



Оздоровительно-воспитательная технология «Здоровый дошкольник»





Оздоровительно-воспитательная технология «Здоровый дошкольник»

Условия организации оздоровительно-воспитательной работы

- Знание климато-географических условий
- Знание экологических условий
- Мотивация педагогов и родителей
- Материально-техническое оснащение



Оздоровительно-воспитательная технология «Здоровый дошкольник»



Каждый период своей жизни ребенок
должен прожить вовремя!



Оздоровительно-воспитательная технология «Здоровый дошкольник»

Сайт здоровый дошкольник.
рф





Оздоровительно-воспитательная технология «Здоровый дошкольник»

Сайт Воспитатели России (раздел библиотека)

Б.Б. Егоров

РЕАЛИЗАЦИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ТЕХНОЛОГИИ «ЗДОРОВЫЙ ДОШКОЛЬНИК»

Методические рекомендации

Развитие двигательной активности детей на основе преобладания циклических упражнений 71

Различные формы оздоровительно-воспитательной работы с детьми..... 74

Реализация здоровьесберегающих методик в детском саду .. 74

Внедрение здоровьесберегающих технологий с детьми дошкольного возраста посредством использования методики «Пробуждающий стретчинг» по методу Назаровой А.Г. «Игровой стретчинг» 77

Особенности организации оздоровительно – воспитательной работы с детьми дошкольного возраста (2-7лет) в форме оздоровительно-воспитательного, оздоровительно – познавательного геокешинга 79

Реализация оздоровительно-воспитательной технологии

общества «российские железные дороги». Калининградская область, г. Калининград.

19. МДОУ "Детский сад N 8 "Сказка" комбинированного вида" города Волхов, Ленинградская область.

20. МБДОУ "Детский сад N 1 "Семицветик". Мурманская область, г. Гаджиево.

21. МБДОУ "Детский сад N 6 "Светлячок". Мурманская область, г. Гаджиево.

22. ГБДОУ "Детский сад N 67" компенсирующего вида. Нижегородская область, г. Дзержинск.

23. МБДОУ "Центр развития ребенка - детский сад N104 "Золотая рыбка" города Орска. Оренбургская область.

24. МБДОУ "Центр развития ребенка - детский сад N 44. Саратовская область, г. Саратов.

25. МБДОУ детский сад комбинированного вида No16 "Радуга" города Петровска Саратовской области.



Спортивно-оздоровительный проект «ПЕРВЫЕ ШАГИ К ГТО»

Старшая группа
«Сказка»

Воспитатели Душаева И.А.

Орлова А.В.

Инструктор по ФИЗО Жирнова О.В.

Педагог-психолог Вертянкина В.А.

г. Петровск февраль 2022г





Спортивно-оздоровительный проект «ПЕРВЫЕ ШАГИ К ГТО»

Реализация проекта предусматривает: обеспечение повышения двигательной активности воспитанников, развитие физической культуры и спорта в условиях внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в рамках образовательного пространства ДООУ. Суть новых образовательных задач (результатов) состоит в поэтапном становлении воспитанника в качестве субъекта воспитательно-образовательной деятельности на основе реализации концепции системно-деятельностного подхода:

- укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому развитию и всесторонней физической подготовленности;
- развитию основных физических качеств, жизненно важных двигательных умений и навыков;
- формирование первоначального двигательного опыта;
- овладение общеразвивающими и корригирующими физическими упражнениями, освоение знаний о движениях человека;
- воспитание познавательной активности и интереса к занятиям физическими упражнениями, культуры общения на этих занятиях.



Спортивно-оздоровительный проект «ПЕРВЫЕ ШАГИ К ГТО»

Данный проект реализуется в группах младшего и старшего дошкольного возраста.

В группах старшего возраста проект реализуется с сентября по май, т.е. на протяжении всего учебного года, во вторую половину дня, 1 раз в неделю.

Комплекс упражнений подбирается на неделю, в соответствии с возрастными особенностями старших дошкольников и тематической неделей. Упражнения подбираются из примерного перечня основных движений, подвижных игр и упражнений инновационной программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М.Дорофеевой, издание 5, 2019г

Начинается игровое спортивное занятие с круга, на котором сообщается задание, и воспитанники разбиваются на пары.

В старшем возрасте воспитанники разбиваются на пары, путем выбора ленточек (2 ленточки одного цвета -пара). Далее они подходят к доске выбора, выбирают карточку для прохода по станциям.

Пары проходят на станцию, с которой начинают выполнять упражнения.

После выполнения каждого задания на своем маршруте отмечают ее прохождение. Меняются пары упражнениями, в последующем, проходя по стрелкам, от одного упражнения к другому.

На выполнение каждого упражнения детям отводится две минуты.





Спортивно-оздоровительный проект «ПЕРВЫЕ ШАГИ К ГТО»

Во время проведения такого игрового спортивного занятия, присутствуют два педагога: воспитатель – инструктор по ФИЗО, либо воспитатель – педагог-психолог.

