

1 слайд

Рабочая программа  
**физкультурно-оздоровительного кружка**  
«Здоровейка»

2 слайд

*Человек – высшее творение природы. Но для того чтобы наслаждаться ее сокровищами, он должен отвечать по крайней мере одному требованию: быть здоровым и дружить со спортом.*

3 слайд

**АКТУАЛЬНОСТЬ программы :**

Проблема сохранения здоровья дошкольников и привития навыков здорового образа жизни, очень актуальна сегодня.

Дошкольный возраст – важный период совершенствования основных функций организма, становления жизненно-необходимых двигательных умений, навыков и физических качеств.

Ребенок в дошкольном возрасте должен почувствовать мышечную радость и полюбить движение, это поможет ему пронести через всю жизнь потребность в движениях, приобщиться к спорту и здоровому образу жизни.

К семи годам должна быть развита способность, переносить статические нагрузки, сформировано умение самостоятельно и творчески использовать накопленный арсенал двигательных средств. Двигательная деятельность должна стать естественной потребностью каждого ребенка независимо от уровня его индивидуальной двигательной активности. От того, как будет организована работа с детьми по физической культуре, зависит, будет ли ребёнок физически готов к обучению в школе, и самое главное – его здоровье.

4 слайд

В программе представлены различные здоровьесберегающие технологии: валеологические игры, суставная гимнастика, подвижные игры, игровой самомассаж, дыхательные упражнения, релаксационная гимнастика, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика, беседы о здоровье, корригирующие упражнения

5 слайд

Изучив методическую литературу: Спортивные мероприятия М.А.Павловой «Пальчиковые игры и упражнения», и Лысогорской О.В; Картушиной М.Ю. «Физкультурные и сюжетные занятия»

6 слайд

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:**

Повышение физической подготовленности детей, уровня здоровья при одновременном развитии их умственных способностей.

**7слайд**

**ЗАДАЧИ:**

**Оздоровительные задачи:**

Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;  
Совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами движения, дыхательных упражнений, самомассажа;  
Формирование правильной осанки, укрепления свода стопы, гигиенических навыков.

**8слайд**

**Образовательные задачи:**

Ознакомление детей с терминами: физические качества; выносливость, равновесие, гибкость, сила;  
Формирование физических двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;  
Расширение кругозора, уточнение представлений о своём теле, уважительное отношение к физической культуре, создание положительной основы для формирования привычки к здоровому образу жизни.

**9слайд**

**Воспитательные задачи:**

Воспитание потребности в здоровом образе жизни; выработка привычки к соблюдению режима, потребность в физических упражнениях и играх.

**10 слайд**

**ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ:**

Повышение уровня физической подготовленности, развития физических и коммуникативных качеств у детей имевших низкий уровень их развития;  
Стабилизация эмоционального фона у детей;  
Снижение заболеваемости;  
Потребность в ведении здорового образа жизни.

11 слайд

Родители были ознакомлены с кружковой деятельностью, поддержали, что будут тесно сотрудничать, что будут оказывать помощь в создании условий.

Ими были приобретены ткани:

- шарфики для глаз - (пробретённая ткань) ФОТО
- мешочки с крупой
- кольцебросы
- набор кеглей

**12 СЛАЙД ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА В ТЕЧЕНИИ ДНЯ:**

- полоскание рта после каждого приема пищи
- пальчиковая гимнастика
- ходьба по мешочкам из крупы
- гимнастика для глаз Весёлая неделька», «Солнечный зайчик»

- Релаксация «Колыбельная», «Ручеёк»
- Дыхательная гимнастика «Пчела», «Ворона», «Быстро – медленно»

13 СЛАЙД

- массаж разных частей тела массаж ног «Барабан», «Дождь»
- Гимнастика после сна фото

14 слайд

- дорожки для профилактики плоскостопия и коррекции осанки.

- гимнастические палки (Все)

- маленькие мячи;

- большие мячи- (фитбол )

- Физминутки (3 фото)

15 СЛАЙД

Кроме повседневной оздоровительной работы, мы проводим 2 раза в неделю во вторую половину дня мини беседы «Ушки на макушке», «Зачем нам нос» и практические занятия. В основу бесед взяты разработки из интернет - ресурсов: М.А.Павловой и Лысогорской О.В; Картушиной М.Ю, а также разработаны свои конспекты.

Мы знакомим детей: с внутренними органами и их значением для жизни человека; с правилами гигиены; рассказываем о пользе солнца, воздуха и воды для закаливания; о вкусной и здоровой пище; о режиме дня; о микробах и многом другом.

16 СЛАЙД

На практических занятиях, мы используем ОВД, ОРУ, подвижные игры: физкультминутки; пальчиковую гимнастику; дыхательные упражнения и т.д.; проводим оздоровительные и физкультурные досуги, спортивные мероприятия соревновательного характера. Фото

17 слайд

### **РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ:**

Работу по данному направлению ведем через:

Родительские собрания

Совместные мероприятия детей и родителей

Анкетирование

Консультации

Фотовыставки ФОТО

Индивидуальные беседы

18 слайд

### **РЕЗУЛЬТАТ:**

По данной оздоровительной программе, мы работаем первый год и эта работа даёт :

У детей наблюдается положительная динамика сформированности осознанного отношения к своему здоровью: показатели самостоятельного владения навыками ЗОЖ улучшились

Повысился интерес родителей к успехам своих детей в области здоровья и физической культуры

Они стараются не только принимать участие в беседах, но и проявлять инициативу при организации и проведении досуговой деятельности детей.

19 слайд

### **ВЫВОД:**

С определенной долей уверенности можно сказать, что оздоровительная программа реализуемая и воспринимается в детском саду воспитанниками достаточно эффективно, наблюдается положительное отношение детей на протяжении всей НОД. РАБОТА ИНТЕРЕСНА НЕ ТОЛЬКО НАМ САМИМ, НО И ДЕТЯМ, И ИХ РОДИТЕЛЯМ.

Следовательно, можно сделать вывод, что этот процесс, организуемый в детском саду строится в правильном направлении, позволяет достигать результатов программы.

20 слайд

Поэтому я буду продолжать работу по этой программе осуществляя тему по самообразованию «Нетрадиционное использование здоровьесберегающих технологий в физическом воспитании и оздоровлении детей»