

Физкультурно-оздоровительное направление

Физическая культура имеет решающее значение для нормального физического развития, охраны и укрепления здоровья, развития двигательной сферы ребенка.

Физическое здоровье – основополагающее условие духовного и нравственного здоровья человека, поэтому физическое воспитание в детском саду рассматривается:

- как составная часть всесторонне развитой личности,
- как приобщение ребенка к общественно-историческому опыту выполнения двигательных действий,
- формирование навыков здоровьесберегающего поведения.

Коллектив нашего детского сада работу по физическому воспитанию организует по методическому пособию Н.В. Полтавцевой «С физкультурой в ногу из детского сада в школу».

Для реализации задач физкультурно-оздоровительного направления в СПДС оборудованы:

- ❖ физкультурный зал, оснащенный стандартным и нестандартным оборудованием, массажными ковриками;
- ❖ спортивная площадка, которая позволяет проводить физкультурные занятия и спортивные мероприятия на открытом воздухе;
- ❖ футбольное поле;
- ❖ физкультурные уголки в группах оборудованы:
 - дорожками здоровья для профилактики нарушения осанки и плоскостопия (изготовленными из бросового материала)
 - массажными ковриками, ребристыми досками
 - атрибутами для подвижных игр
 - спортивным инвентарем
 - картотеки дыхательной, пальчиковой, зрительной гимнастики

Созданные условия для детей позволяют:

- использовать самостоятельно предметы спортивно – игрового оборудования применяя творчество и фантазию;
- пробуждают интерес к спортивным играм и занятиям;
- расширяют круг представлений о разнообразии физических упражнений;
- формируют основы личной физической культуры;

Формы физического воспитания, используемые в СПДС

Наименование	Мероприятия
Физкультурно-оздоровительные	<ul style="list-style-type: none">- физкультурные занятия- утренняя гимнастика- физминутки, физ. паузы- корригирующая гимнастика после сна,- оздоровительный бег в конце прогулки,- упражнения на релаксацию,- дыхательная гимнастика,- пальчиковая гимнастика,- психогимнастика

Физкультурно - массовые	- День здоровья - Спортивные досуги - Праздники - Спартакиада
Самостоятельная двигательная деятельность	- подвижные игры - спортивные игры - индивидуальные игры со спортивным инвентарем
Дополнительные образовательные услуги	- кружок «Грация»
Совместные мероприятия с родителями	- праздники, - развлечения, - дни открытых дверей, - анкетирование

Двигательная активность детей в течение дня составляет – 60-70% и укрепляет костно – мышечную, сердечно – сосудистую, дыхательную системы.

В детском саду организовано полноценное питание:

- режим питания,
- калорийности и ежедневного соблюдения норм питания,
- витаминизация пищи,
- индивидуального подхода во время приема пищи

Организации оздоровительных процедур

- оздоровительный бег в конце прогулки,
- облегченная одежда,
- соблюдение температурного режима,
- полоскание рта,
- гимнастика после сна,
- дыхательная гимнастика,
- зрительная гимнастика,
- психогимнастика