Роль воспитателя сводится к организации и наблюдению за соблюдением правил выполнения упражнений. Его роль не активная, а наоборот пассивная.

Инструктор по ФИЗО или педагог-психолог, следят за временем, которое отводится на выполнение упражнения, дают команды звеня в колокольчик:

- начинаем выполнять упражнение – звенит колокольчик,
- закончили упражнение – звенит колокольчик (дети убирают инвентарь и готовятся к переходу на выполнение следующего упражнения), переходим,
- начали выполнять упражнение – звенит колокольчик.

После выполнения всех упражнений, пары собираются с воспитателем и инструктором по ФИЗО или педагогом-психологом в круг на рефлексию.

На котором воспитанникам задаются три вопроса:
Важно ли то, чем вы сегодня занимались?

Какое упражнение вы выполнили очень легко?

Какое упражнение выполнять вам было очень трудно? Почему?

Что вы расскажите родителям сегодня о нашей игре?





Спортивно-оздоровительный проект «ПЕРВЫЕ ШАГИ К ГТО»



Круг, распределяемся на пары



Задание «Справа- слева, впереди- в обруч точно попади»

Оборудование: мяч, 3 разноцветных обруча, карточки с цифрами 1,2,3, две карточки с одной ладошкой, одна карточка с двумя ладошками.

Цель: формировать умение отбивать мяч о пол правой (левой) рукой, двумя руками.

Игровое задание : ребенок с мячом становится рядом с обручами лежащими на полу и отбивает мяч о пол в правом обруче 2 раза , в левом 1 раз, в обруче по середине 3 раза.

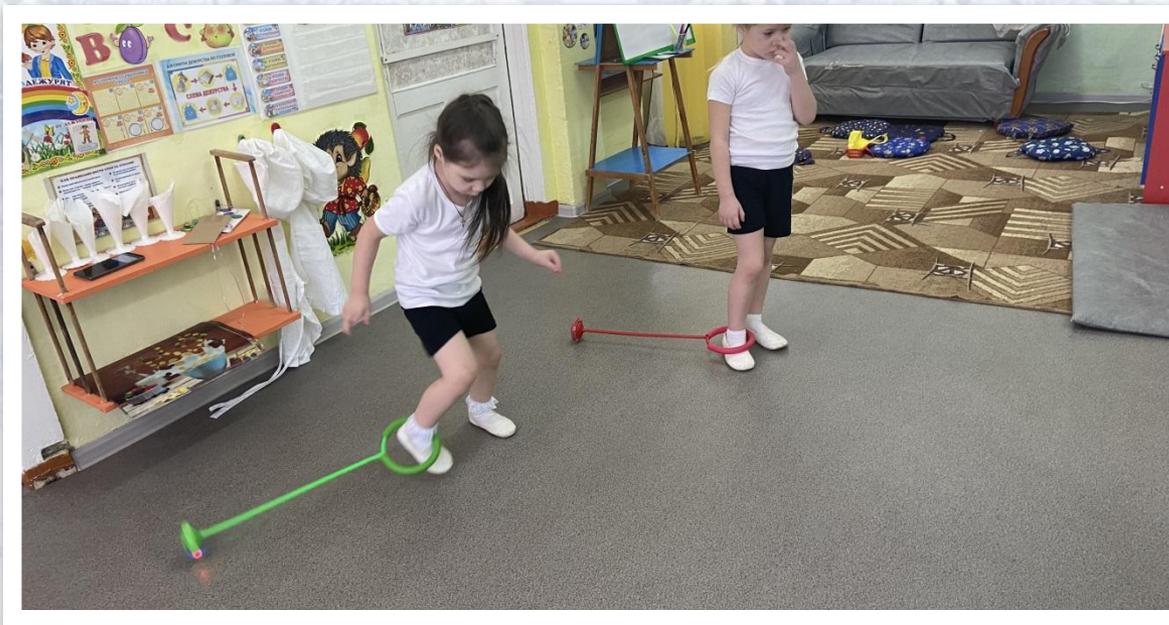


Задание «Юла»

Оборудование: 2 обруча.

Цель: развить мелкие мышцы кисти рук.

Игровое задание: И.п. – обруч вертикально на полу, захват одной рукой. С помощью вращательного движения кисти руки привести обруч в круговое движение вокруг своей оси. **Усложнение:** Успеть поймать обруч одной рукой, не давая ему упасть; соревноваться, у кого дольше будет вращаться обруч. При вращении обруча успеть выполнить какое-нибудь упражнение и поймать его до падения.



Задание: «нейроскакалка»

Оборудование: 2 нейроскакалки

Цель: развитие координации движений, укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие межполушарного взаимодействия и крупной моторики

Игровое задание: вращение нейроскакалки, на маховой ноге, рукой с перешагиванием через нее толчковой ногой.





