

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ -
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №8 СТ. СТАРОВЕЛИЧКОВСКОЙ

Краснодарский край, Калининский район, ст. Старовеличковская, ул. Набережная 5

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ СМОТР – КОНКУРС «Будь здоров!»



НОМИНАЦИЯ: *«Деятельность дошкольного образовательного учреждения по развитию у детей дошкольного возраста культуры здорового образа жизни и интереса к спортивным играм и спорту и оформлению РППС»*

ст. Старовеличковская, 2023г.

«Здоровый ребёнок – успешный ребёнок»

В настоящее время проблемы оздоровления и подготовки детей к школе стали особенно актуальными в связи с устойчивой тенденцией к ухудшению здоровья дошкольников, поэтому потребность в формировании у детей здорового образа жизни возросла и требует поиска новых технологий в образовании и физическом развитии детей дошкольного возраста.

В соответствии с Федеральной образовательной программой дошкольного образования одной из приоритетных задач является сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Здоровьесберегающий характер образовательной деятельности способствует формированию у дошкольников элементарных представлений о своем организме и принятию ребенком ценности здорового образа жизни.

Успешное формирование основ здорового образа жизни у дошкольников во многом зависит от целенаправленной систематической физкультурно-оздоровительной деятельности в дошкольной образовательной организации, создания условий для осуществления педагогического процесса, согласованного взаимодействия педагогов и родителей детей.

В нашем дошкольном образовательном учреждении всегда большое внимание уделялось физкультурно-оздоровительной работе. Использовались известные оздоровительные методики и технологии, адаптированные к возрастным особенностям детей.

Но время не стоит на месте, и перед педагогами встал вопрос: «Как повысить интерес к физкультурным занятиям у современного ребенка?»

Проанализировав работу по данному направлению, мы пришли к выводу о необходимости внедрения в работу новейших методов и технологий.

В связи с этим, в нашем ДОУ сложилась определенная система оздоровительной работы по формированию физически здоровой личности ребенка, которая представлена в виде формулы:



Цели и задачи реализации системы физкультурно-оздоровительной работы.

Исходя из данной формулы была сформулирована цель:

Цель работы

Рациональное применение инновационных технологий, направленных на укрепление здоровья, снижения заболеваемости и формирование начал здорового образа жизни у дошкольников при активной поддержке родителей.



Для достижения данной цели перед коллективом были поставлены следующие задачи:

Организовать систему работы, направленную на укрепление здоровья детей, снижение заболеваемости воспитанников.

Обеспечить вариативность и разнообразие содержания образовательной программы ДОУ по физическому развитию воспитанников, с учётом их образовательных потребностей, способностей, состояния здоровья, интересов и мотивов.

Создать развивающую образовательную среду, направленную на поддержку развития детской инициативы, творческих способностей воспитанников, открывающих возможности для его позитивной социализации и личностного развития.

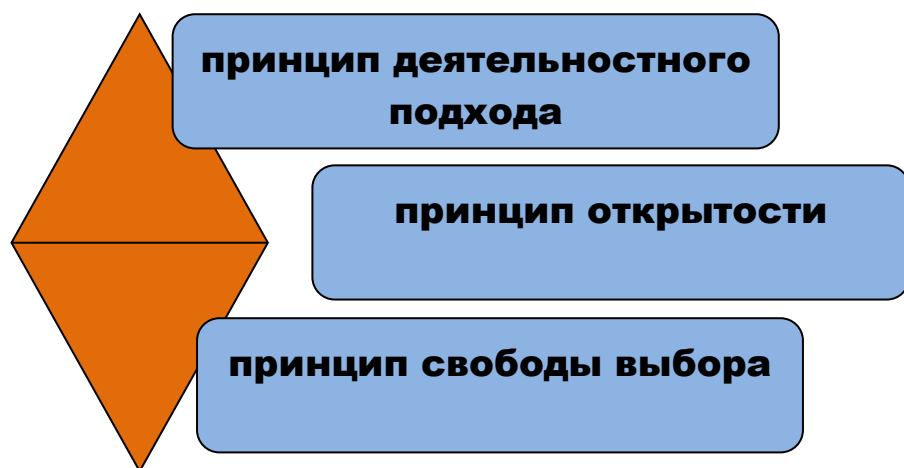
Совершенствовать двигательную деятельность в процессе индивидуального физического развития ребенка на основе формирования у воспитанников потребности в движениях, с учётом психофизиологических особенностей, природных двигательных задатков и желаний детей.

