



«Здоровьесберегающие ТЕХНОЛОГИИ»

*МКДОУ д/с №4 «Красная шапочка»
инструктор по физической культуре*

А.Г. Платова

2017 г.

г.Козельск

Актуальность

Уровень социализации личности дошкольника во многом зависит от полноценного физического воспитания. По мнению академика Н.М. Амосова, ребёнок конца XX - начала XXI веков сталкиваются с тремя основными пороками цивилизации: накоплением отрицательных эмоций без физической разрядки, перееданием, гиподинамией.

Исходя из принципа «здоровый ребёнок – успешный ребёнок», считаем невозможным решение проблемы воспитания социально адаптированной личности без осуществления системы мероприятий по физическому развитию детей. Поэтому в настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений педагогической деятельности выделяется создание здоровьесберегающей среды в условиях МКДОУ.

Цель – сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с учётом их индивидуальных и возрастных особенностей, удовлетворение потребностей растущего организма , повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Задачи:

Создать комфортные условия для физического, психического развития ребёнка;

Реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое развитие детей их нравственное, эстетическое воспитание; формирование культурно – гигиенических и трудовых навыков;

Осуществить педагогическое и санитарное просвещение среди родителей по вопросам воспитания и оздоровления детей.



**Для решения задач физического воспитания я
использую:**

1. Рабочую программу инструктора по физической культуре, составленной по образовательной программе дошкольного образования МКДОУ д/с №4 «Красная шапочка» на 2017 – 2018 учебный год.

**2. Программу
по внедрению элементов художественной гимнастики
в рабочую программу инструктора по физической культуре, составленной по образовательной программе дошкольного образования МКДОУ д/с №4 «Красная шапочка» на 2017 – 2018 учебный год.**

Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребностей в движении в МКДОУ создана развивающая предметно – пространственная среда:
- спортивно - музыкальный зал



Спортплощадка с беговой дорожкой.



**Ежедневно во всех возрастных группах реализуется несколько форм физкультурно - оздоровительной деятельности:
использую различные формы утренней гимнастики на воздухе и в зале.**





**В своей работе я использую различные
виды занятий на воздухе и в зале:**





Занятия по традиционной схеме: вводно-подготовительная часть, основная часть (общеразвивающие упражнения, основные виды движения, подвижные), заключительная часть (малоподвижные игры).





Сюжетная и образно – игровая форма.





В форме круговой тренировки





Занятия- соревнования: в ходе различных эстафет, где выявляют победителей.







Сюжетно-игровые занятия, состоящие из подвижных игр разной степени интенсивности.



Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в МКДОУ во многом зависит от взаимодействия руководителя физического воспитания с медицинским персоналом, музыкальным руководителем, с воспитателями. Предварительно составляется план совместной деятельности



Взаимодействие с воспитателями во время НОД.



Внедрение элементов художественной гимнастики: упражнения на осанку, функцию равновесия, - развитие гибкости и укрепление опорно-двигательного аппарата.





**В систему оздоровительной работы нашего сада
включены следующие мероприятия:
контрастные водные процедуры;
профилактический массаж ног.**





Упражнения по профилактике плоскостопия





Упражнения на формирование правильной осанки и равновесия.



Дыхательная гимнастика.



Дыхательная гимнастика.



