МБДОУ «Детский сад № 1 п. Верховье»

Физкультурно-оздоровительная работа с детьми старшего дошкольного возраста в контексте ФГОС

Воспитатель Ответчикова Е.С.

ЗДОРОВЬЕ

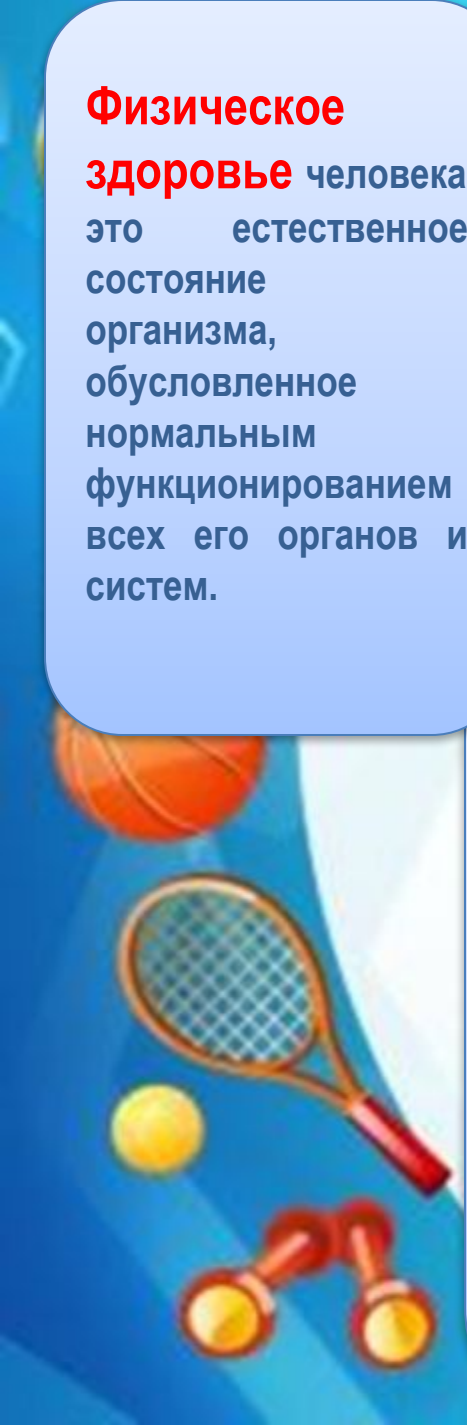
состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции; отсутствие недуга, болезни.

Всемирная организация здравоохранения

Физическое здоровье человека это естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем.

Психическое здоровье (духовное, душевное, ментальное здоровье) —это состояние благополучия, при котором человек может реализовать свой собственный потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества.

Социальное здоровье – состояние организма, определяющее способность человека контактировать с социумом. Социальное здоровье складывается под влиянием родителей, друзей, коллег по работе, обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества.



Физкультурно-оздоровительная работа

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

Цель: охрана и укрепление здоровья ребенка, формирование привычки к ЗОЖ, развитие его физических качеств и совершенствование двигательных навыков на основе индивидуально-дифференцированного подхода.

- В соответствии с ФГОС ДО цель физкультурно–оздоровительной работы реализуется в процессе разнообразных видов детской деятельности: двигательной, игровой, художественной, трудовой.

Задачи:

1. Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей, обеспечение их физической и психологической безопасности, эмоционального благополучия
2. Формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей ЗОЖ (гигиенических навыков, приемов закаливания).
3. Развитие основных физических качеств ребенка (скорости, гибкости,силы, выносливости, ловкости).
4. Развитие инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка.
5. Воспитание воли, смелости, настойчивости и дисциплинированности).
6. Формирование предпосылок учебной деятельности.

Целевые ориентиры физического развития дошкольников.

- Ребенок имеет представление о ценности здоровья; сформировано желание вести ЗОЖ.
- Ребенок имеет представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение, с помощью сна восстанавливаются силы.
- У ребенка развита крупная и мелкая моторика, он подвижен, выносли в, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.
- Ребенок может создавать условия для двигательной деятельности, организовывать подвижные игры и физические упражнения.

Основные принципы физкультурно-оздоровительной работы:

- принцип психологической комфортности
- принцип деятельности
- принцип целостности
- принцип минимакса
- принцип творчества
- принцип вариативности
- принцип непрерывности

Основные направления образовательной деятельности по физическому развитию детей

1. **Создание условий для охраны и укрепления здоровья детей**

- Организовывать разнообразную двигательную активность детей в разных формах (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры и др)

- Систематически проводить мероприятия, способствующие сохранению здоровья детей, закаливанию, повышению защитных сил организма.

- Формировать у детей правильную осанку.