Обеспечить условия для формирования у воспитанников устойчивого интереса к занятиям двигательного характера.

Содействовать становлению в семьях воспитанников ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами.

Распространить положительный опыт семей, ведущих здоровый образ жизни, среди родителей и воспитанников ДОУ.

Принципы образовательной работы:



Выполнение программных требований предусматривает учет возрастных и индивидуальных особенностей детей, состояния их здоровья, физического развития и физической подготовленности.

В системе физического воспитания в детском саду используются следующие организованные формы работы двигательной деятельности детей:

- физкультурные занятия;
- утренняя гимнастика;
- физкультурные минутки;
- динамические паузы;
- подвижные игры и физические упражнения на прогулке;
- спортивные упражнения;
- досуги физкультурной направленности.
- спортивные праздники.

В учреждении созданы оптимальные условия для охраны и укрепления здоровья детей, их физического и психического развития:

- полноценное питание (завтрак, обед, полдник) осуществляется в соответствии с нормативными документами;
- оздоровительная работа с детьми (закаливание, воздушные ванны, босохождение по массажным дорожкам);
- комплексная диагностика по физическому развитию детей.

Высокий показатель физического развития обусловлен созданием в МБДОУ:
- оптимальных условий и удовлетворительной материальной базы для физического совершенствования. В каждой группе имеются атрибуты и игрушки для подвижных игр и двигательной активности детей на прогулке. Развивающая среда, организованная в детском саду, способствует эмоциональному благополучию ребенка, создает у него чувство уверенности в себе и защищенности; - сотрудничество с родителями по проведению физкультурно-оздоровительной работы с детьми (пропаганда здорового образа жизни через открытые мероприятия по физической культуре, совместные спортивные праздники, индивидуальную работу с семьей и т. д.)

В ДОУ созданы условия для реализации задач по развитию у детей навыков, умений и качеств в соответствии с их возрастными возможностями. Имеется физкультурный зал с разнообразным оборудованием для различных видов движений и раздаточный материал для организации общеразвивающих упражнений и подвижных игр, спортивная площадка на улице, на асфальтированной территории ДОУ имеются разметки для бега, прыжков.



Физкультурно-оздоровительная работа осуществляется через различные формы двигательной активности детей: физкультурные занятия, утренняя гимнастика, спортивные и подвижные игры, физкультурные праздники и развлечения, дни здоровья.

Физкультурное занятие является основной формой организованного обучения в ДОУ. С детьми дошкольного возраста проводятся в течение учебного года следующие типы физкультурных занятий:

- Классические занятия (по схеме: вводно-подготовительная часть, основная, заключительная части).
- Игровые занятия (с использованием игр: народные подвижные игры, игры-эстафеты, игры-аттракционы и т.д.).
- Занятия тренировочного типа (ходьба, бег, строевые упражнения, спортивные игры, упражнения в лазании, акробатические элементы, упражнения с мячом и т.д.).
- Сюжетные занятия - комплексные (объединенные определенным сюжетом, спортивное ориентирование, с развитием речи, с викторинами и т.д.).
- Занятия серии "Изучаем свое тело" (беседы о своем теле, обучение самомассажу, привитие элементарных навыков по уходу за собой и оказанию первой медицинской помощи).
- Тематические занятия (с одним видом физических упражнений).
- Контрольно-проверочные занятия (выполнение отставания в развитии моторики ребенка и пути их устранения).