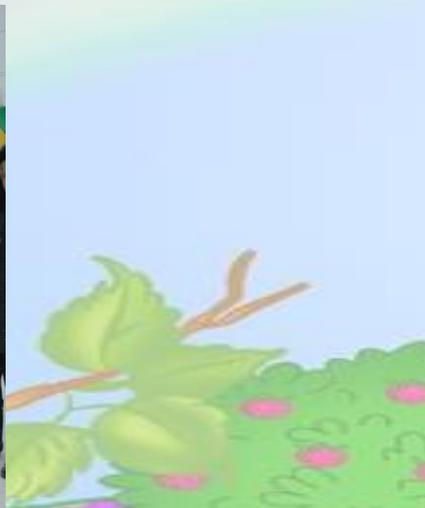
Релаксация



Оздоровительный бег



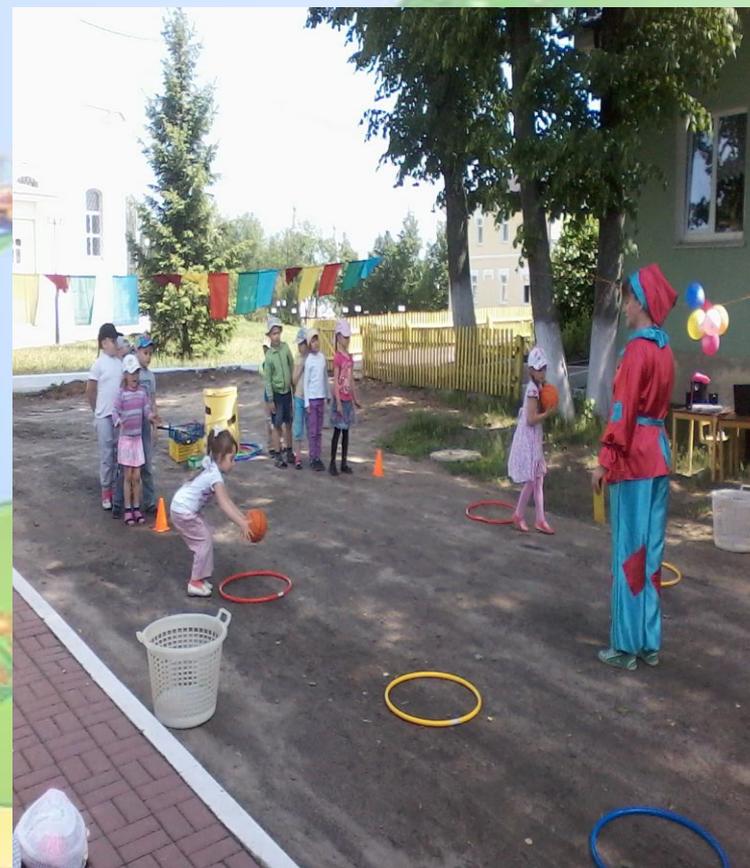
Спортивные праздники и развлечения. « Зимние забавы »







« День защиты детей »





Для осуществления системного оздоровления детей предлагаю воспитателям комплексы бодрящей гимнастики, физкультминуток для организации игр между непрерывно-образовательной деятельностью, оборудование в спортивную мастерскую для организации самостоятельной деятельности детей в группе и на прогулке.





Проблемы физического воспитания детей решаются в тесном контакте с семьёй.

Для этого используются следующие методы взаимодействия:

