

Создание условий по развитию у детей дошкольного возраста культуры здорового образа жизни и интереса к спортивным играм и спорту

Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребностей в движении в ДООУ созданы следующие условия:

- В каждой группе имеется спортивный уголок со спортивным инвентарем, оборудованный пособиями для метания, прыжков, бега, атрибутами к подвижным играм в соответствии с возрастом детей.
- Карточка игр, физкультминуток, методические рекомендации.
- Спортивная площадка для подвижных и спортивных игр.
- Имеется музыкальный зал, совмещенный со спортивным залом с оборудованием и спортивным инвентарем.
- В группах имеются уголки уединения для детей с чувствительной психикой.
- Функционирует медицинский кабинет

Организация рационального питания детей в ДООУ осуществляется в соответствии с 10 – дневным меню. Бракераж готовой продукции проводится регулярно, с оценкой вкусовых качеств. При этом осуществлялся регулярный медицинский контроль за условиями хранения продуктов и сроками их реализации, санитарно–эпидемиологический контроль за работой пищеблока и организацией обработки посуды. График выдачи питания разрабатывался в соответствии с возрастными особенностями детей и временем года. Обязательным условием рационального питания является правильно составленное меню, при разработке которого должен учитываться целый ряд факторов. Одним из условий правильного составления меню является максимально возможное разнообразие блюд, обязательное использование свежих фруктов. Основными принципами организации рационального питания детей в ДООУ является:

- обеспечение детского организма необходимыми продуктами для его нормального роста;
- адекватная энергетическая ценность рационов, соответствующая энергозатратам детей;
- сбалансированность рациона по всем заменяемым и незаменимым пищевым ингредиентам;
- высокая технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд, обеспечивающая их вкусовые достоинства и сохранность пищевой ценности;

Выполнение норм питания по основным продуктам составляет 100%. Калорийность соответствует норме.

Спортивный зал



Спортивная площадка





Фрагменты физкультурных занятий с детьми







Ежегодно в нашем детском саду проводятся мероприятия, посвященные «Всемирному Дню здоровья».

7 апреля этого года также не стал исключением: в течение дня воспитатели провели с детьми беседы о значении здоровья, здорового образа жизни, организовали интересные физкультминутки, чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций и картин на тему здоровья, играли в подвижные игры.

Для воспитанников старшей группы инструктор по физической культуре и воспитатели подготовили «Веселую зарядку». В подготовительной группе был организован праздник «День здоровья».

День здоровья прошел очень динамично и ярко, принес детям массу позитивных впечатлений!





Сегодня в детском саду состоялся турнир по пионерболу между командами старшей и подготовительной группы. Инструктор по физической культуре Евгения Андреевна Токарева напомнила детям правила игры. По свистку команды заняли свои позиции на игровом поле.

Команда подготовительной группы оказалась более удачливой, она и стала победителем турнира. Евгения Андреевна вручила капитану команды почётную грамоту за первое место. Команде старшей группы также была вручена почётная грамота за второе место. Спортивный турнир прошёл очень динамично и с хорошим настроением. У команды старшей группы ещё не раз будет возможность попытаться обыграть своих соперников из подготовительной группы. Все ребята между собой большие друзья и такие спортивные баталии только подзадоривают их, чтобы ещё больше тренироваться и улучшать свои результаты.





Коррекционно-корректирующая дорожка - это удобный компактный тренажер для выполнения упражнений на координацию, прыгучести и ловкости. Эта дорожка применяется для разминки и при обучении различным видам прыжков.

В нашем детском саду такая дорожка нашла свое место в общем коридоре и служит тренажером в том числе для формирования правильной осанки, выносливости детей. Корректирующая дорожка получила большую любовь у детей, они с большим удовольствием занимаются на ней.

Мы хотим вам показать небольшой отрывок из занятия на корректирующей дорожке.

Инструктор по физической культуре Токарева Е.А.

[#стань_чемпионом](#)

[#мы_занимаемся_спортом](#)



October 23

МБДОУ-д/с №5 ст. Старовеличковская



В детстве легко вырабатываются положительные навыки, поэтому формировать правильную осанку нужно уже в дошкольном возрасте.

Основным средством формирования правильной осанки и коррекции ее нарушений являются занятия физическими упражнениями. В детском саду, на занятиях физкультурой, воспитанники выполняют упражнения для развития больших мышечных групп, особенно спины, живота и ног, чтобы создать естественный мышечный корсет. Инструктор по физкультуре Токарева Е.А.

71 edited 15:24

МБДОУ-д/с №5 ст. Старовеличковская



🏆🏆🏆 Занятие по физическому развитию, направленное на формирование координационных и силовых способностей в младше - средней группе. Физинструктор
Токарева Е.А. #мысльные #спорт



👁️ 74 edited 12:31



Сегодня в детском саду состоялся турнир по пионерболу между командами старшей и подготовительной группы. Инструктор по физической культуре Евгения Андреевна Токарева напомнила детям правила игры. По свистку команды заняли свои позиции на игровом поле.