Для проведения занятий подбираются физические упражнения, определяю последовательность их выполнения, составляю план-конспект, продумываю методику проведения, готовлю оборудование, размещаю его, слежу за созданием санитарно-гигиенических условий, за одеждой детей.

При организации физкультурного занятия обязательно учитываю:

- строгую регламентацию деятельности детей и дозирование физической нагрузки;

- оптимальную двигательную активность детей;
- чтобы каждое предыдущее занятие было связано с последующим и составляло систему занятий;
- соответствие возрасту и уровню подготовленности детей;
- имеющееся оборудование и музыкальное сопровождение.



Утренняя гимнастика является одним из важных компонентов двигательного режима, ее организация должна быть направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей. Ежедневное выполнение физических упражнений способствует проявлению определенных волевых усилий, вырабатывая полезную привычку у детей начинать день с утренней гимнастики. Ее назначение и методика проведения общеизвестны. Утренняя гимнастика проводится ежедневно до завтрака в течение 5-12 минут (в зависимости от возрастной группы) на воздухе или в помещении (в зависимости от погодных условий).

При составлении комплексов утренней гимнастики в течение года учитывается вариативность содержания. Наряду с традиционной утренней гимнастикой используются разные ее типы и варианты как в содержательном плане, так и в методике проведения:

- Утренняя гимнастика игрового характера, когда включаются 1-2 подвижные игры или 5-7 игровых упражнений имитационного характера, а также разной степени интенсивности, которые выполняются как комплекс упражнений общеразвивающего воздействия.
- Комплекс музыкально-ритмических упражнений (состоящий из разминки, 5-6 основных развивающих упражнений в танцевальных движениях.)



Широко применяется в течение года с детьми такая форма, как **физкультурный досуг**, так как он повышает интерес к занятиям, оказывает благотворное воздействие на организм ребёнка, закрепляет двигательные умения и навыки, развивают двигательные качества (быстроту, ловкость), способствует воспитанию чувства коллективизма, дружбы, развивает выдержку, внимание, смелость, упорство, организованность. Он включает в свое содержание уже знакомые детям подвижные игры, эстафеты, задания, разнообразные движения.

При проведении досуга ставятся следующие задачи:

- развитие у детей умение творчески применять свой двигательный опыт в условиях эмоционального общения со сверстниками,
- формирование умения проявлять инициативу в разнообразных видах деятельности.



Гимнастика пробуждения после дневного сна оказывает на детей колоссальное положительное физическое, психическое и эмоциональное воздействие. Выполняя комплекс упражнений на кровати, дети постепенно переходят из фазы расслабления в фазу напряжения, что соответствует естественной биологической последовательности развития человека. Основная цель гимнастики после дневного сна- поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений. Сохранить и закрепить здоровье детей. Укреплять опорно двигательный аппарат. Совершенствовать и развивать координацию движения, укрепить иммунитет. Повысить жизненный тонус. Тренировать терморегуляционный аппарат. Учить детей дышать через нос. Упражнять в плавном свободном выдохе. Воспитывать привычку здорового образа жизни. Формировать умения выполнять движения по заказу взрослого.



Эффективным средством профилактики плоскостопия является «Дорожка здоровья», она особенно любима детьми. «Дорожка здоровья» в детском саду предназначена для разнообразного воздействия на детские стопы. Как известно, на них располагается огромное количество активных точек, стимуляция которых позволяет положительно влиять на прохождение разных процессов внутри организма, а также на работу органов и систем. Соответственно, оздоровительные массажи этой части тела оптимизируют процессы кровообращения и внутренний обмен веществ, также такое воздействие помогает улучшить иммунитет и активизировать защитные силы организма, оно снимает и усталость, возникшую после физических либо умственных нагрузок, и способствует восстановлению работоспособности.

Регулярное массажное воздействие на стопы помогает ежедневно и совершенно без труда, улучшать здоровье ребенка. И дорожка здоровья позволяет сделать этот процесс не только полезным, но и весьма увлекательным.