2. Приобщение детей к физической культуре

- Совершенствовать технику выполнения детьми основных движений
- Развивать у детей физические качества в процессе игр и занятий физической культурой
- Совершенствовать у детей навыки самостоятельного регулирования двигательной активности
- Развивать у детей ориентировку в пространстве

3.Формирование у детей начальных представлений о ЗОЖ

- Формировать представление детей об особенностях строения и функционирования организма человека

- Воспитывать ценностное отношение детей к здоровью и человеческой жизни, формировать потребности в гигиене и бережном отношении к своему здоровью, желание вести ЗОЖ

- Учить детей управлять своим телом, чувствами, эмоциями посредством корригирующих упражнений, релаксации, аутотренинга

Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями

«Познавательное развитие»

- активизация мышления детей через самостоятельный выбор игры, оборудования
- работа по карточкам
- организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве
- организация подвижных игр с правилами и упражнений, закрепляющих знания об окружающем (имитация движения животных, труда взрослых и т.д.)
- занятия на тему: «Твое здоровье»

«Речевое развитие»

- выполнение упражнений по словесной инструкции
- побуждение детей к проговариванию действий, правил игры и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности
- организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек
- использование считалок, стихотворений, песен
- проведение сюжетных физкультурных занятий на темы прочитанных сказок и потешек

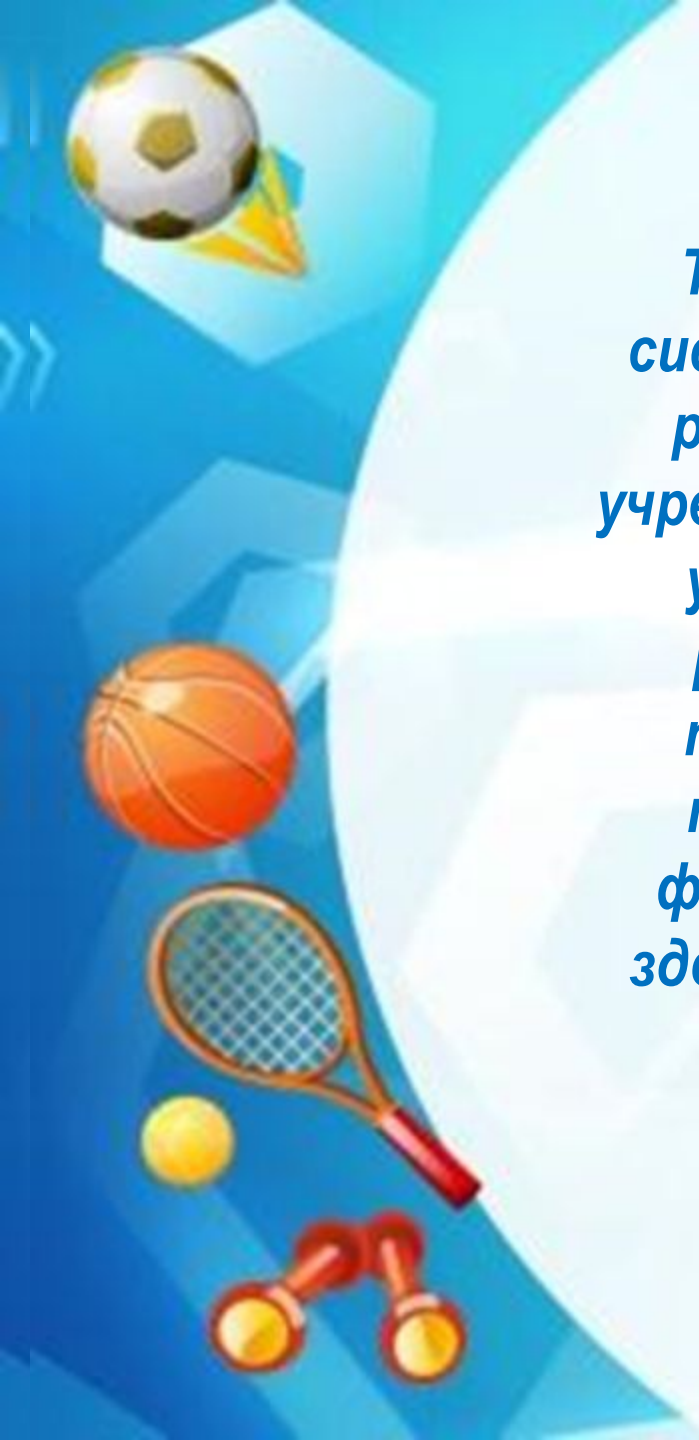
«Социально-коммуникативное развитие»

- создание в процессе образовательной деятельности по физическому развитию педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора
- развитие нравственных качеств
- поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки
- побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников
- привлечение детей к расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования

- привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида людей, занимающихся спортом
- изготовление и использование детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания, шапочек для подвижных игр и др.)
- рисование на спортивную тематику
- рисование мелом разметки для подвижных игр
- организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыку, пение;
- развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера

Формы образовательной деятельности по приобщению детей к физической культуре.

- Занятия по физическому развитию
- Эмоционально-стимулирующая утренняя гимнастика
- Оздоровительная гимнастика пробуждения после дневного сна с включением ОРУ
- Пальчиковая, дыхательная гимнастика
- Подвижные игры и физические упражнения на прогулке и в помещении
- Самостоятельная двигательная деятельность детей
- Физкультурная минутка
- Физкультурная пауза
- Самомассаж (массажные шарики, мячики, дорожки)
- Релаксация (игры с сенсорным оборудованием)
- Культурно-досуговая деятельность (физкультурные досуги, праздники, развлечения)



Таким образом, применение комплексной системы воспитательно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении дает возможность совместными усилиями педагогического персонала и родителей , опираясь на эффективные педагогические и здоровьесберегающие технологии, успешно решать задачи по формированию, укреплению и сохранению здоровья детей - будущего здоровья нации.

Спорт – это здоровье!
Мы – за здоровый образ жизни!