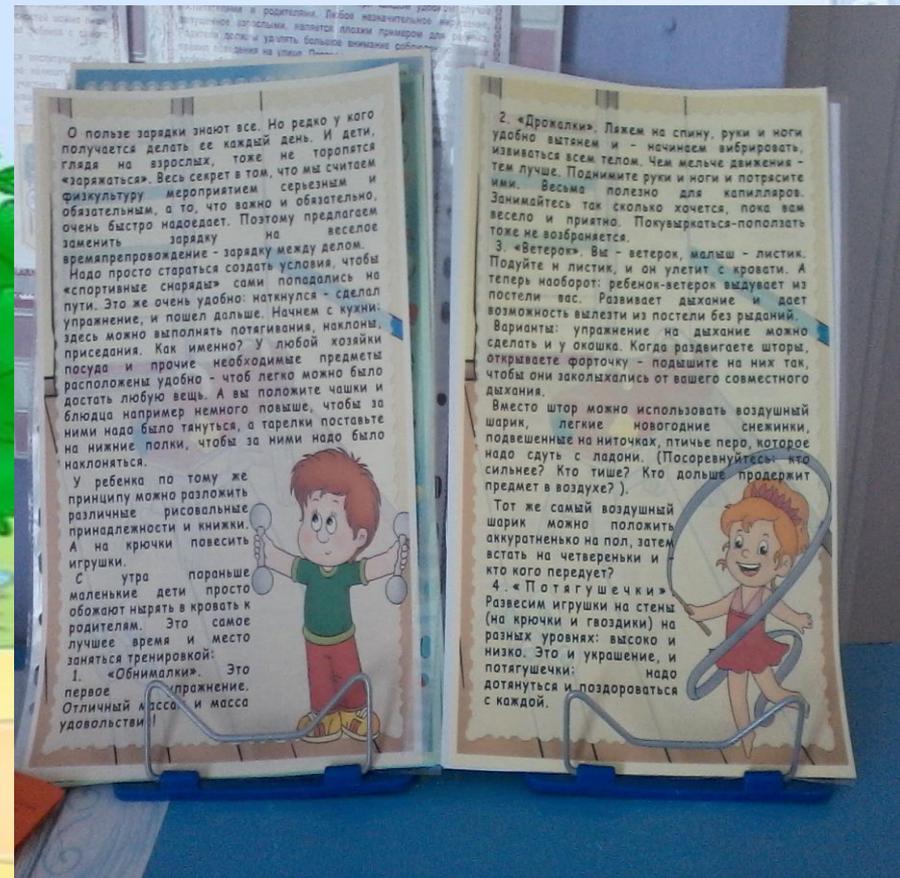
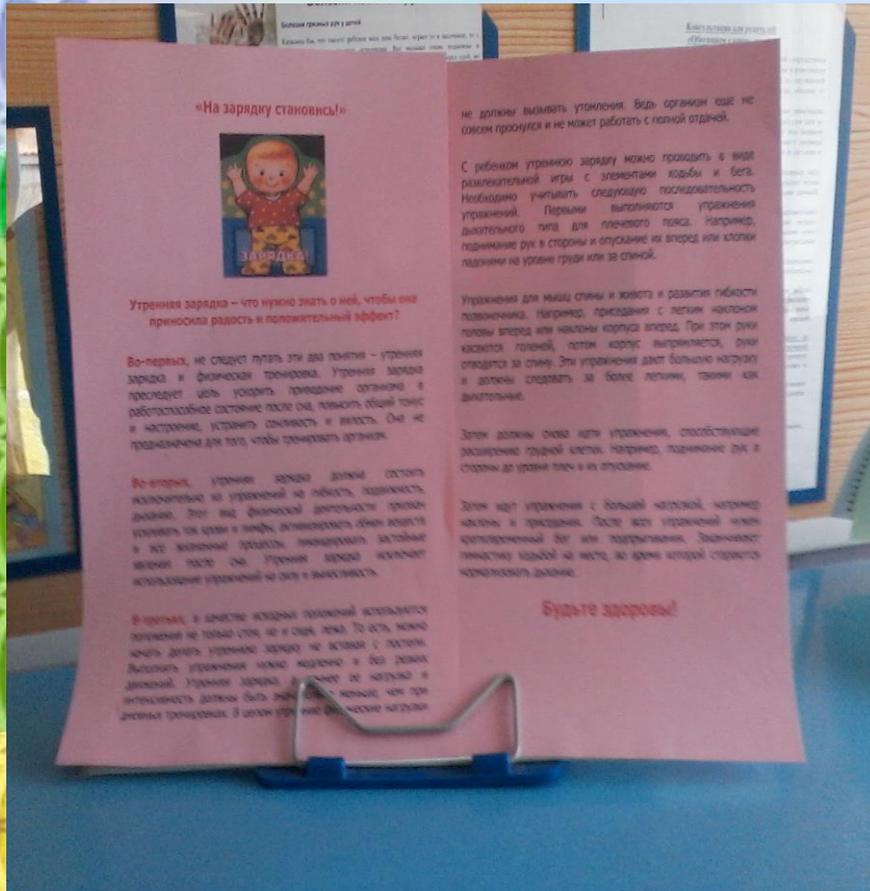
Наблюдение, анкетирование (с целью изучения потребностей родителей по вопросам физического воспитания детей), индивидуальная беседа, консультация (на родительских собраниях и в форме выпуска газеты по приобщению детей и родителей к здоровому образу жизни).