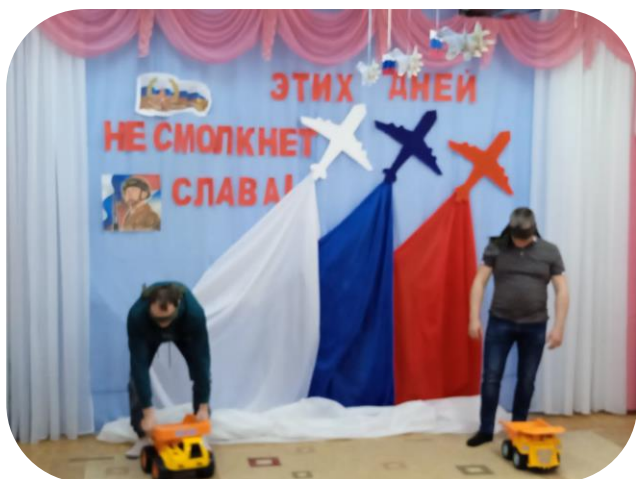
На территории ДОУ имеется **спортивная площадка**, способствующая полноценному физическому развитию, укреплению здоровья ребенка и содействию всестороннему развитию его личности. Физкультурная площадка-это компонент участка детского сада, предназначенный для проведения с детьми утренней гимнастики, физкультурных занятий, подвижных и спортивных игр, спортивных праздников и развлечений. Оборудование установлено по краям площадки. В центре размещена площадка с травяным покрытием для проведения подвижных игр. Вокруг беговая дорожка.



Детско-родительская инициатива.

Ни одна, даже самая эффективная физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ, не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется во взаимодействии с семьёй.

Эту работу строим на принципах добровольности, партнерства, компетентности, современности, единства системности и последовательности, преемственности и индивидуального подхода к каждому ребенку и к каждой семье.





УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ К ЗОЖ

СОЗДАНИЕ ВОКРУГ РЕБЕНКА (ДОМА, ДОУ) ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ, НАПОЛНЕННОЙ ТЕРМИНАМИ, СИМВОЛАМИ, АТРИБУТАМИ, ТРАДИЦИЯМИ ЗОЖ



НАЛИЧИЕ В БЛИЖАЙШЕМ ОКРУЖЕНИИ ДОШКОЛЬНИКА ЛЮДЕЙ, КОТОРЫЕ ВЕДУТ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

СОЗДАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ФОНА НА ЗАНЯТИЯХ В ДОУ



ФОРМИРОВАНИЕ АКТИВНОЙ ПОЗИЦИИ РЕБЕНКА В ОСВОЕНИИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ, КОТОРЫЕ НОСЯТ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИЙ ХАРАКТЕР

УЧЕТ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ И ТИПОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ДЕТЕЙ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

365 дней оптимизма и положительных эмоций



Практика показывает, что дети дошкольного возраста с большим удовольствием занимаются физкультурой и началами различных видов спорта. Таким образом, все средства, методы и приемы, используемые в ДОУ, позволяют нам постепенно приобщить детей к здоровому образу жизни. В результате проделанной работы хочется отметить, что у детей возрос интерес к спортивным играм и упражнениям, они меньше болеют, многие воспитанники нашего детского сада стали посещать спортивные секции гимнастики, борьбы, футбола. Может наши дети и не станут выдающимися спортсменами, но мы надеемся, что занимаясь физической культурой, они обретут крепкое здоровье и высокую работоспособность, что позволит им хорошо учиться и добиваться успехов в любом деле.

Результатом этой большой работы стали высокие показатели уровня физической подготовленности детей, особенно в подготовительных к школе группах, формирование начал здорового образа жизни у дошкольников при активной поддержке родителей.

Подводя итог нашей работе, мы можем утверждать, что создание насыщенной предметно-развивающей среды и использование инновационных технологий способствуют тому, что ребёнок растёт здоровым, а родительская инициатива и 365 дней оптимизма и положительных эмоций делают ребёнка счастливым!

**Здоровый
счастливый
дошкольник**

