

Физкультурно-оздоровительная работа с детьми младшего возраста.



Актуальность

Движение — это:

- Врожденная, жизненно необходимая потребность человека;
- Эффективное лечебное средство;
- Познание окружающего мира;
- Важное средство воспитания и общения.

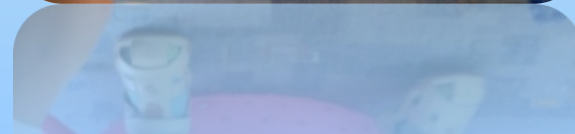


Цель:

Охрана и укрепление здоровья детей.

Задачи:

- Обучение правильной ходьбе.*
- Развитие чувства равновесия.*
- Профилактика плоскостопия.*
- Формирование правильной осанки.*
- Развитие координации движений.*



Структура ФОР

```
graph TD; A([Структура ФОР]) --- B[Утренняя гимнастика]; A --- C[Динамический час]; A --- D[Физкультурные занятия]; A --- E[Физминутки]; A --- F[Плавание]; A --- G[Досуги, праздники, развлечения]; A --- H[Физические упражнения на прогулке]; A --- I[Закаливание]; A --- J[Подвижные игры];
```

Утренняя гимнастика

Физкультурные занятия

Динамический час

Подвижные игры

Физминутки

Закаливание

Плавание

Физические упражнения
на прогулке

Досуги, праздники,
развлечения

Особенности проведения занятий по физической культуре.

- Два занятия в неделю по 10 минут.

- На занятиях присутствует педагог по физической культуре и воспитатель группы.

- В каждое занятие включаются упражнения для всех групп мышц (плечевого пояса, спины, живота, ног).
- Проводится в игровой форме.



- Одно и то же занятие проводится дважды: т.к. ребенок усваивает движение в результате многократного повторения и чувствует себя комфортно в знакомой ему обстановке.

• Их игр используются игровые



*Здоровье детей
нашего детского сада-
есть результат любви
всего коллектива к ним.*

