



## Система организации физкультурно- оздоровительной работы детского сада

Инструктор по физической культуре  
Витязева Татьяна Вячеславовна

город Рыбинск

# Цель



Реализация системы физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, направленной на сохранение и укрепление физического и психического здоровья ребенка и формирование основ здорового образа жизни

# Задачи



- Оптимизировать содержание физкультурно - оздоровительной работы в детском саду за счет внедрения современных здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс
- Способствовать наполнению развивающей среды как пространства для самореализации личности ребенка
- Активизировать взаимодействие всех участников образовательного процесса, социальных партнеров с целью повышения интереса к физкультуре и здоровому образу жизни
- Способствовать повышению уровня компетентности педагогов и родителей в вопросах здоровьесбережения

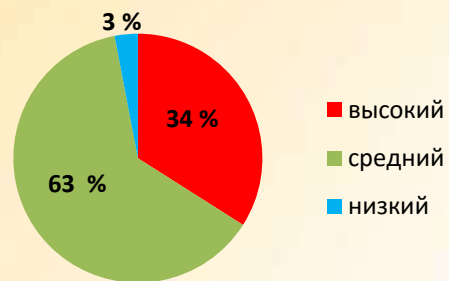
# Направления деятельности



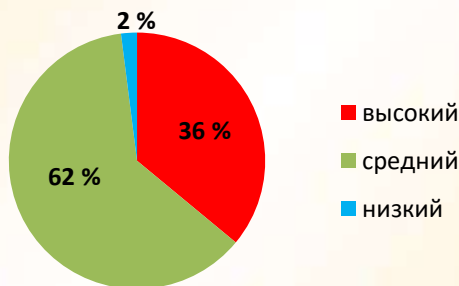
# Диагностика уровня сформированности физических качеств, двигательных умений и навыков



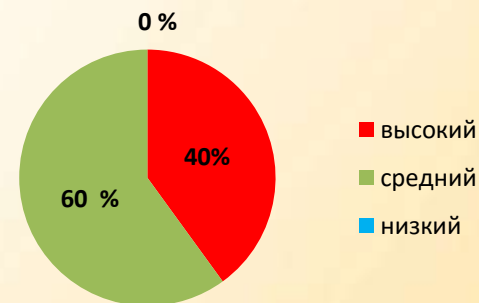
2014-2015



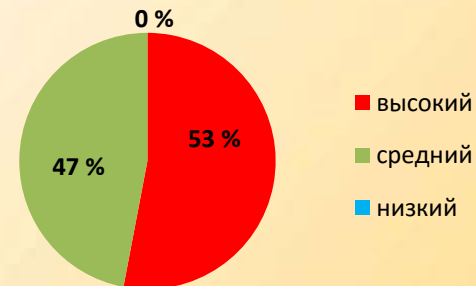
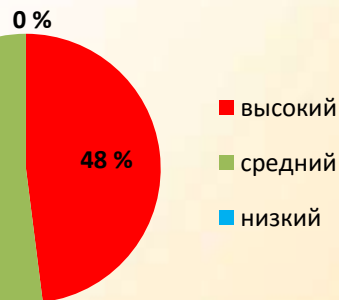
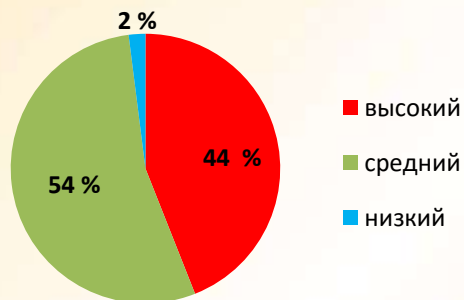
2015-2016



2016-2017



ОД



ФК



# Развивающая предметно-пространственная среда





# Современное оборудование и игровые пособия



# Реализация физкультурно-оздоровительной работы с детьми



Утренняя гимнастика

Совместная образовательная деятельность

Занятия в бассейне

Прогулки  
Подвижные игры  
Спортивные игры

Проекты

Индивидуальная работа

Физкультурные досуги праздники развлечения

Самостоятельная двигательная деятельность

Дыхательная гимнастика

Динамические паузы

Пальчиковая гимнастика

Гимнастика для глаз

Самомассаж

Гимнастика после сна  
Закаливание  
Босохождение

Домашние задания

Занятия по ОБЖ валеологии



# Реализация физкультурно-оздоровительной работы с родителями



**Анкетирование**

**Консультации**

**Беседы**

**Информационные  
стенды**

**Памятки  
Буклеты**

**Мастер-классы**

**Домашние задания**

**Проекты**

**Конкурсы**

**Фотовыставки**

**Репортажи с  
праздников**

**Газета  
«Веселая планета»**

**Сайт  
детского сада**

**Сетевое  
взаимодействие**

# Совместные мероприятия



# Реализация физкультурно-оздоровительной работы с педагогами





# Проект «Мы - спасатели»





# Пожарно-спасательная эстафета





# Спартакиада





# Спартакиада





- Как сделать так, чтобы образовательный процесс стал интереснее, разнообразнее, увлекательнее при достаточной и эффективной физической нагрузке?
- Как повысить моторную плотность физкультурного занятия при большом количестве занимающихся детей, и малой площади физкультурного зала?





