



Пріоритетний напрям
освітньо-виховної роботи
в ДНЗ №4 –
фізкультурно-оздоровчий



«Здорові діти – основа існування будь-якої нації»

Софія Русова

Пріоритетним напрямком освітньо-виховної роботи в умовах сьогодення є організація фізкультурно-оздоровчої роботи.

Ця робота спрямовується на виявлення резервів повноцінного фізичного розвитку дітей та формування основ здорового способу жит-тя.

Для цього система фізичного виховання ді-тей володіє багатим арсеналом різноманітних фізкультурно-оздоровчих засобів.

Чим різноманітніші засоби вихов-ного впливу на дітей використовуємо в своїй роботі, тим динамічнішим є перебіг процесу фізично-го розвитку дошкільнят.

Завдання фізкультурно-оздоровчої роботи

Охорона, збереження та зміцнення здоров'я дітей

Створення умов для реалізації потреби дітей в руховій активності

Виховання потреби в здоровому способі життя

Забезпечення фізичного, психічного і соціального здоров'я дошкільнят

Формування життєво необхідних рухових навичок і вмінь дитини відповідно з його індивідуальними особливостями; розвиток фізичних якостей

Пріоритетні напрями фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми дошкільного віку

*Учити дітей
дбати про своє
здоров'я*

*Забезпечувати
взаємодію
всіх учасників
освітнього процесу
у формуванні
здорового способу
життя дошкільнят*

*Розвивати
фізичні якості*

*Розвивати
потребу
в щоденній
руховій
діяльності*

*Підтримувати
інтерес до
фізкультурних
занять
і рухливих ігор*

Основні форми фізкультурно-оздоровчої роботи

**Ранкова
гімнастика**

**Заняття
з фізичної культури,
плавання**

**Фізкультурні
хвилинки, паузи**

**Гімнастика
після
денного сну**



**Загартувальні
процедури**

Рухова активність у повсякденному житті

Рухливі ігри

*Фізичні вправи
на прогулянках*

Дні здоров'я

*Фізкультурні
свята і розваги*

*Індивідуальна
робота*

*Самостійна
рухова діяльність*



*Пішохідні
переходи
(враховуючи
обставини)*

Заняття з фізичної культури

Це- цілеспрямована та унормована форма організованої навчально-пізнавальної діяльності, що має на меті оптимізацію рухового режиму, формування та закріплення рухових умінь і навичок, розвиток фізичних якостей, надання дітям спеціальних знань з фізичної культури.

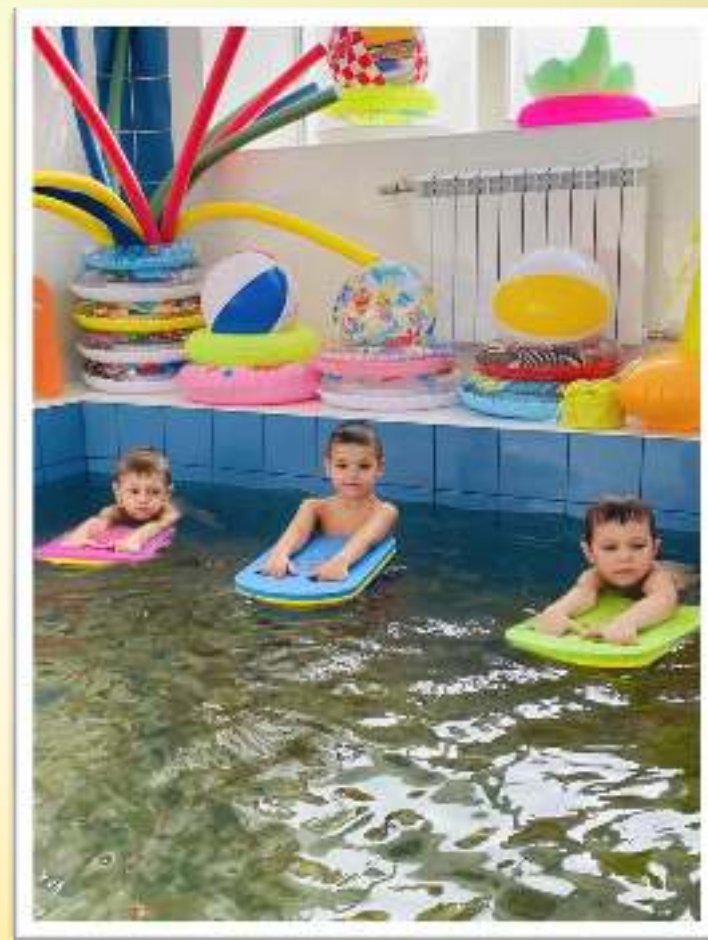


Тривалість фізкультурних занять

- ранній дошкільний вік – 10 хв.
- молодший дошкільний вік – 15 хв.
- середній дошкільний вік – 20 хв.
- старший дошкільний вік – 25 хв.



