

«ФИЗКУЛЬТУРА ПОМОГАЕТ СИЛЬНЫМ БЫТЬ И СМЕЛЫМ»

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения постоянно находится в центре внимания Российской Федерации. Очень важной, составной частью гармонической личности является физическое совершенство: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств должно начинаться с детства.

В СП – детский сад «Сказка» ГБОУ СОШ №3 г. Нефтегорска ведётся большая работа по физическому развитию дошкольников.

Цель работы: формирование гармоничного физического развития, основ здорового образа жизни, интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой и спорту.

Основными задачами СП – детский сад «Сказка» по физическому развитию дошкольников являются:

- Охрана и укрепление здоровья детей;
- Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
- Создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
- Воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- Обеспечение физического и психического благополучия дошкольников.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического развития: рациональный режим, питание, закаливание (согласно СанПиН) и движение (различные виды гимнастик, развивающие упражнения, спортивные игры, образовательная деятельность).

Физическое развитие включает приобретение опыта в двигательной деятельности, связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма. Также развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, и правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных видов движений, а так же становление у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Физическое развитие способствует формированию начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.

Особое значение в нашем ДООУ в воспитании здорового ребёнка придаётся развитию движений и физической культуре детей во время образовательной деятельности.

Большое внимание уделяется здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

При реализации образовательной области «Физическое развитие», совместно с интеграцией образовательных областей «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально – коммуникативное развитие», «Художественно – эстетическое развитие», в СП - детский сад «Сказка» используются следующие здоровьесберегающие технологии:

- Ритмопластика
- Подвижные и спортивные игры
- Релаксация
- Технология эстетической направленности (оформление зала по тематике)
- Пальчиковая гимнастика
- Гимнастика для глаз
- Дыхательная гимнастика
- Корректирующая гимнастика
- Игровые и сюжетные занятия

- Традиционные занятия
- Занятия, построенные на подвижных играх малой, средней и большой интенсивности.
- Занятия-соревнования
- Занятия – тренировки
- Коммуникативные игры
- Занятия из серии «Здоровье»
- Технология музыкального воздействия

Такие технологии помогают поддерживать интерес к двигательной деятельности, тем самым формируя у детей дошкольного возраста ценности здорового образа жизни и осознанное отношение к своему здоровью.

Коллектив СП – детский сад «Сказка» стремится создать максимально благоприятные условия для укрепления здоровья и гармоничного физического развития каждого ребенка. Медицинская сестра, инструктор по физической культуре, педагоги осуществляют постоянный контроль за состоянием здоровья воспитанников, проводят профилактические оздоровительные мероприятия с детьми.

Воспитательно-образовательная работа ДОО направлена на решение целого комплекса задач физического воспитания. Большое внимание мы уделяем организации разных видов двигательной деятельности: физкультурным занятиям, утренней гимнастике, физкультминуткам, самомассажу, дыхательной и пальчиковой гимнастике, подвижным и спортивным играм, физическим упражнениям на прогулке, физкультурным досугам и праздникам. Основная нагрузка при этом приходится на физкультурные занятия.

Чтобы физкультурные занятия были действительно развивающими, интересными, увлекательными, познавательными, инструктор по физической культуре организует с детьми сюжетные занятия, упражнения и подвижные игры, оборудование подбирается соответственно сюжету. Такие занятия способствуют развитию у детей двигательного творчества, воображения, а также углубляют и закрепляют знания по изучаемой теме. Во время физкультурных занятий в ДОО детском саду используются разнообразные способы организации деятельности детей. Обеспечить высокую моторную плотность занятия в старших и подготовительных к школе группах позволяет круговая тренировка. Для создания бодрого, радостного настроения, развития двигательного творчества, воображения на занятиях используется музыкальное сопровождение (аудиозапись). Инструктор по физической культуре ДОО ведет умелый подбор двигательного материала, методов и приемов руководства для того, чтобы ребенок не просто освоил движение, но и выполнял его с удовольствием, а это способствует приобщению к здоровому образу жизни.

Инструктор по ФК
Будкина М.И.