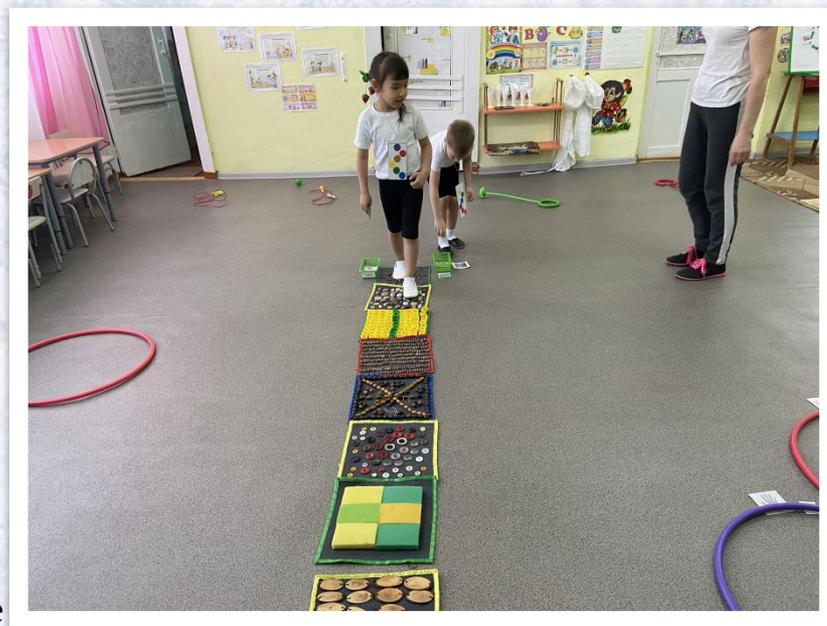
SOCHI
2014

Задание» « Массажная дорожка»

Цель : Профилактика плоскостопия ,
повышение стопы, снятие усталости и
повышения настроения.

Оборудование: карточки , обозначающие
вид ходьбы(обычная ходьба, на носках,
на пятках); карточки с летними и
зимними олимпийскими видами
спорта; массажная дорожка.

Игровое задание: Ребенок выбирает
карточку с видом ходьбы и карточки с
одним из видов спорта ходьбу по
массажной дорожке в соответствии с
выбранной карточкой и переносит по
ней карточку с видом спорта в коробку
зимние виды спорта или летние виды
спорта. Дети выполняют друг за
другом задание , затем проверяют
правильно ли разложили карточки с видами
спорта.





«Поднимание туловища из положения лежа, сгибание туловища».

Задание из комплекса ГТО.

Цель: Укрепление мышц живота и спины.

Оборудование: гимнастический мат, песочные часы.

Игровое задание: И.П.- лежа на спине, на гимнастическом мате, руки за головой « в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, стопы прижаты партнером к полу. Выполняется максимальное количество поднимания туловища за 1 минуту, касаясь локтями бедер (коленей) с последующим возвратом в и.п.

партнер по песочным часам засекает время и говорит об окончании выполнения задания , выполняющих задания.





Задание « Веселая скакалка».

Цель: Упражнять в прыжках через скакалку . Формировать выносливость, укрепление мышц ног, улучшение координации и подвижности стоп.

Оборудование: скакалка.

Игровое задание: Ребенок держит скакалку за ручки свободно, развернутыми пальцами вперед, скакалка находится сзади. Вращает скакалку вперед (назад) перекидывая через себя , делает прыжок удобным способом: переступанием с ноги на ногу или прыжком на двух ногах.

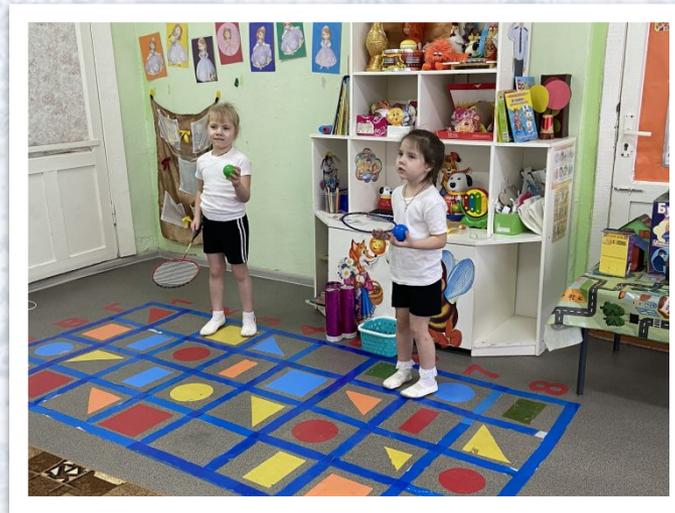


**Задание « Жонглирование
открытой и закрытой
стороной ракетки».**

Цель: развивать глазомер,
внимание, саморегуляцию.

Оборудование: ракетка и мяч

Игровое задание: отбивать мяч,
поочередно открытой и
закрытой стороной ракетки





Интернет – ресурсы:

"Лоскутный" бордюр

Зайка

Мишка

Леопард

Олимпийские кольца

Снежинка и Лучик