,
 - ✓ имитационные упражнения,
 - ✓ общеразвивающие упражнения.
4. Подвижные игры и физические упражнения (ежедневно)
 - ✓ подвижные игры,
 - ✓ спортивные упражнения,
 - ✓ двигательное задание с использованием полосы препятствий,
 - ✓ упражнения в основных видах движений,
 - ✓ элементы спортивных игр,
5. Индивидуальная работа с детьми по развитию движений (ежедневно)
 - ✓ дифференцированные игры, подобранные с учетом двигательной активности ребенка,

- ✓ упражнения на формирование осанки и стопы,
- ✓ двигательное задание по усмотрению воспитателя.

6. Гимнастика после дневного сна в разных формах (ежедневно)

- ✓ разминка в постели,
- ✓ игровые упражнения,
- ✓ сюжетно-игровая гимнастика,
- ✓ ходьба по массажным дорожкам,
- ✓ полоса препятствий.

7. Самостоятельная творческая деятельность детей на воздухе (ежедневно) под руководством воспитателя

8. День здоровья – 2 раза в год

- ✓ подвижные игры и физические упражнения,
- ✓ взаимодействие с родителями.

9. Занятия по физической культуре

- ✓ традиционное игровое,
- ✓ сюжетно-игровое,
- ✓ тренировочное,
- ✓ по интересам детей,
- ✓ комплексное,
- ✓ контрольно-проверочное,
- ✓ тематическое.