Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 15»

структурное подразделение «Детский сад»

проспект Юбилейный, 53

«Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ДОУ»

Шиврина Елена Владимировна, воспитатель

Юдина Наталия Сергеевна, воспитатель

Соликамск, 2020

Одна из основных задач деятельности дошкольного учреждения – охрана и укрепление здоровья детей, всестороннее физическое развитие и закаливание организма. В нашем учреждении создана система физкультурно-оздоровительной работы. С этой целью созданы условия, которые отвечают медицинским, санитарным и учебно-воспитательным требованиям по сохранению и укреплению здоровья детей. В работе используются различные формы физкультурно-оздоровительной работы с учетом уровня развития и состояния здоровья воспитанников.

При проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий в основе лежат следующие задачи:

* сохранение физического и психического здоровья;
* освоение основных двигательных действий;
* подготовка к физическому воспитанию в школе;
* профилактика заболеваний.

Успешное решение данных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания. Мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности, являющиеся неотъемлемой частью педагогической деятельности можно классифицировать следующим образом:

* утренняя гимнастика;
* физкультурное занятие;
* гимнастика после дневного сна;
* физкультминутка;
* динамическая пауза;
* подвижные игры и упражнения на прогулке;
* игры малой подвижности;
* закаливающие мероприятия.

Мероприятия физкультурно-оздоровительного характера организуются в соответствии с планом, содержащим основные подходы к их организации, который действует в течение учебного года и включает основные виды деятельности в рамках образовательной области «Физическое развитие», что является важным условием сохранения здоровья воспитанников.

План физкультурно-оздоровительных мероприятий на учебный год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Используемые технологии** | **Проводимые мероприятия** | **Возраст детей** | **Периодичность выполнения** |
| Оптимальный двигательный режим | Утренняя гимнастика | 3-7 лет | ежедневно |
| Физкультурно-оздоровительные занятия (в зале, на прогулке) | 1-7 лет | 1-2 года – 2 раза в неделю  2-3 года – 2 раза в неделю  3-4 года – 3 раза в неделю  4-5 лет – 3 раза в неделю  5-6 лет – 3 раза в неделю  6-7 лет – 3 раза в неделю |
| Подвижные игры и развлечения (образовательная деятельность, реализуемая в различных видах детской деятельности) | 2-7 лет | 1 раз в неделю |
| Динамические игры | 2-7 лет | ежедневно |
| Спортивные игры | 2-7 лет | ежедневно |
| Активный отдых | Спортивные развлечения, тематические праздники, физкультурные досуги. | 2-7 лет | физкультурный досуг – 1 раз в месяц;  тематические праздники – 2 раза в год. |
| Нетрадиционные виды гимнастик | Гимнастика после дневного сна (комплексы игровых упражнений) | 2-7 лет | ежедневно |
| Дыхательная гимнастика | 2-7 лет | 2-3 раза в день |
| Пальчиковая гимнастика (комплексы упражнений для развития мелкой моторики рук) | 2-7 лет | 3-4 раза в день |
| Гимнастика для глаз | 2-7 лет | в ходе проведения занятий и самостоятельной деятельности |
| Закаливание с учетом состояния здоровья ребенка | Обширное умывание (умывание лица, шеи, рук до локтей) | 2-7 лет | ежедневно после дневного сна |
| Игры с водой | 2-7 лет | во время прогулок, во время занятий |
| Контрастное обливание ног | 2-7 лет | после прогулки или после сна |
| Хождение босиком по «дорожке здоровья» | 3-7 лет | после сна, 3-4 раза в день |
| Игровой массаж «9 волшебных точек» | 3-7 лет | в самостоятельной деятельности |
| Пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления | Эколого-валеологические беседы, занятия | 3-7 лет | ежедневно |

При этом важную роль в организации данных мероприятий с воспитанниками играет работа с родителями. ДОУ и семья – две основные социальные структуры, определяющие уровень здоровья ребенка. Их воспитательные функции различны, но для всестороннего развития детей необходима их согласованная работа. Системное вовлечение дошкольников в мероприятия физкультурно-оздоровительного характера осуществляется путем тесного взаимодействия с родителями (законными представителями), которое осуществляется в соответствии с четким планированием.

