



**«Физкультурно-
оздоровительная работа
в контексте ФГОС»**

Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с другими областями


В процессе образовательной деятельности по физическому развитию следует обращать внимание на одновременное решение задач других образовательных областей:

«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.

«Познавательное развитие»: активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей), организация специальных упражнений на ориентировку в пространстве, подвижных игр и упражнений, закрепляющих знания об окружающем (имитация движения животных, труда взрослых).

«Речевое развитие»: побуждение детей к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой; организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетных физкультурных занятий на темы прочитанных сказок и потешек.

«Художественно-эстетическое развитие»: привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей и инструктора по физической культуре, оформления спортивного зала; использование в процессе непосредственно образовательной деятельности изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания), рисование мелом разметки для подвижных игр; организация ритмической гимнастики, игр и упражнений под музыку, пение; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера.

- 
- **Физкультурно-оздоровительная работа** это комплекс мероприятий, проводимых сотрудниками образовательного учреждения, направленных на укрепление и сохранение физического и психического здоровья и оздоровление организма ребенка.
 - В соответствии с ФГОС ДО цель физкультурно – оздоровительной работы реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, учебной, художественной, двигательной, элементарно-трудовой.

ЗДОРОВЬЕ

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

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.



*«Всемирная
организация
здравоохранения»*




Система физкультурно-оздоровительной работы

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

Основные принципы физкультурно-оздоровительной работы:

- принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей
 - принцип научности- подкрепление проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками
 - принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего учебно - воспитательного процесса и всех видов деятельности
 - принцип результативности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья
 - принцип результативности и гарантированности - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительных результатов независимо от возраста и уровня физического развития.
- 
- 



Основные направления физкультурно-оздоровительной работы

1. Создание условий

- организация здоровьесберегающей среды в дошкольных группах;
- обеспечение благоприятного течения адаптации;
- выполнение санитарно-гигиенического режима.

2. Организационно-методическое и педагогическое направление

- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и педагогов
- изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
- систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров
- составление планов оздоровления
- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностики.

3. Физкультурно-оздоровительное направление

- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
- коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом здоровье

4. Профилактическое направление

- проведение обследований по скрининг - программе и выявление патологий
- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и нераспространению инфекционных заболеваний
- предупреждение острых заболеваний методами неспецифической профилактики
- противорецидивное лечение хронических заболеваний
- дегельминтизация
- оказание скорой помощи при неотложных состояниях.



Задачи физкультурно-оздоровительной работы

Оздоровительные задачи:

1. **Формирование правильной осанки (своевременное окостенение опорно-двигательного аппарата, формирование изгибов позвоночника, развитие свода стопы, укрепление связочно-суставного аппарата);**
2. **Развитие гармоничного телосложения;**
3. **Развитие мышц лица, рук, ног, туловища, плечевого пояса, кистей, пальцев, шеи, глаз, внутренних органов**






Образовательные задачи:

1. **Формирование двигательных умений и навыков;**
2. **Развитие психофизических качеств (быстроты, силы, гибкости, выносливости, глазомера, ловкости);**
3. **Развитие двигательных способностей (функции равновесия, координации движений)**



Воспитательные задачи:

1. **Формирование потребности в ежедневных физических упражнениях;**
2. **Воспитание умения рационально использовать физические упражнения в самостоятельной двигательной деятельности;**
3. **Приобретение грации, пластичности, выразительности движений;**
4. **Воспитание самостоятельности, инициативности, самоорганизации, взаимопомощи.**



**Приказ Минобнауки России от 17.10.2013г. №1155
«Об утверждении федерального государственного
образовательного стандарта дошкольного
образования»**

Направления развития и образования детей

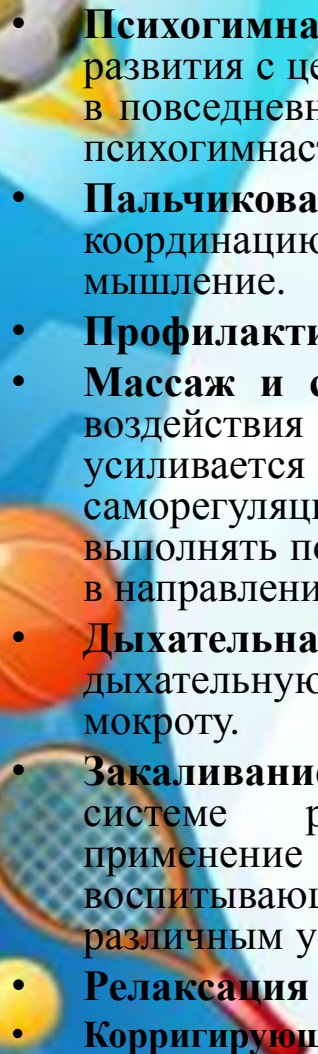
- Социально-коммуникативное развитие;
- Речевое развитие;
- Познавательное развитие;
- Художественно-эстетическое развитие;
- Физическое развитие

В контексте ФГОС образовательная область «*Физическое развитие*» представлено двумя образовательными областями «Здоровье» и «*Физическая культура*».