**Детский фитнес  
как эффективное средство  
повышения двигательной активности  
детей старшего дошкольного возраста**





# Задачи



- Оптимизировать рост и развитие опорно-двигательного аппарата (формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия)
- Развивать физические и психические качества
- Развивать и функционально совершенствовать все системы организма
- Создавать условия для положительного психоэмоционального состояния детей
- Воспитывать умение выражать эмоции, раскрепощенность и творчество в движении
- Повышать интерес к физкультурным занятиям



«фитнес» в переводе с английского -  
«соответствовать», «быть в хорошей форме»





# Структура фитнес-занятий



## Вводная часть



## Основная часть



## Заключительная часть

направлена на организацию детей, сосредоточение их внимания, формирование эмоционального и психологического настроя

способствует наращиванию мышечной массы, что помогает поддерживать нормальную массу тела

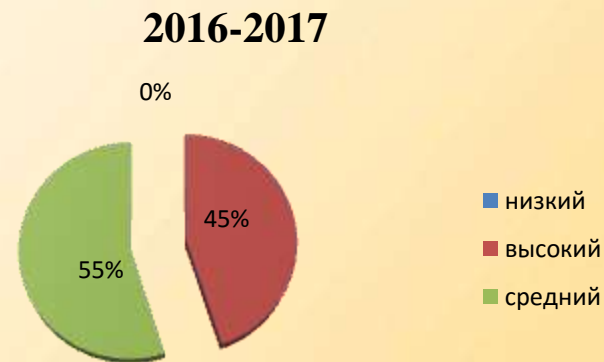
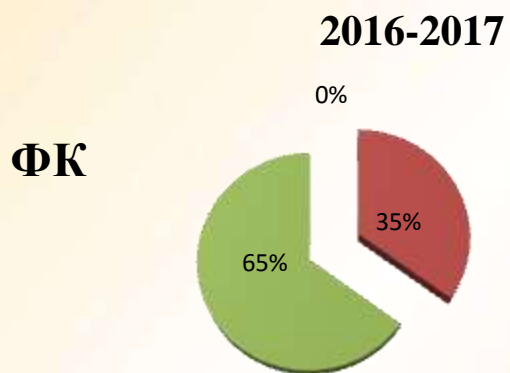
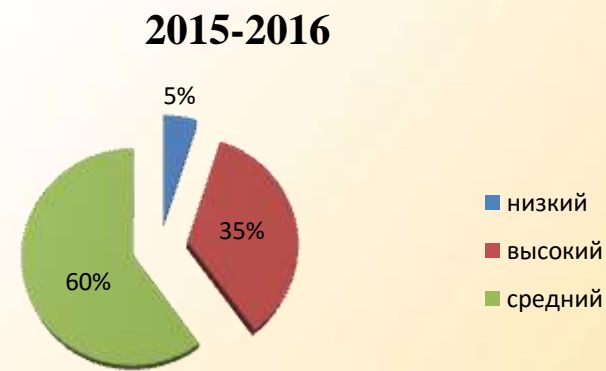
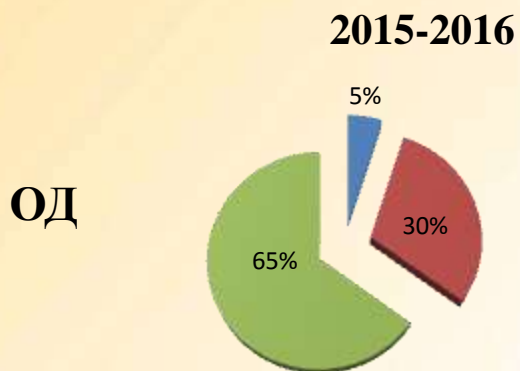
восстановление организма после физических нагрузок и переход к другим видам деятельности







# Диагностика уровня сформированности физических качеств, двигательных умений и навыков старших дошкольников



# Эффективность фитнес-занятий



- Положительно влияют на динамику физической подготовленности старших дошкольников
- Повышают эффективность образовательного процесса по образовательной области физическое развитие
- Комплексно развивают все системы организма и прививают потребность в заботе о своем здоровье
- Формируют навыки самостоятельного выражения движений, развивают инициативу, интеллектуальную работоспособность
- Воспитывают устойчивый интерес к занятиям физическими упражнениями



# Практическая значимость и применение детского фитнеса



**Дошкольные образовательные организации**

**Общеобразовательные школы**

**Фитнес-центры**

**Специальные коррекционные учреждения**

**Учреждения дополнительного образования**

# Методическая активность





# Достижения Награды