Окрім занять з фізичної культури, у закладі проводяться **заняття з плавання**, що є унікальним засобом впливу на організм дитини, вдосконалення рухів, розвиток фізичної витривалості, самостійності, наполегливості тощо.



Заняття в ресурсній кімнаті



Ранкова гімнастика – обов'язково проводиться в ранкові години у кожній віковій групі. Вона сприяє поглибленню дихання, посиленню кровообігу, обміну речовин, розвитку різних груп м'язів, правильній поставі



Фізкультурні паузи (динамічні перерви)

проводяться у перерві між малорухливими видами діяльності та організованими заняттями з метою зняття втомлюваності дітей через використання нескладних рухливих вправ.

Їх тривалість – 5-10 хв.

Фізкультурні хвилинки – проводяться під час організованих занять у вигляді короткотривалих комплексів фізичних вправ, що дає можливість зменшити втомлюваність дітей і відновити їхню працездатність для подальшої успішної роботи.

До комплексів фізкультурних хвилинوک входять 3-4 вправи, кожна з яких повторюється 4-6 разів. Їх тривалість 1-2 хвилин.

- **Фізкультурні свята** проводяться двічі – 2-3 рази на рік, починаючи з молодшого дошкільного віку.

Оптимальна тривалість заходу для дітей – 40-50 хвилин. Фізкультурні свята організовуються у першій чи другій половині дня, в музичній чи фізкультурній залі, на майданчику, у басейні тощо.

- **Фізкультурні розваги** проводяться, починаючи з раннього віку (3-й рік життя) 1-2 рази на місяць, переважно у другій половині дня.
- Тривалість фізкультурних розваг для дітей раннього віку – 15-20 хв., молодшого дошкільного віку – 20-35 хв., старшого дошкільного віку – 35-40 хв.



Дні здоров'я організовуються один раз на місяць, починаючи з 3-го року життя. Цей день насичується різноманітними цікавими формами роботи: загартувальні та профілактичні процедури, фізкультурне свято або розвага, самотійна рухова діяльність, рухливі ігри на прогулянках, фізкультурні заняття тощо. Більшість з них бажано проводити на свіжому повітрі.

- У день здоров'я вся освітня робота пов'язується з темою здоров'я та здорового способу життя (бесіди, читання художньої літератури, ігрова, пізнавальна, трудова, самотійна художня діяльність тощо). Програма дня здоров'я передбачає як загальні для всього дошкільного закладу заходи, так і розраховані на кожну вікову групу.

Фізкультура на повітрі



Загартувальні процедури

- Ходьба по сольовій доріжці
- Обливання ніг з пониженням температури
 - Обливання рук по лікті
 - Вологе обтирання
 - Полоскання рота
 - Заняття в басейні
 - Умивання прохолодною водою
 - Повітряні та сонячні ванни
 - Провітрювання
 - Прогулянка за будь-якої погоди
 - Кварцування приміщень
- Профілактика захворювання на грип з використанням часнику
- Коригувальні доріжки для профілактики плоскостопості
 - Масаж ніг із застосуванням масажерів.



Сучасні здоров'язбережувальні технології

Кольоротерапія



Казкотерапія



Артерапія



Піскотерапія



Дихальна гімнастика



Психогімнастика



Точковий масаж



Імунна гімнастика



Наші досягнення

- Правильно спланована організація режиму дня, що дає змогу вихованцям почуватися вільно й розкуто.
 - Предметно-ігрове середовище організовано з урахуванням потреб та інтересів дітей.
 - Групові приміщення, спортивна зала та ігрові майданчики, музика зала, кабінет психологічного розвантаження, ресурсна кімната, медичний кабінет оформлені відповідно до вимог сучасного дизайну і вимог програми.
 - Ігрові осередки обладнані відповідно до програмових вимог.
- Створено інтегровану систему оздоровчої роботи, що гарантує збереження та зміцнення здоров'я дітей, безпеку їхньої діяльності, оздоровлення, профілактику та лікування захворювань.



«Здорова дитина -
здорова країна»

Будьте здоровими!!!