Формы ФОР с детьми для реализации поставленных задач

- **Организованная образовательная деятельность по физическому развитию** является основной формой физического воспитания дошкольников, обязательной для всех детей, проводимой круглый год, по три занятия в каждой возрастной группе.
- **Утренняя гимнастика** является одним из важных компонентов двигательного режима. Утренняя гимнастика проводится ежедневно до завтрака в течение 6-10 мин., комплекс повторяется в течение двух недель. Существуют разные варианты утренней гимнастики. Например:
 - комплекс музыкально-ритмических упражнений;
 - утренняя гимнастика игрового характера;
 - утренняя гимнастика в форме оздоровительной пробежки;
 - комплекс упражнений с тренажерами простейшего типа;
 - преодоление полосы препятствий
- **Физкультминутка** является обязательной частью занятий.
- **Подвижные игры и физические упражнения на прогулке и в помещении.**
- **Упражнения в основных видах движений.**
- **Зарядка после дневного сна.**
- **Самостоятельная двигательная деятельность.**
- **Музыкально-ритмическая деятельность**



- 
- **Психогимнастика** показана как детям с нарушениями характера, так и детям с нормой развития с целью психофизической разрядки. Она может использоваться воспитателями в повседневной работе с детьми, не требует специальной подготовки, при проведении психогимнастики не используются атрибуты.
 - **Пальчиковая гимнастика** помогает развивать у ребёнка мелкую моторику, координацию движений и внимание, активизировать речевые навыки, память и мышление.
 - **Профилактическая гимнастика.**
 - **Массаж и самомассаж.** Массаж – система приёмов дозированного механического воздействия на кожу и подлежащие ткани тела человека. В массируемой области усиливается циркуляция крови, лимфы, тканевой жидкости. Самомассаж – способ саморегуляции организма, один из приёмов регулирования кровотока. Детей учат выполнять поглаживающие, разминающие, постукивающие, похлопывающие движения в направлении кровотока – от периферии к центру (картотека).
 - **Дыхательная гимнастика** способствует нормализации дыхания, укрепляет дыхательную мускулатуру, предупреждает застойные явления в лёгких, удаляет мокроту.
 - **Закаливание** является важнейшей частью физического воспитания дошкольников. В системе работы ДОУ закаливание нужно рассматривать как сознательное применение системы мероприятий, повышающих сопротивляемость организма, воспитывающих способность быстро и без вреда для здоровья применяться к различным условиям внешней среды.
 - **Релаксация**
 - **Корректирующая гимнастика**
 -

Личностные целевые ориентиры внимание инструктора по физической культуре направляется на:

- воспитание сознательно действующего, в меру своих возрастных возможностей ребенка;
- успешно овладевающего двигательными навыками;
- умеющего ориентироваться в окружающей обстановке;
- активно преодолевать встречающиеся трудности;
- проявляющего стремление к творческим поискам.



- **Физическое воспитание** – это социально-педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья, гармонического развитие форм и функций организма человека, его физических способностей и качеств, на формирование и совершенствование двигательных навыков и умений, необходимых в быту и производительной деятельности, и в конечном итоге на достижение физического совершенства



Основные средства и пути физического воспитания

- Занятия физическими упражнениями;
- Закаливание организма ;
- Соблюдение гигиенического режима ;
- Правильное питание



Основные компоненты здорового образа жизни дошкольника

Закаливание



Занятия спортом



Безопасное поведение





Традиционно различаются **три группы методов** физического развития и воспитания.

<i>Наглядные методы</i>	<i>Словесные методы</i>	<i>Практические методы</i>
Имитация (подражание)	Описание упражнений	Выполнение упражнений совместное или самостоятельное
Демонстрация и показ способов выполнения	Объяснения способа выполнения упражнений	Повторение упражнений с изменениями и без
Использование наглядных пособий	Комментирование хода выполнения упражнений	Выполнений упражнений в виде подвижных игр
Использование зрительных ориентиров, звуковых сигналов	Указания, распоряжения, команды	Выполнений упражнений в соревновательной форме
	Вопросы к детям, беседы	
	Рассказы, стихотворения	

Выводы

Здоровье человека – жизненно важная ценность, оно складывается из многих взаимосвязанных друг с другом компонентов. На здоровье влияют наследственность, состояние окружающей среды, здравоохранение. Но более чем на половину – здоровый образ жизни. Запомните, ваше здоровье – в ваших руках! Ведите здоровый образ жизни и будьте здоровы!



AR

ALLDAY.RU

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

