



**Инновационные формы
организации физкультурно-
оздоровительной работы с
детьми дошкольного
возраста в летний период в
разновозрастных группах**

**МБДОУ детский сад №23
ст. Старолеушковской**

«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



Основные задачи:

- ❖ воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- ❖ развитие физических качеств в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка;
- ❖ создание условий для реализации потребности в двигательной активности в повседневной жизни;
- ❖ выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через спортивно-оздоровительную активность;
- ❖ приобщение детей к традициям большого спорта.





Основные направления организации физкультурно- оздоровительной работы с детьми в летний период:

1. Формирование здоровьесберегающей среды;
2. Внедрение инновационных оздоровительно-профилактических технологий;
3. Взаимодействие детского сада и семьи, как необходимых условий полноценного развития ребенка.



Модель ежедневной системы работы по физическому воспитанию





Утренняя гимнастика

Является одним из важных компонентов двигательного режима, ее организация должна быть направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей.



Физкультурные занятия:





Физкультурные минутки:

физические упражнения на крупные группы мышц, элементы массажа, дыхательной гимнастики, упражнения для глаз, пальцев рук, плечевого пояса и др.



Игровой самомассаж и дыхательная гимнастика





Пальчиковая гимнастика

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.





Релаксация

Это глубокое мышечное расслабление, сопровождающееся снятием психического напряжения.



Занятия по валеологии

На занятиях по валеологии дети расширяют свои представления о своем организме, о здоровье, о ситуациях опасных для здоровья и жизни, приобретают навыки личной гигиены, речевого общения, культуры досуга. Ребенок учится относиться к другим как к самому себе.



Прогулки, подвижные игры:

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.





Игры с песком и водой

положительно влияют на эмоциональный настрой ребенка.



Оздоровительная ходьба на прогулке

Дает комплексный положительный эффект:
укрепляется позвоночник, улучшается осанка и координация движений, повышается выносливость.



Умывание водой комнатной температуры



После прогулки обязателен душ комнатной температуры или обильное умывание лица, шеи, рук с последующим растиранием полотенцем.

Здоровое питание.





Гимнастика после дневного сна, профилактика плоскостопия:

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





Трудотерапия:

Это не только мышечная нагрузка, но и удовлетворение от полученного результата



Вывод:

Мы убеждены в эффективности нашего оздоровительного подхода к работе с детьми в разновозрастных дошкольных группах в летний период.

Мотивы, побуждающие ребёнка к оздоровительной деятельности постепенно перерастут в жажду знаний, потребность к самопознанию.

А своевременно сформированный навык станет залогом здоровья, гарантированным результатом оздоровления.



ЕСЛИ ЧТО - ЗАХОДИ!

Конец



Десять золотых правил здоровьесбережения:

- Соблюдайте режим дня! Сон- лучший отдых!
- Обращайте больше внимания на питание!
- Больше двигайтесь!
- Спите в прохладной комнате!
- Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
- Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
- Гоните прочь уныние и хандру!
- Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
- Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
- Желайте себе и окружающим только добра!