



Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение центр развития ребенка –
«Детский сад №199»

Организация физкультурно-оздоровительной деятельности в группе «Россияночка»

г.Барнаул
2023



Воспитатели: Куколенко С.В., Латарцева О.Н.



Согласно ФЕДЕРАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

основными задачами образовательной деятельности в области физического развития для детей **3 лет до 4 лет** являются:

- обогащать двигательный опыт детей, используя упражнения основной гимнастики (строевые упражнения, основные движения, общеразвивающие, в том числе музыкально-ритмические упражнения), спортивные упражнения, подвижные игры, помогая согласовывать свои действия с действиями других детей, соблюдать правила в игре;
- развивать психофизические качества, ориентировку в пространстве, координацию, равновесие, способность быстро реагировать на сигнал;
- формировать интерес и положительное отношение к занятиям физической культурой и активному отдыху, воспитывать самостоятельность;
- укреплять здоровье детей средствами физического воспитания, создавать условия для формирования правильной осанки, способствовать усвоению правил безопасного поведения в двигательной деятельности;
- закреплять культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания, формируя полезные привычки, приобщая к здоровому образу жизни.



Модель ежедневной физкультурно-оздоровительной



Физкультурные занятия:

Физическая культура в детском саду – это важная составляющая общего развития ребенка в детском учреждении. Каждый родитель хочет видеть своего ребенка здоровым, активным и жизнерадостным. Чтобы ребенок всегда был таким, основы нужно заложить с самого раннего детства. Именно поэтому в детском саду большое внимание уделяется развитию мышц детей, их ловкости, силы и выносливости.



Физкультурные занятия:



Физкультурные занятия на прогулке:



Утренняя гимнастика

*Мы зарядкой заниматься
Начинаем по утрам.
Пусть болезни нас боятся,
Пусть они не ходят к нам.*



Утренняя гимнастика - важная составная часть физического воспитания. Занятия гимнастикой совершенствуют волевые, эстетические и многие физические качества, в том числе способность ребенка согласовывать действия различных звеньев своего двигательного аппарата.



Утренняя гимнастика



Гимнастика после дневного сна

*Вы проснулись? Улыбнулись.
Чтоб совсем проснуться
Нужно потянуться.
Потянулись, потянулись
А теперь прогнулись.
Повернулись все на спинку
Дружно сделали корзинку.
Сели на кроватке
Кулачком потрите пятки.
А теперь тихонько встанем
И на месте зашагаем.*



Основная цель гимнастики после дневного сна- поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью физических упражнений.



**Гимнастика после сна и ходьба
по массажным дорожкам**



Прогулки на свежем воздухе

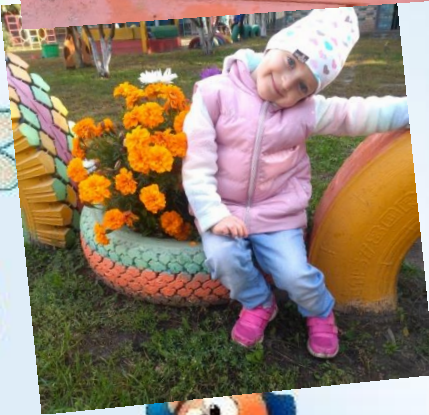
*Свежий воздух малышам
Нужен и полезен!
Очень весело гулять нам!
И никаких болезней!...*



Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития дошкольника. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.



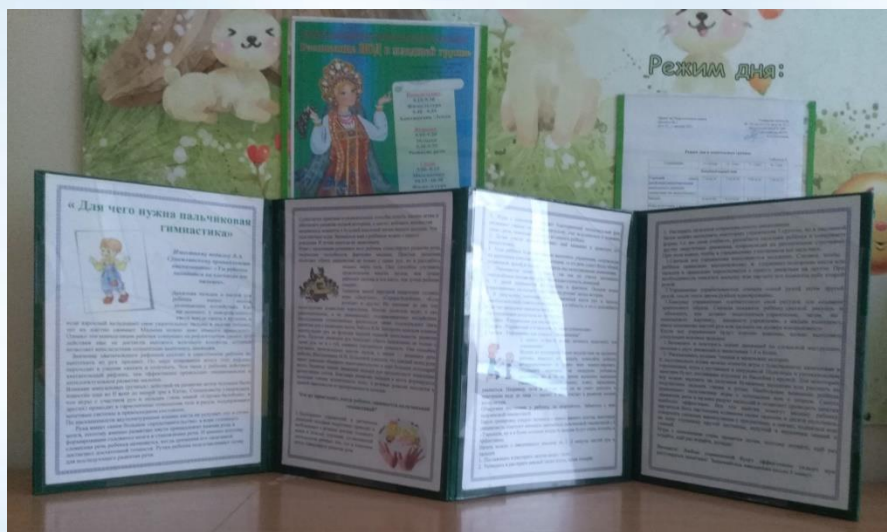
Прогулки на свежем воздухе



Центр физического развития



Консультации для родителей



Пальчиковая гимнастика.

*У девочек и мальчиков
На руке пять пальчиков:
Палец большой - парень с душой,
Палец указательный - господин
влиятельный,
Палец средний - тоже не последний.
Палец безымянный - с колечком ходит
чванный,
Пятый - мизинец, принёс вам гостинец.*



Направленность воздействия упражнений на восстановление работоспособности кистей и пальцев рук; на расслабление мышц. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.



**Проведение открытого мероприятия
совместно с родителями.
Функциональная гимнастика (пальчиковая).**



«Урок гигиены полости рта»
от АРО ВОД «Волонтёры-медики»



«Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».



В. Сухомлинский

Систематические занятия физической культурой и спортом способствуют сохранению психического, физического, социального здоровья детей



Вывод:

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Это объясняется тем, что к ним предъявляются весьма высокие требования, соответствовать которым могут только здоровые дети.

Важнейшим условием воспитания здорового ребенка является двигательная активность, которая оказывает благоприятное воздействие на формирующийся организм.

Для того, чтобы добиться положительных результатов в деле здоровьесбережения детей нужен комплексный подход к организации физкультурно-оздоровительной деятельности как в ДОУ, так и в семье.



Спасибо за внимание!

