

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №153» общеразвивающего вида

Выступление по теме самообразования:

« Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ
в условиях ФГОС»

Инструктор физического

воспитания Шаханских О. В.

Одной из главных задач ДОУ, в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом, является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Полноценное физическое развитие и здоровье ребёнка – это основа формирования личности.

В связи с этим, физкультурно-оздоровительная работа в детском саду имеет большое значение, как для укрепления здоровья, так и для формирования двигательных умений и навыков, являющихся значимыми компонентами в познавательном и эмоциональном развитии воспитанников.

Ведущие цели физкультурно-оздоровительной работы в детском саду - создание благоприятных условий для полноценного проживания ребёнком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка ребёнка к жизни в современном обществе.

В нашем детском саду разработана и реализуется система мероприятий по сохранению и укреплению здоровья воспитанников.

В систему физкультурно-оздоровительной работы, проводимой в ДОУ включены следующие мероприятия: дыхательная гимнастика, подвижные игры, занятия по физической культуре, приём кислородного коктейля, а так же соляная пещера.

Ежедневно во всех возрастных группах реализуется несколько форм физкультурно-оздоровительной деятельности: утренняя гимнастика, разнообразные подвижные игры в течение всего дня, занятия по физической культуре, беседы о здоровом образе жизни в ходе режимных моментов, информационно-консультативная поддержка родителей по сохранению и укреплению здоровья воспитанников. В организованной образовательной деятельности педагоги проводят беседы с детьми на тему: «Неболей-ка», «Изучаем свое тело», «Полезные и вредные привычки», «Что такое здоровье», «Чистота – залог здоровья» и др.

Воспитатели в своей работе используют игры-эксперименты, игровые и проблемные ситуации, опыты, викторины, через которые знакомят детей с правилами бережного отношения к своему здоровью, воспитанию культурно-гигиенических навыков.

В ходе проведения исследовательской деятельности, сравнительного наблюдения, в процессе проектирования, при чтении художественной литературы воспитатель имеет возможность рассматривать вопросы культуры здоровья, основ здорового образа жизни, правил здоровьесберегающего поведения, что способствует формированию у ребёнка ценностного отношения к своему здоровью.

Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в работе дошкольного учреждения, отражают две линии оздоровительно - развивающей работы:

- приобщение детей к физической культуре;
- использование развивающих форм оздоровительной работы. Принципы

здоровьесберегающих технологий, используемых в ДОУ:

Применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры, как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Выделяются так же три группы здоровьесберегающих технологий:

-Технологии сохранения и стимулирования здоровья: ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая;

-Технологии обучения здоровому образу жизни: НОД по физическому развитию, проблемно - игровые (игротренинги и игротерапия, коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж.

-Коррекционные технологии: арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика.

Именно в детском возрастном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств, необходимых для эффективного участия ребенка в различных формах двигательной активности, что, в свою очередь, создает условия для активного и направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей дошкольника. Вот почему применение в работе ДОУ здоровьесберегающих технологий может повысить результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей.

В.А. Сухомлинский писал: «...Забота о здоровье ребенка - это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, прочность знаний, вера в свои силы».

В ДОУ должны быть созданы благоприятные условия для воспитания и физического развития ребенка. В детском саду функционирует музыкальный и спортивный зал, где проходит утренняя гимнастика. В каждой группе детского сада для развития физических качеств и двигательных умений оборудован физкультурный уголок. В этих зонах имеется спортивный инвентарь, картотеки подвижных игр, дидактические игры и методические

пособия.

В работе дошкольного учреждения по физкультурно-оздоровительному направлению используются разнообразные виды организации двигательной активности. Разработаны комплексы утренней гимнастики в игровой форме для младших и старших дошкольников. Так же организованы закаливающие мероприятия: полоскание рта после еды (по профилактике кариеса), босохождение, воздушные ванны после сна, ходьба по профилактическим дорожкам.

В теплое время года утренняя гимнастика проводится на улице. В детском саду организуются зимние и летние спортивные праздники, дни здоровья. На прогулках организуется двигательная активность детей с помощью игровых упражнений, подвижных и спортивных игр, проводится индивидуальная работа с детьми по физическому развитию. После дневного сна во всех возрастных группах проводится гимнастика пробуждения, которая включает в себя:

*общеразвивающие упражнения лежа и сидя на кровати;

*закаливающие процедуры (ходьба босиком по дорожкам с различным покрытием и наполнителем).

В организованной образовательной деятельности педагоги используют физкультминутки, динамические паузы, пальчиковую гимнастику.

Взаимодействие коллектива детского сада с родителями воспитанников происходит под девизом: «О здоровье всерьез», что способствует сохранению и укреплению здоровья детей, формирования здорового образа жизни в условиях семьи.

Работа с семьей включает: целенаправленную санитарно-просветительную работу, пропагандирующую общегигиенические правила; ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ, направленной на физическое и социальное развитие ребенка; ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном учреждении.

Педагогами и специалистами ДОУ оформляются родительские уголки, в которых представлена информация по вопросам физического воспитания, оздоровления детей.

В детском саду были разработаны консультации для родителей о здоровом образе жизни детей, такие как:

- «Внимание плоскостопие»
- «На зарядку становись»
- «Совместные занятия спортом родителей с детьми»
- «Как выбрать вид спорта» и т.д.

Все консультации расположены в приемной групп, чтоб каждый родитель мог это увидеть и прочитать.

Были проведены выступления на родительском собрании с различными рекомендациями.

Проведены совместные досуги с детьми и родителями

- «Веселые старты» , «Мама, папа, я – спортивная семья».