

Формы оздоровительных мероприятий с детьми дошкольной группы

Сторожевско-Хуторского филиала МБОУ СОШ с.Сторожевое

Формы работы	Содержание занятий	Условия организации			ответственный
		место	время	Продолжительность мин.	
Утренняя гимнастика	<p>Традиционная гимнастика (включает простые гимнастические упражнения с обязательным введением дыхательных упражнений):</p> <ul style="list-style-type: none"> - с предметами и без предметов; - на формирование правильной осанки; - на формирование свода стопы; - имитационного характера; - с простейшими тренажерами (мячи, гантели, кольца,). 	На свежем воздухе	Ежедневно перед завтраком	Разновозрастная группа - 10-20	Инструктор по физ.культуре, Воспитатель Дрюнина Л.В.
Занятие по физической культуре	<p>Упражнения подбираются в зависимости от задач занятия, от возраста, физического развития и состояния здоровья детей, физкультурного оборудования и пр. Виды занятий; традиционное, тренировочное, сюжетное (игровое), контрольное, занятие ритмической гимнастикой, коррекционно-развивающее (включение специальных упражнений в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей). Используются организованные формы занятий с включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм), праздники, развлечения</p>	На свежем воздухе, на спортивной площадке	3 раза в неделю, в часы наименьшей инсоляции (до наступления жары или после ее спада)	Разновозрастная группа - 10-20	Инструктор по физ.культуре
Подвижные игры	<p>Виды игр:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сюжетные (использование при объяснении 	На свежем	Ежедневно	Разновозрастная	Воспитатель

	<p>крошки-сказки или сюжетного рассказа);</p> <ul style="list-style-type: none"> - несюжетные с элементами соревнований на разных этапах разучивания (новые, углубленно разучиваемые, на этапах закрепления и совершенствования); - народные; - с элементами спорта (бадминтон, футбол, баскетбол) 	воздухе, на спортивной площадке		я группа - 10-20	Дрюнина Л.В., Инструктор по физ.культуре
Двигательные разминки (физминутки, динамические паузы).	<p>Варианты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнения на развитие мелкой моторики; - ритмические движения; - упражнения на внимание и координацию движений; - упражнения в равновесии; - упражнения для активизации работы глазных мышц; - гимнастика расслабления; - корректирующие упражнения (в соответствии с характером отклонений или нарушений в развитии детей); - упражнения на формирование правильной осанки; - упражнения на формирование свода стопы 	На свежем воздухе, на игровой или спортивной площадке	Ежедневно	Разновозрастная группа - 10-20	Воспитатель Дрюнина Л.В., инструктор по физ.культуре
Элементы видов спорта, спортивные упражнения	<p>Виды спортивных упражнений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - футбол; <p>Прикладное значение спортивных упражнений: восприятие соответствующих трудовых навыков и бережное отношение к инвентарю</p>	На свежем воздухе, на игровой или спортивной площадке	Ежедневно	Разновозрастная группа - 10-20	Воспитатель Дрюнина Л.В., инструктор по физ.культуре
Гимнастика после дневного сна	<p>Разминка после сна с использованием различных упражнений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - с предметами и без предметов; - на формирование правильной осанки; - на формирование свода стопы; - имитационного характера; - сюжетные или игровые; - на развитие мелкой моторики; 	Спальня или групповое помещение при открытых фрамугах	Ежедневно после дневного сна	Разновозрастная группа - 10-20	Воспитатель Дрюнина Л.В.

	<ul style="list-style-type: none"> - на координацию движений; - в равновесии 				
Закаливающие мероприятия	<p>Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития, индивидуальных особенностей детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - элементы закаливания в повседневной жизни (умывание прохладной водой, широкая аэрация помещений); - закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями (правильно организованная прогулка, солнечные процедуры в сочетании с физическими упражнениями); - воздушные ванны;- - полоскание полости рта кипяченой водой; -сон без маек. 	С учетом специфики закаливающего мероприятия	По плану и в зависимости от характера закаливающего мероприятия	По усмотрению медицинских работников	Медицинский работник, воспитатель Дрюнина Л.В.
Индивидуальная работа в режиме дня	<p>Проводится с отдельными детьми с целью стимулирования к двигательной активности, самостоятельным играм и упражнениям.</p> <p>Предусматривает оказание помощи детям, не усвоившим программный материал на занятиях, имеющим нарушения в развитии. Содействует укреплению здоровья и улучшению физического развития ослабленных детей.</p>	В спортивном зале	Устанавливается индивидуально	Устанавливается индивидуально	Инструктор по физ.культуре Воспитатель Дрюнина Л.В.
Праздники, досуги, развлечения	Способствуют закреплению полученных навыков, активизации физиологических процессов в организме под влиянием усиленной двигательной активности в сочетании с эмоциями	На свежем воздухе, или спортивной площадке	1 раз в неделю	Не более 30	Воспитатель Дрюнина Л.В.

