Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №3 комбинированного вида»
683902, г. Петропавловск-Камчатский, ул. Маршала Блюхера, 37/1 тел.22-94-36, 22-94-37
e-mail: mdou-03@pkgo.ru

Семинар – практикум

«Эффективные формы физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ»

Подготовила и провела:
Груздеева Татьяна Сергеевна
инструктор по физической культуре

г. Петропаловск – Камчатский
2019 год

Ритмопластика
«Паровозик»

ПУНКТ

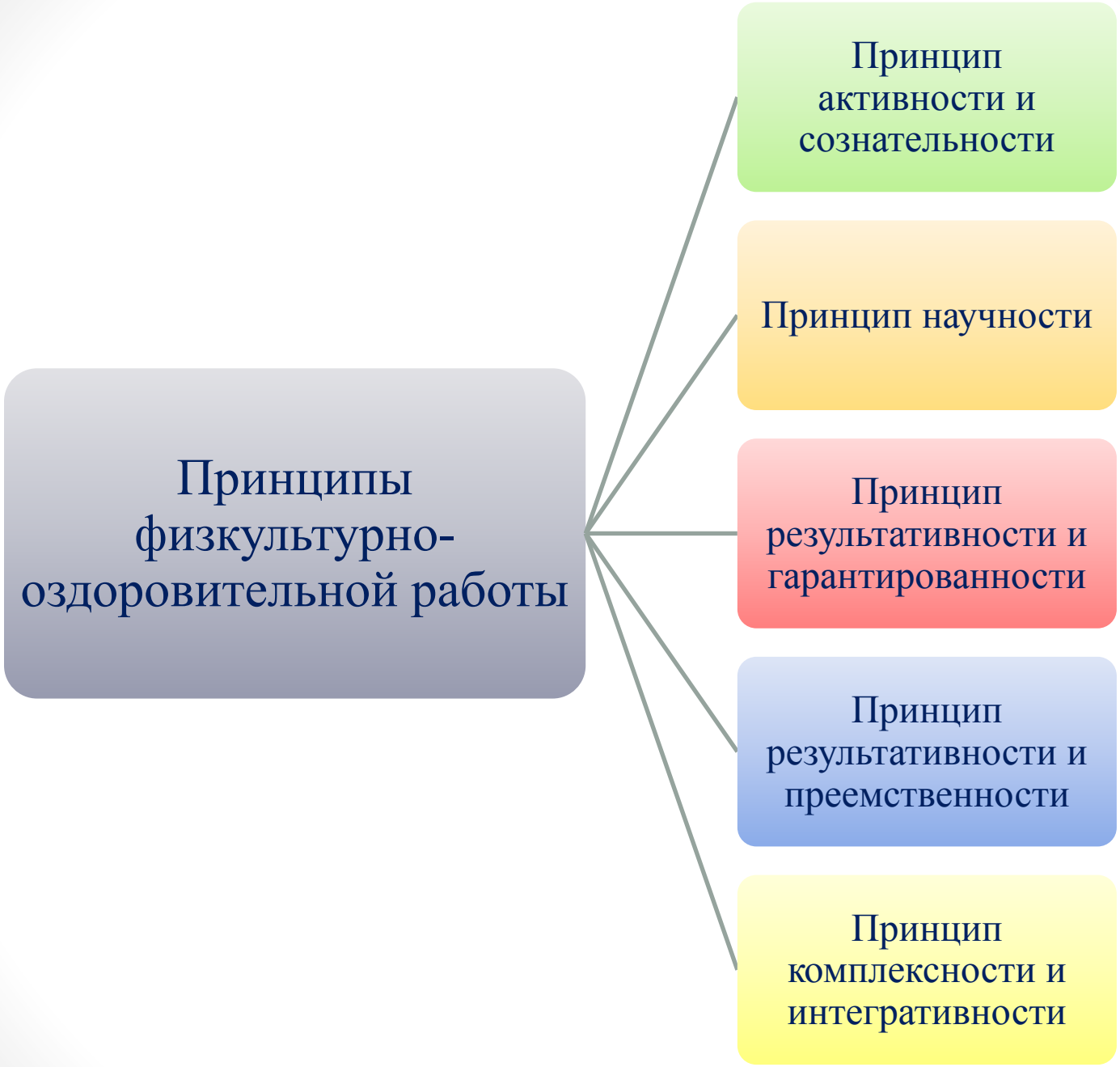
Физкультурно-оздоровительная работа это комплекс мероприятий, проводимых сотрудниками образовательного учреждения, направленных на укрепление и сохранение физического и психического здоровья и оздоровление организма ребенка.

Цель

сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у детей, педагогов и родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

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.


Принципы физкультурно-оздоровительной работы
Принцип активности и сознательности
Принцип научности
Принцип результативности и гарантированности
Принцип результативности и преемственности
Принцип комплексности и интегративности

Утренняя гимнастика

является одним из важных компонентов двигательного режима, ее организация должна быть направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей. Ежедневное выполнение физических упражнений, способствует проявлению определенных волевых усилий, вырабатывая полезную привычку у детей.

Данная форма должна проводиться ежедневно до завтрака в течение 6-12 мин. на воздухе или в помещении

Ответ

Физкультминутка

проводится воспитателем по мере необходимости (в течение 3-5 мин.) в зависимости от вида и содержания образовательной деятельности, главным образом в момент появления признаков утомляемости детей. Данная форма проводится в тот момент, когда у детей снижается внимание и появляется двигательное беспокойство (как правило, на 12-15 мин.), наступает утомление, можно предложить несколько физкультурных упражнений стоя у своих столов или на свободном месте в группе.

Ответ

Подвижные игры

Сложная двигательная, эмоционально окрашенная деятельность. Форма служит методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков и воспитание физических качеств.

Данная форма может проводится на прогулке.

Ответ

Гимнастика пробуждения.

Данная форма поднимает настроение и мышечный тонус у каждого ребенка, а также заботиться о профилактике нарушений осанки и стопы.

Комплекс упражнений проводится в постели.

Ответ

Закаливание

Цель данной формы — выработать способность организма быстро приводить работу органов и систем в соответствие с меняющейся внешней средой. В результате ребенок становится менее восприимчивым к резким изменениям температуры и простудным и инфекционным заболеваниям.

Важнейшая часть физического воспитания детей дошкольного возраста. Лучшими средствами данной формы являются естественные силы природы: воздух, солнце и вода.

Ответ

Самостоятельная двигательная

деятельность детей организуется в разное время дня: утром до завтрака, между занятиями, в часы игр после дневного сна и во время прогулок (утренней и вечерней).

Активные действия детей должны чередоваться с более спокойной деятельностью. При этом важно учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка, его самочувствие.

Ответ

Физкультурные занятия

проводятся систематически, согласно сетке занятий. Немаловажное значение имеет тот факт, что при решении физкультурно-оздоровительных задач мы привлекаем родителей. И это даёт большой положительный результат.

Ответ

Гимнастика пробуждение
Утренняя гимнастика
Физкультурные занятия
Физкультминутки
Подвижные игры
Самостоятельная двигательная деятельность
Формы физкультурно – оздоровительной работы
Закаливание
Ритмическая гимнастика
Прогулки
Индивидуальная работа
Гимнастика: для глаз, пальчиковая, дыхательная
Музыкально-Спортивные праздники, досуги развлечения

ПОДТЯНИСЬ К ДВИЖЕНИЮ
www.gto.ru

Спасибо за внимание!