Команда подготовительной группы оказалась более удачливой, она и стала победителем турнира. Евгения Андреевна вручила капитану команды почётную грамоту за первое место. Команде старшей группы также была вручена почётная грамота за второе место. Спортивный турнир прошёл очень динамично и с хорошим настроением. У команды старшей группы ещё не раз будет возможность попытаться обыграть своих соперников из подготовительной группы. Все ребята между собой большие друзья и такие спортивные баталии только подзадоривают их, чтобы ещё больше тренироваться и улучшать свои результаты.



94 14:33

МБДОУ-д/с №5 ст.Старовеличковская



По традиции, 21 февраля, в нашем ДОУ №5 в младшей и старшей группах прошли спортивные праздники, посвященные "Дню защитника Отечества". Маленьким спортсменам предстояло пройти эстафеты и соревноваться в ловкости, силе, смелости, находчивости. Дети уверенно боролись за победу. В гости к воспитанникам пришел курсант военной академии, он рассказал детям о том, какими качествами должен обладать военный. В перерывах между конкурсами ребята пели песни, читали стихи, исполняли танцы на военную тематику.



Ежегодно в нашем детском саду проводятся мероприятия, посвященные «Всемирному Дню здоровья».

7 апреля этого года также не стал исключением: в течение дня воспитатели провели с детьми беседы о значении здоровья, здорового образа жизни, организовали интересные физкультминутки, чтение художественной литературы, рассматривание иллюстраций и картин на тему здоровья, играли в подвижные игры.

Для воспитанников старшей группы инструктор по физической культуре и воспитатели подготовили «Веселую зарядку». В подготовительной группе был организован праздник «День здоровья».

День здоровья прошел очень динамично и ярко, принес детям массу позитивных впечатлений!





18 апреля в нашем детском саду совместно с представителями функционального муниципального Центра тестирования ГТО прошли спортивные состязания "Займись спортом! Навстречу комплексу ГТО!", в котором приняли участие 22 воспитанника подготовительной группы. Все дети зарегистрированы в системе АИС-ГТО. В ходе соревнований ребята показали отличные результаты, были выявлены дети с наилучшими показателями в тестах.





Лучшая пропаганда здорового образа жизни – это занятия физкультурой и спортом. В нашем детском саду этому уделяется большое внимание.

2 августа в старшей и подготовительной группах прошли спортивные соревнования «Веселые старты». Командам были предложены интересные конкурсы с бегом, прыжками, эстафеты с мячами, обручами, где они смогли проявить свои спортивные, способности и навыки. Участники спортивных соревнований проявили не только силу, ловкость и выносливость, но и умение работать в команде, чувствовать друг друга и поддерживать во всем.

Праздник получился захватывающим и забавным. Все ребята







Езда на велосипеде

Езда на велосипеде является очень важным упражнением в физическом воспитании детей, так как способствует формированию у ребенка умения сохранять равновесие, координировать движения и развивает быстроту реакции на изменение обстановки на окружающей местности. Катание на велосипеде развивает у ребенка мышцы ног, ритмичность движений и ориентировку в пространстве.



Велосипед подбирается в соответствии с ростом ребенка. Чаще приобретаются такие трехколесные велосипеды, которые можно без труда переоборудовать в двухколесные, меняя высоту седла с учетом роста ребенка.

Для езды на велосипеде на участке дошкольного учреждения отводится специальное место, где можно ездить, никому не мешая и не сталкиваясь с другими детьми. Для этого в ДОУ имеется ровная дорожка шириной 3 м, длиной 50 м. Обучение катанию на велосипеде можно совмещать с обучением детей правилам дорожного движения, используя для этого небольшую, покрытую асфальтом площадку. На ней можно оборудовать импровизированный переход со светофором, поставить дорожные знаки и сделать необходимую дорожную разметку.

Перспективный план по обучению детей катанию на велосипедах

Средняя группа

Время проведения	Виды упражнений с велосипедом	Цели
<i>Март</i>	1). Знакомство с велосипедом и самокатом. 2). Знакомство с правилами безопасности на дороге.	Познакомить детей с частями велосипеда, их названиям и функциональным значением, закрепить общие правила ухода за велосипедом. Познакомить с правилами безопасности на дороге. Формировать у дошкольников систему валеологических знаний и основы здорового образа жизни
<i>Апрель</i>	1. Вождение велосипеда по прямой дорожке. 2). Вождение велосипеда по кругу. 3). Вождение велосипеда змейкой. 4). Вождение велосипеда по прямой с поворотами вправо, влево	Учить детей водить велосипед в разных направлениях держа руль обеими руками, поворачивать в различных направлениях. Сформировать у дошкольников ценностное отношение к своему здоровью и мотивация здорового образа жизни
<i>Май</i>	1). Катание на велосипеде по прямой. 2). Катание на велосипеде по кругу. 3). Катание змейкой. 4). Катание по прямой с поворотами вправо, влево.	Познакомить детей с основными движениями на велосипеде. Учить садиться на велосипед, правильно отталкиваться, держать руль обеими руками, поочередно крутить педали, держать равновесие, поворачивать руль в разных направлениях. Научить разнообразным движениям на велосипеде (кататься по прямой, по кругу, змейкой). Развивать физические качества (скорость, силу, гибкость, выносливость)