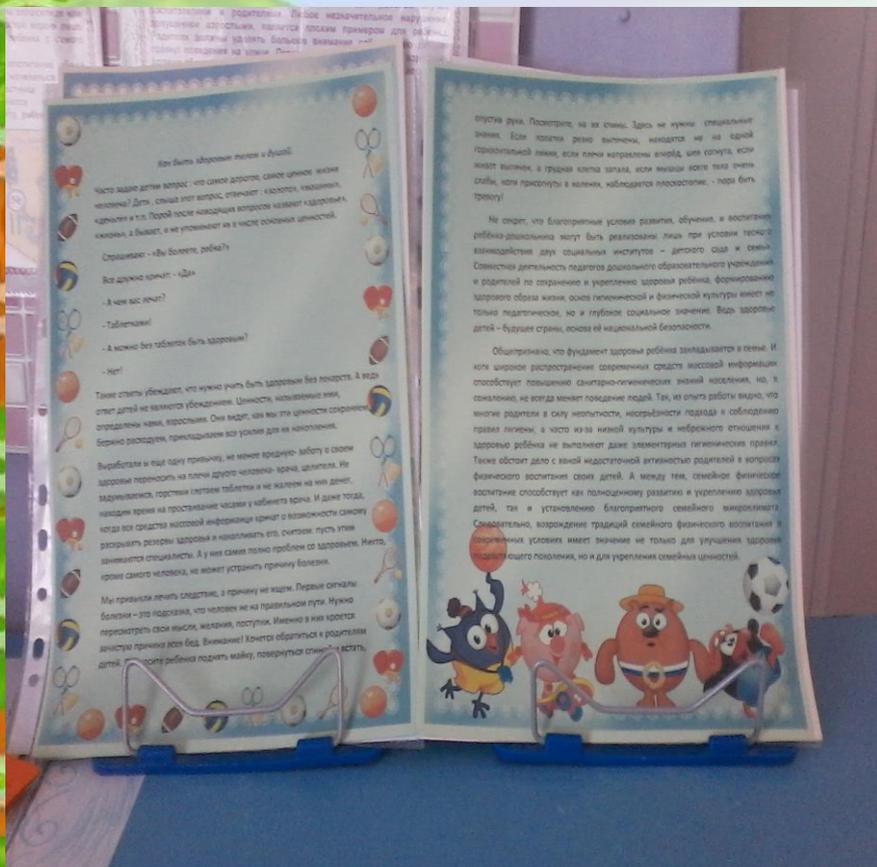
Совместные спортивные праздники и развлечения



Статьи в родительских уголках



Папки раскладушки



Данная физкультурно- оздоровительная работа помогает мне решать следующие задачи:

- . Обеспечение необходимой двигательной активности детей на протяжении всего дня, рационального распределения интеллектуальной и физической нагрузки детей.**
 - . Увеличение моторной плотности, преобладание мотива эмоциональной привлекательности выполнения задания.**
 - . Развитие способностей детей перевоплощаться в того или иного персонажа.**
- Развитие самостоятельности в решении двигательных задач и формирование способности к созданию комбинаций движений и вариантов упражнений .**

Результатом данной деятельности является - личность выпускника, которая отличается следующими качествами: дети активны, выносливы, сильны, ловки .

Таким образом ,осуществляя физкультурно-оздоровительную работу в МКДОУ д/№4 «Красная шапочка» нам удаётся способствовать физическому и психическому развитию детей , воспитывать у них потребность в оздоровлении своего организма, стремление быть здоровыми , бодрыми, жизнерадостными, активными, умеющими самостоятельно и творчески решать разнообразные задачи.



**Благодарим за
внимание.**

