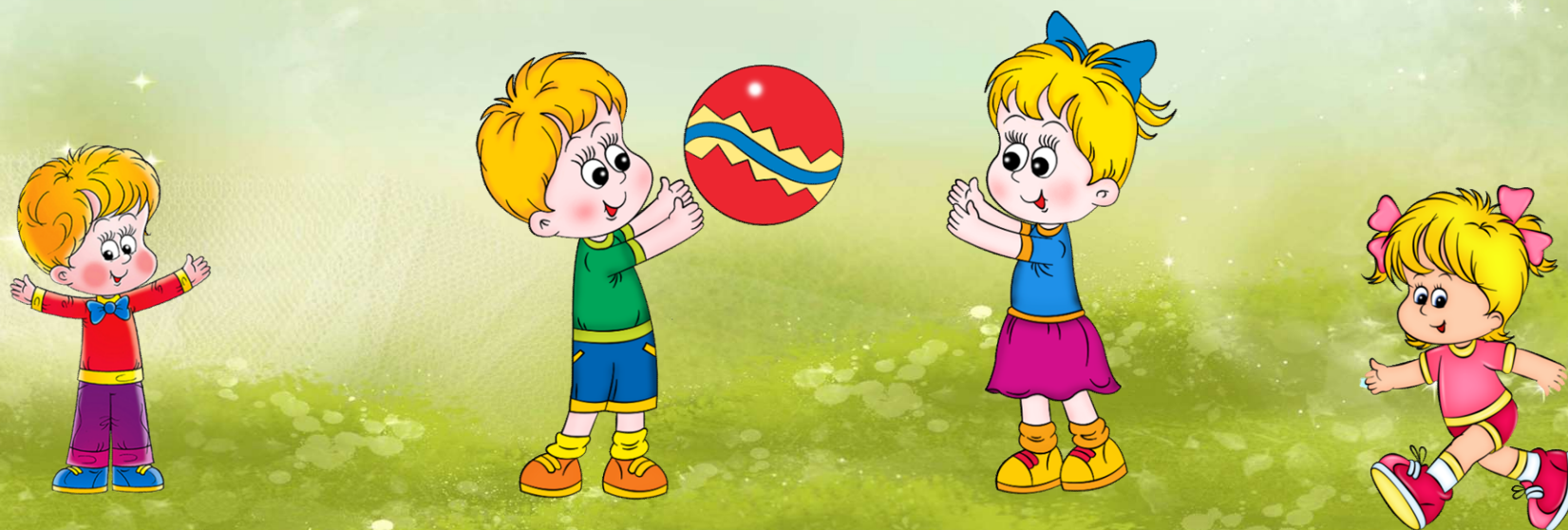




**ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ
ТЕХНОЛОГИИ
ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО
РЕЖИМА В ДОУ**

Технологии физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

Кардинальные изменения, произошедшие в жизни страны в последнее десятилетие, потребовали серьезных реформ в деятельности образовательных учреждений, в том числе для детей дошкольного возраста. Именно в период дошкольного детства происходят важные процессы становления личности ребенка, формирование его способностей, стойкого интереса к занятиям физической культурой и спортом, навыков здорового образа жизни и на этой основе - создание прочного фундамента здоровья.



Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы

Создание условий для двигательной активности

гибкий режим;
занятия по подгруппам;
создание условий (спортивный инвентарь, оборудование спортзала, спортивных уголков в группах);
индивидуальный режим пробуждения.

Система двигательной активности - система психологической помощи

утренняя гимнастика;
прием детей на улице в теплое время года;
физ. занятия;
двигательная активность на прогулке;
физкультура на улице;
подвижные игры;
физкультминутка на улице;
гимнастика после дневного сна;
физкультдосуги, игры, забавы;
игры, хороводы, игровые упражнения;
оценка эмоционального состояния детей с последующей коррекцией;
психогимнастика;
спортивно- ритмическая гимнастика.

Система закаливания



В повседневной жизни

утренняя гимнастика (разные формы, оздоровительный бег, ОРУ, игровая форма);
облегченная форма одежды;
ходьба босиком в спальне до и после сна;
сон с доступом воздуха (+19, +17 °C);
контрастные воздушные ванны (перебежки);
солнечные ванны (в летнее время);
обширное умывание.



Специально организованная

Полоскание горла отварами трав;
обтирания, обливания;
фиточай.

Организация рационального питания

организация 2-го завтрака (соки, фрукты);
введение овощей и фруктов в обед и полдник;
питьевой режим.



Формы физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ





1. Анализ наглядной информации для родителей в группе
2. Анкетирование родителей
3. Проверка планирования занятий, индивидуальной работы с детьми, работы в групповых уголках и зонах.
4. Посещение групп
5. Анализ предметно – развивающей (среды с точки зрения ее содержания)
6. Анализ проведения занятий по физической культуре, взаимодействия педагогов
7. Анкетирование воспитателей
8. Собеседование с воспитателями по программе
9. Анализ предметно – развивающей среды в группе (компетентность воспитателя при ее создании)
10. Анализ диагностических карт
11. Наблюдение за детьми на занятиях; в свободной деятельности; на прогулке
12. Посещение досугов , развлечений
13. Анализ заболеваемости.





**СПОРТ —
ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ
ЖИЗНИ!**



Спортивный образ жизни — это залог здоровья и долголетия.