Старшая и подготовительная к школе группа

<i>Июнь</i>	1). Катание вокруг детского сада. 2). Катание по волнистой. 3). Катание с преодолением препятствий. 4). Катание змейкой.	Закрепить умение правильно садиться на велосипед. Учить детей ездить на велосипеде в разных направлениях(по волнистой, вокруг детского сада),преодолевать естественные препятствия. Воспитывать в них интерес к активной двигательной деятельности(на горку, с горки). Развивать умение применять свои знания в повседневной жизни.
-------------	---	---

<i>Июль</i>	<p>1). Катание по коридору (между двумя параллельными линиями длина 30 м расстояние между ними 2 м)</p> <p>2). Катание с горки.</p> <p>3). Катание вокруг детсада.</p> <p>4). Катание по прямой с поворотами вправо, влево.</p>	<p>Учить детей кататься на велосипеде на ограниченной плоскости и преодолевать естественные препятствия. Закрепить умение кататься по прямой с поворотами вправо и влево. Развивать глазомер, наблюдательность, смелость, решительность). Способствовать усвоению доступных представлений и знаний о пользе катания на велосипеде</p>
<i>Август</i>	<p>Праздник по правилам безопасности «Внимание дети на дороге»</p>	<p>Закрепить навыки езды на велосипеде на знакомой местности, правила поведения на дороге. Формировать систему знаний по безопасности жизнедеятельности. Учить ориентироваться на местности, составлять маршрутные листы). Развивать (выдержку, настойчивость, решительность)</p>
<i>Сентябрь</i>	<p>Веломарофон «В гости к колобку»</p>	<p>Закрепить умение правильно садиться на велосипед, держать равновесие. Совершенствовать двигательные навыки на велосипеде в естественных условиях. Закрепить правила безопасности на дороге.</p>
<i>Октябрь</i>	<p>Велогонка с участием родителей «Догони меня папа»</p>	<p>Способствовать укреплению физического и эмоционального здоровья детей. Воспитывать у детей и родителей привычку к здоровому образу жизни. Содействовать здоровому быту в семье.</p>
<i>Ноябрь</i>	<p>Велосипедные соревнования на школьном стадионе</p>	<p>Закрепить практические навыки езды на велосипеде. Учить не теряться перед преодолением препятствий, применять свои знания на практике.</p>
<i>Март</i>	<p>1.Правила дорожного движения для велосипедиста.</p> <p>2.Повтор техники катания на велосипеде.</p> <p>3.закрепление практических навыков езды на велосипеде (по прямой, по кругу, змейкой).</p>	<p>Продолжать учить садиться на велосипед, правильно отталкиваться, держать руль обеими руками, поочередно крутить педали, держать равновесие, поворачивать руль в разных направлениях. Закрепить разнообразные движения на велосипеде (катание по прямой, по кругу, змейкой). Развивать физические качества (скорость, силу, гибкость, выносливость)</p>
<i>Апрель</i>	<p>1.Правила дорожного движения для велосипедистов.</p> <p>2.Прогулка на велосипеде на школьный стадион.</p> <p>3.Прогулка на велосипеде по улице</p>	<p>Учить детей кататься на велосипеде на ограниченной плоскости и преодолевать естественные препятствия. Закрепить умение кататься по прямой с поворотами</p>

	вместе с родителями.	вправо и влево. Развивать глазомер, наблюдательность, смелость, решительность). Способствовать усвоению доступных представлений и знаний о пользе катания на велосипеде.
<i>Май</i>	1. Правила дорожного движения для велосипедиста. 2. Прогулка «Внимание! Дети на дороге». 3. «Веселые старты»	Способствовать укреплению физического и эмоционального здоровья детей. Воспитывать у детей и родителей привычку к здоровому образу жизни. Содействовать здоровому быту в семье.

Дорожки здоровья







*В каждой группе имеются плескательницы
для игр детей с водой*





Лепбук «Будь здоров» для привития детям ЗОЖ



**Наш детский сад
включён в состав федеральной
пилотной площадки по созданию
центров раннего физического развития
детей дошкольного возраста**



С начала текущего учебного года в детском саду начата реализация программы раннего физического развития дошкольников, направленной на организацию разносторонней деятельности образовательного учреждения по сохранению здоровья детей, реализации комплекса воспитательно-образовательных, оздоровительных и лечебно-профилактических мероприятий и создание у детей устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Дорожки здоровья







*В каждой группе имеются плескательницы
для игр детей с водой*





Лепбук «Будь здоров» для привития детям ЗОЖ

