

Фролова Ольга Алексеевна,
инструктор по физической культуре,
муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение «Детский сад №19»

«Организация физкультурно - оздоровительной работы в ДОУ»

В МАДОУ №19 одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Среди множества факторов, оказывающих влияние на рост, развитие и состояние здоровья ребёнка, двигательной активности принадлежит едва ли не основная роль. От степени развития естественной потребности ребёнка в движении во многом зависят развитие двигательных навыков, памяти, восприятия, эмоции, мышления. Поэтому очень важно обогащать двигательный опыт ребёнка.

Система физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста направлена на охрану жизни, сохранение здоровья детей, своевременное формирование умений, навыков, развитие психофизических качеств на основе игровой и творческой деятельности детей, осознанного отношения к своему здоровью.

Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребностей в движении в ДОУ созданы соответствующие условия. Спортивный зал оснащен современным спортивным оборудованием и инвентарем: гимнастические стенки, модули, массажные мячи, различные тренажеры, сухой бассейн, скамейки, обручи, массажные дорожки, ребристые доски и т.д.; спортивная площадка для подвижных и спортивных игр; физкультурные уголки (во всех группах). Есть спортивная площадка, которая оборудована стандартным и нестандартным оборудованием, созданы тематические зоны активности, необходимым для комплексного развития ребёнка.

Ежедневно во всех возрастных группах осуществляется физкультурно-оздоровительная деятельность: утренняя гимнастика в зале и в летний период времени на открытом воздухе, разнообразные подвижные игры в течение всего дня, занятия по физической культуре в зале и на воздухе. На физкультурных занятиях осуществляется индивидуально-дифференцированный подход к детям: при определении нагрузок учитывается уровень физической подготовленности и здоровья.

Физкультурные занятия провожу как в традиционной форме с использованием разнообразного инвентаря, так и с включением малоподвижных и народных игр, элементов спорта, сюжетные и игровые.

С детьми организовываю двигательно-оздоровительные моменты: дыхательные упражнения, элементы игрового стретчинга, комплексы упражнений по релаксации, кинезиологические упражнения, зрительная гимнастика, игровой самомассаж, корригирующие упражнения для профилактики нарушения осанки и плоскостопия, индивидуальную работу на тренажерах. После сна проводится бодрящая гимнастика с хождением босиком по массажным дорожкам. Согласно годовому плану в детском саду проходят «Дни здоровья».

В теплое время года для занятий, подвижных игр и проведения праздников на воздухе используются тематические комплексы, баскетбольные кольца, футбольные ворота, оборудование для подлезания и метания, разметка на асфальте и верандах. Организовываю экскурсии с играми, эстафетами и флешмобами. Для детей с участием пап военнослужащих провожу спортивно-патриотическую игру «Зарница».

В процессе образовательной деятельности по физическому развитию удается успешно решать задачи других образовательных областей. Закреплять знания об окружающем мире, развивать нравственные и волевые качества и т.д.

В зимнее время при участии родителей создаем из снега лабиринты, полосы препятствий, снежные горки, ледяной стол для аэрохоккея, хоккейную площадку.

Ходьба на лыжах, соревнования, зимние забавы и развлечения являются отличным способом оздоровительной работы с детьми.

Большой интерес у детей вызывает обучение элементам спортивной игры «КЕРЛИНГ». Для этого использую изготовленное нестандартное оборудование. Дорожки сделаны из линолеума с нанесением необходимой разметки. Знакомство с этим видом спорта сначала провожу в спортивном зале. Одна дорожка используется в помещении, а вторая на улице на специально подготовленной из снега площадке. Данное оборудование позволяем заниматься при любых погодных условиях.

Все вместе эти формы деятельности позволяют обеспечить двигательную активность детей на протяжении всего дня, рационально распределить интеллектуальную и физическую нагрузку детей.

Главное в работе педагога - научить детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье. Только в этом случае можно

надеяться, что будущие поколения станут более здоровыми и развитыми не только интеллектуально, духовно, но и физически.