

**Выступление на педсовете на тему:
«Эффективные формы физкультурно-оздоровительной работы
в ДОУ и семье»**

(Презентация форм работы с семьёй воспитателей группы № 1)

Для родителей нет большей радости, чем здоровый, нормально развивающийся ребенок. К сожалению, по данным медицинской статистики, более чем у 30% детей школьного возраста имеются те или иные заболевания. Растет заболеваемость среди дошкольников. Увеличивается число детей с врожденными пороками.

Поэтому усилия работников МБДОУ сегодня полностью нацелены на оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование его здорового образа жизни.

Физическое воспитание дошкольников представляет собой единую систему воспитательно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, включающую ежедневное проведение утренней гимнастики, образовательной деятельности по физическому развитию, подвижных игр и развлечений в помещении и на свежем воздухе под непосредственным руководством воспитателя. *(Фотографии)*

Значит, утренняя гимнастика, физкультурные занятия, подвижные игры, развлечения являются обязательной частью программы по физическому воспитанию.

Кроме этого в нашей группе проводится систематично закаливание: «Ходьба по солевой дорожке» Мы считаем, что такой вид закаливания очень простой, но эффективный. С младшего возраста мы моем руки холодной водой. Это тоже в некоторой степени помогает.

Очень большое внимание в работе с детьми 6-7 лет занимают подвижные игры, игровые упражнения и задания. В играх у детей не только развиваются и закрепляются физические качества, но и формируется ответственность за себя и других ребят (взаимовыручка, поддержка, нравственные основы поведения в коллективе). *(Фото-игры)*

Согласно принципу интеграции физическое развитие детей осуществляется не только в процессе специфических физкультурных и спортивных игр, упражнений и занятий, но и при организации всех видов детской деятельности через физкультминутки, дидактические игры с элементами движения, подвижные игры с элементами развития речи, математики, конструирования.

Кроме этого мы стараемся, чтобы дети знали о своём организме. Есть у нас книга «Твоё питание и здоровье» - это полный, богато иллюстрированный справочник, который поможет дошкольнику быть в отличной форме. В этой книге рассказывается, как работает наш организм, как нужно за ним ухаживать и какие упражнения делать, чтобы чувствовать себя бодрым и прекрасно выглядеть. В режимные моменты проводили занятия на темы: «Зачем нужна гимнастика?», «Что происходит при занятиях гимнастикой?», «Что такое гибкость?», «Упражняйтесь, чтобы развивать гибкость.» *(Иллюстрации)*

Параллельно ведём работу, направленную на формирование у ребёнка мотива самосохранения, воспитания привычку думать и заботиться о своём здоровье. Проводились занятия: «Здоровое питание», «Витамины», «Безопасность питания», «Здоровые зубы», «Уход за глазами»

Особо обращаем внимание детей на травмы и как от них избегать. Выходит задача: воспитание безопасного поведения детей в повседневной жизни.

Мы часто говорим: давайте поблагодарим глаза, что они есть; давайте скажем спасибо рукам и ногам, что они нам помогают. (*Фотография*)

В процессе формирования у детей осознанного отношения к своему здоровью мы учим их понимать значение и преимущество хорошего самочувствия, позволяющего им участвовать в общих играх, развлечениях, экскурсиях. Важное место отводится постоянному стимулированию развития у детей навыков личной гигиены и осуществлению контроля их неукоснительного соблюдения.

Нужно добиваться, чтобы дети понимали, что знание и соблюдение правил гигиены поможет им сохранить здоровье, позволит участвовать в разнообразных занятиях, улучшить социальные контакты и настроение.

Формы работы физического и оздоровительного направления

- занятия физической культурой в спортивном зале и на спортивной площадке;
- закаливание;
- массаж (самомассаж), точечный массаж по Уманской;
- дыхательная гимнастика;
- восточная гимнастика;
- артикуляционная гимнастика;
- детский фитнес;
- занятия на детских тренажерах;
- игры на развитие мелкой моторики;
- утренняя гимнастика с музыкальным сопровождением;
- игры в сухом бассейне;
- кружковая работа по обучению плаванию;
- кружковая работа по хореографии.

Формы работы с родителями

- организация лектория для родителей групп ЧБД;
- родительские собрания на темы «Роль семьи в физическом воспитании ребенка», «Если хочешь быть здоровым – закаляйся»;
- участие родителей в педсовете «Организация физкультурно-оздоровительной работы с детьми в ДОУ и семье»;
- использование и передача опыта семей, ведущих активный образ жизни;
- посещение занятий по физической культуре;
- дни открытых дверей;

- консультации «Игры в сухом бассейне», «Зимние виды спорта для дошкольников», «Закаливание ребенка в домашних условиях»;
- совместные спортивные праздники и дни здоровья;
- семейный клуб «Здоровье»;
- клуб родителей будущих первоклассников;
- участие родителей в городских соревнованиях «Камский веломарафон»;
- папки с планами индивидуальной работы родителей с детьми на весь год;
- стенды для родителей «Будущие олимпийцы»;
- фотогазеты «Спортивная семья», «Мы растем здоровыми».

Родители всегда в курсе, что происходит в группе. В семейном клубе «Здоровье» родители обмениваются опытом, как правильно лечить ребёнка с народными методами (обычно проводим в начале года). Родителям раздаём памятки «Памятка в сезон гриппа и простуд» (*Фото*)

Наши родители активные и спортивные. Есть семьи, которые придают особое значение физическому воспитанию ребёнка. Это семьи Литвинцева Руслана, Маликова Айнура, Хаматхановой Ильвины, Сафиной Гульшат

Во многих семьях родители зимой с детьми выходят на прогулки в лес и в парк; катаются на лыжах и коньках; летом катаются на велосипеде, купаются в бассейне и водоёмах. (Сабирова Д., Сафина Лилиана, Шайхов Самат (ЛФК), Ахметов Ринас, Титов Вадим)

Литература:

1. Г.И.Кулик, Н.Н.Сергиенко «Школа здорового человека»
2. Иллюстрированный справочник «Твое питание и здоровье»