*Перспективное планирование работы с родителями по организации мероприятий физкультурно-оздоровительной направленности.*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Тема** | **Задачи** |
| Сентябрь | Анкетирование: «Физическая культура и оздоровление» | Выявление уровня знаний родителей по физкультурно-оздоровительному направлению |
| Консультация: «Значение режима дня для здоровья ребенка» | Знакомство родителей с организацией здоровьесберегающей и физкультурно-оздоровительной среды в детском саду |
| Круглый стол: «Закаливание – первый шаг на пути к здоровью» | Включение родителей в решение задач закаливания организма ребенка. |
| Совместная экскурсия в парк: «Играем вместе с ребенком на прогулке» | Доставить радость общения и единения детям и родителям. Повышать интерес детей и родителей к физической культуре. |
| Октябрь | Музыкально-физкультурный праздник: «Веселая ярмарка» | Побуждение родителей к активному образу жизни в условиях взаимодействия ДОУ и семьи. |
| Беседа: «Прогулка для здоровья» | Совместное с родителями приобщение детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье. |
| Консультации: «Утренняя гимнастика», «Ваш ребенок на занятиях по физической культуре» | Знакомство родителей со структурой утренней гимнастики, последовательностью выполнения упражнений, дозировкой и длительностью. |
| Неделя здоровья | Привлечение родителей к участию в организации мероприятий для повышения интереса детей к физической культуре и спорту. |
| Ноябрь | Помощь родителей в изготовлении массажных дорожек «Дорожки здоровья» | Вовлечение родителей в новую полезную для детей и родителей деятельность – изготовление нестандартного физкультурного оборудования |
| Семинар-практикум «Подвижные игры, в которые играют взрослые и дети» | Налаживание эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательно-игровой деятельности |
| Декабрь | Спортивный праздник на воздухе: «Зимние забавы» | Приобщение к здоровому образу жизни в процессе совместной подготовки ДОУ и семьи к мероприятию физкультурно-оздоровительного характера. |
| Консультация: «Игры с обручем» | Знакомство родителей с видами игр с обручем и формами их организации и проведения дома |
| Буклет: «Русские народные традиции» | Знакомство родителей с русскими традиционными играми и формами их организации в выходные дни |
| Январь | Круглый стол: «Какие закаливающие мероприятия приемлемы для вашего ребенка» | Обсуждение с родителями и педиатром щадящих видов закаливания форм работы с детьми по приобщению детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье |
| Неделя зимних игр и развлечений | Установление эмоционально-положительного контакта родителей и детей в процессе совместной двигательно-игровой деятельности |
| Беседа: «Зимние прогулки» | Расширение представлений родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. Пропаганда здорового образа жизни |
| Февраль | Семинар-практикум: «Упражнения для развития правильной осанки» | Практические упражнения с родителями и детьми для развития правильной осанки |
| Рекомендации: «Спортивный уголок дома» | Расширение представлений родителей о формах физкультурно-оздоровительной работы дома. |
| «Организация физкультурно-оздоровительной работы дома» | Знакомство родителей с полезным оборудованием для сохранения и укрепления здоровья детей |
| Консультация «Мой веселый, звонкий мяч» | Рассмотрение эффективности физических упражнений с мячами для развития мелкой мускулатуры рук |
| Март | Праздник «Нам не страшны преграды, если мама рядом» | Содействие возникновению у родителей и детей чувства радости, удовольствия от совместной двигательно-игровой деятельности |
| Консультация «Как формировать у ребенка интерес к ЗОЖ» | Знакомство родителей с формами работы с детьми по приобщению детей к здоровому образу жизни, к заботе о собственном здоровье. |
| Апрель | Опрос: «Движение и здоровье» | Совместное обсуждение с родителями вопросов, каким движениям ребенок отдает предпочтение для дальнейшего выстраивания образовательной траектории с детским коллективом |
| Консультация «Влияние спортивных привычек в семье на здоровье ребенка» | Знакомство родителей с формами работы с детьми по формированию здоровых привычек |
| Май | Музыкально-спортивный праздник «День Победы» | Осуществление педагогического общения детей и родителей, развитие двигательной активности в процессе нравственно-патриотического воспитания. |
| Рекомендации по приобретению спортивного инвентаря в домашний уголок | Знакомство родителей с физкультурным оборудованием для проведения занятий физическими упражнениями в домашних условиях |
| Общее родительское собрание  «Наши достижения» | Подведение итогов физкультурно-оздоровительной работы. Составление плана работы на следующий год |

Исходя из всего вышеизложенного, можно утверждать, что физкультурно-оздоровительная работа является базовой частью совместной деятельности со всеми участниками образовательных отношений (с детьми, с родителями, с педагогами). Четкое планирование позволяет осуществлять системный охват воспитанников мероприятиями физкультурно-оздоровительного характера, а взаимодействие с семьей повышает эффективность их проведения.