
Заседание ассоциации работников дошкольного образования на базе МДОУ «Детский сад № 3 «Зоренька» Урмарского района ЧР

- **«Организация системного подхода в формировании физического здоровья и развития ребенка»**
-

Я не боюсь еще раз и еще раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, вера в свои силы

В.А.
Сухомлинский

Здоровье ребенка –это динамический процесс приспособления организма к меняющимся условиям окружающей среды и устойчивости его к воздействиям неблагоприятных факторов.

Здоровье – это физическая , гигиеническая , душевная, социальная культура человека.



Фактор здоровье ребенка - двигательная
активность.

Содержанием двигательной активности
является :

Ходьба

Бег

Прыжки

Лазанье

Метание



Движение - жизнь

- **Двигательная деятельность** – деятельность, характерным компонентом которой является движение и которая направлена на физическое и двигательное развитие ребенка.
- **Двигательная активность** – биологическая потребность организма в движении, от степени удовлетворения которой зависят здоровье и физическое развитие детей.



Двигательная активность в МДОУ № 3.



- Утренняя гимнастика
- Физкультурные занятия
- Музыкальные занятия
- Гимнастика после дневного сна
- Физкультминутка
- Физкультпауза
- Физкультурный досуг
- Физкультурные праздники
- День здоровья
- Оздоровительный бег
- Прогулки-походы
- Подвижные игры
- Закаливание
- Индивидуальная работа

Варианты физкультурных занятий в МДОУ № 3

- Традиционные
- Занятия-соревнования
- Занятия -тренировки
- Занятия по индивидуальным карточкам-заданиям

Варианты физкультурных занятий в МДОУ № 3

- Занятия на спортивных комплексах и тренажёрах
- Занятия состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой подвижности
- Занятия по интересам
- Занятия на свободное творчество

Варианты физкультурных занятий в МДОУ № 3

- Занятия-походы
- Игровые:
образно-
игровые,
предметно-
образные,
сюжетно-
игровые
- Контрольные
занятия



- Конвенция о правах ребенка
- Конституция РФ , ст.43
- Закон РФ об образовании от 10 июля 1992
- Нормативно -правовые основы физического воспитания.
- Закон ЧР « Об образовании» от 23 января 1993 г.
- ФЗ « О государственном комитете РФ по физической культуре и спорту» от 14 февраля 2003 г.№103
- Постановление « Вопросы федерального агентства по физической культуре , спорту и туризму» от 6 апреля 2004 №166
- Постановление Правительства Российской Федерации №916 от 29 декабря 2001 г. « Общероссийская система мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи»
- Приказ Министерства образования России, Министерства здравоохранения России, Государственного комитета РФ по физической культуре и спорту, Российской Академии образования от 16 июля 2002 № 2715/ 227/166/19
« О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»
- О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения Инструктивно-методическое письмо Мо РФ от 14.03.2000 г. №65 \ 23-16
- Указ президента ЧР « Об организации движения « Чувашия – здоровый регион» от 19 февраля 2004 №15
- Указ президента ЧР « О концепции охраны здоровья населения ЧР на 2004-2010 годы» от 18 июня 2004 №65

- 2/3 всех движений , входящих в содержание занятия . должны быть циклического характера
- **Условия:**
- все нагрузки должны быть строго дозированы
- в каждом занятии должны быть дыхательные упражнения, а также упражнения на развитие координации движений
- в каждом занятии должны быть паузы , дающие возможность мышечного расслабления и моменты , повышающие эмоциональное состояние детей
- воздушные и водные закаливающие процедуры должны стать органичной составляющей занятия
- занятия должны включать периоды самостоятельной двигательной деятельности
- Обязательно музыкальное сопровождение
- Занятия организовываются в игровой форме
- Отбор игрового материала для занятия должен быть целенаправленным, последовательность применения игр и игровых упражнений - спланированной, а процессу обучения им детей придан развивающий характер.
- В соответствии с требованиями дидактики игры подбираются по следующим линиям « восхождения»
- По степени трудности освоения
- По степени подготовленности детей
- По степени значимости для физического развития и развития физических качеств ребенка
- По степени значимости

Принципы создания предметно- развивающей среды

- Доступность-размещение предметов в пространстве таким образом, чтобы ребенок мог достать их независимо от роста и физических качеств.
- Дополнительность - возможность использовать каждый предмет многофункционально.
- Результативность –обеспечение возможности успешного выполнения движений.
- Повышение трудности - расположение предметов, обуславливающие развитие двигательной активности, ориентированной на зону ближайшего развития ребенка
- Безопасность

Развитие движений

Ходьба- усиливает деятельность сердечно -
сосудистой, дыхательной, нервной системы,
улучшает обмен веществ.

Бег- совершенствует функцию центральной
нервной системы, сердечно-сосудистой,
дыхательной.

1

Прыжки- способствуют развитию суставно-
связочного аппарата и основных групп мышц,
развитию силы, быстроты движений.

Метание- способствует развитию мышц
плечевого пояса, связок, суставов.

Лазанье- способствуют укреплению крупных
мышц туловища, плечевого пояса, рук, ног,
развитию гибкости позвоночника



Физкультурные занятия

- Проводятся 2 раза в неделю
- С подгруппой детей
- Учитывается уровень подготовленности, группа здоровья
- Строятся по обще принятой схеме
- Проводятся занятия разного типа: традиционные, сюжетные, игровые
- Общая длительность физкультурного занятия 15-20 минут



Самостоятельная двигательная – это деятельность, которая возникает по инициативе ребенка

1. Содержанием самостоятельной деятельности являются разнообразные движения.
2. Двигательная деятельность детей раннего возраста связана с игрой.
3. Двигательная деятельность проходит под наблюдением взрослого при непосредственном его участии.



Подвижные игры и особенности их проведения с детьми раннего возраста.

1. Выбор игры с учетом возраста ребенка, уровня развития, здоровья, типа нервной системы.
2. Цели игры
3. Продолжительность игры
(5-8 минут-второй год жизни, 10-15 третий год жизни)
4. Количество повторов 3-5 раз



Утренняя гимнастика

Состоит из 3-4 общеразвивающих
упражнений(повтор 4-5 раз)

Ходьба

Легкий бег

(длительность бега 15-30с)

ПОСКОКИ



Избыток двигательной активности

- Повышение заболеваемости
- Нарушение гармоничности физического развития
- Повышение режима работы сердечно-сосудистой, дыхательной системы



- Недостаточная двигательная активность
- Ухудшение адаптации сердечно-сосудистой системы к стандартным возрастным физическим нагрузкам
- Снижение показателей жизненных емкостей легких
- Повышение массы тела
- Дисгармоничное физическое развитие



Принципы успешности занятия

- Создавать условия для возникновения положительных эмоций у детей при выполнении всех движений
- Реализовать принцип осознанности в обучении основным видам движений и физическим упражнениям вообще
- Использовать подражательные движения для обогащения и творческого развития хода занятия
- Совместное выполнение движений взрослого с детьми