Подписано цифровой подписью: Евтеева Нелли Ибрагимовна
Дата: 2023.03.24 12:46:17 +03'00'

Российская Федерация
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 301»

Программа оздоровления, физкультурных досугов, развлечений и праздников в МАДОУ №301 2022-2023г.

Составила: инструктор физ. воспитания
Отарашвили С.Е.

г. Ростов-на-Дону

Пояснительная записка

В уставе Всемирной организации здравоохранения говорится, что здоровье — это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оно является важнейшим показателем, отражающим биологические характеристики ребёнка, социально – экономическое состояние страны, условия питания, образования детей, их жизни в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства.

Сохранение здоровья детей постоянно волнует специалистов в области дошкольного и школьного образования. В её решении принимают непосредственное участие воспитатели, инструктора по физической культуре, психологи, учителя начальных классов и специалисты других профессий. В современных условиях эта проблема чрезвычайно остра в связи с резким снижением процента практически здоровых детей и увеличением отстающих в развитии, имеющих хронические заболевания, неврозы. Причина такого положения – гиподинамия, нарушение питания, экологическая обстановка, общее состояние социальной среды.

Проблема сохранения здоровья – социальная и решать её нужно на всех уровнях общества. Работа детского сада должна быть ориентирована на сохранение и укрепление здоровья детей. И она может считаться полноценной тогда, когда в полной мере и в единой системе реализуется здоровьесберегающие и здоровье формирующие технологии. Осуществление здоровьесберегающей деятельности в воспитательно – образовательном процессе является основным требование к дошкольному образовательному учреждению. Образование сегодня должно быть здлровьетворящим, направленным на формирование личности, здоровой духовно и физически, развитой интеллектуально и обладающей для этого необходимыми знаниями, и навыками, типом поведения и образом мышления. Развитие культуры здорового образа жизни сегодня является одной из основных социальных потребностей детей и родителей.

В основу разработки программы лёг принцип, что здоровье ребёнка – это его полноценное существование одновременно в трёх планах – телесном, психическом и социальном, здоровье — это основной жизненный ресурс ребёнка.

Программа отражает эффективные подходы к комплексному решению вопросов оздоровления подрастающего поколения в МАДОУ. Она определяет основные направления, задачи, а также план действий.

Основные цели программы:

- Содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами физической культуры;
- Сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

Основные задачи:

- Укрепление здоровья;
- Совершенствование двигательных навыков, физических и личностных качеств дошкольника;
- Развитие творческих и познавательных способностей;
- Содействие педагогам и родителям в воспитании здорового ребёнка.

Организационные методические мероприятия

- Знакомство и внедрение в практику работы МАДОУ оздоровительно – развивающих программ, педагогических технологий физического совершенствования дошкольников.
- Разработка системы физического воспитания, основанной на индивидуально – психологическом подходе.
- Внедрение новых технологических методов коррекции и реабилитации в упражнениях для детей с различными видами нарушений в физическом и психическом развитии, а также в системы их социального сопровождения после выпуска из дошкольного учреждения.
- Педагогическая диагностика уровня физической подготовленности детей: определение уровня развития физических качеств, определение степени сформированности двигательных умений, использование результатов медицинского обследования для планирования физкультурно – оздоровительной работы.
- Обеспечение условий для овладения детьми жизненно – важными двигательными навыками.
- Формирование доступных знаний в области физической культуры.
- Пропаганда ЗОЖ (проведение конкурсов, праздников, фотостендов, мультимедийных презентаций).
- Организация деятельности детей в условиях физической рекреации: физкультурно – оздоровительные мероприятия в режиме дня, секционные занятия, физкультурные досуги, праздники, релаксация.
- Педагогический контроль за состоянием здоровья детей в процессе занятий физическими упражнениями.

Перспективный план физкультурных досугов, развлечений и праздников

на 2022-2023 год.

Цель: Обеспечить укрепление здоровья детей, приобщать к ЗОЖ, создавать веселое **праздничное настроение**, закреплять двигательные навыки в основных и спортивных упражнениях, воспитывать нравственно-волевые качества.

Средняя, старшая, подготовительная группа.

Сентябрь

1. **Физкультурное развлечение**: *«В гостях у мишки» (средняя гр.)*

Задачи: Упражнять детей в ходьбе друг за другом и медленном беге; совершенствовать навыки прыжков; продолжать расширять знания детей о природе; доставлять детям чувство радости.

2. Физкультурное развлечение: «*День знаний» (подготовительная гр.)*

Задачи: **развивать** у детей познавательную мотивацию, интерес к школе, книге. Формировать дружеские, доброжелательные, отношения между детьми.

3. Чемпионат школьных спортивных клубов, соревнования для дошкольных воспитанников: "Папа, мама, я- спортивная семья"!
Задачи: использовать личный пример взрослых членов семьи в физическом воспитании;**развить** координацию движений, ловкости, умение действовать сообща и действовать по сигналу;прививать любовь к **физкультуре и спорту**.

Октябрь

1. **Физкультурное развлечение на тему** : *«Мой веселый, звонкий мяч»(старшая гр.)*

Задачи: Доставить детям удовольствие при выполнении физических упражнений; **развивать** ловкость и глазомер при катании мяча, *(бег, прыжки, равновесие)*

2. *«Осень в лесу». (средняя группа)*

Задачи:

расширять словарный запас детей за счет имен существительных *(названия грибов)*;

развивать двигательные способности: силу, быстроту, выносливость, гибкость, координацию; **развитие общей**, мелкой моторики;

воспитывать дружелюбие, стремление к взаимовыручке.

3. *«Мы спортсмены»* **досуг**. *старшая гр.)

Задачи: совершенствовать навыки бега, **развивать быстроту**, ловкость, чувство товарищества.

4. *«День бегуна» (**досуг**) (подготовительная гр.)*

Задачи: совершенствовать навыки бега, **развивать быстроту**, ловкость, выносливость, чувство товарищества.

Ноябрь

1. *Участие в* Третьем Открытом Первенстве по спортивному многоборью среди образовательных учреждений РФ и стран ближнего Зарубежья «ЛИГА ЧЕМПИОНОВ-2022» *(подготовительные группы)*

Задачи: Формировать начальные представления о здоровье и здоровом образе жизни. Расширять представления о здоровом образе жизни, воспитывать стремление вести здоровый образ жизни.

2. День народного единства. (подготовительная гр.)

Задачи: расширять представления о родной стране, о гос. **праздниках**, **развивать** интерес к истории своей страны

Задачи: закреплять навыки двигательной культуры, полученные в ходе ОД, **развивать выносливость**, дух соревнований, воспитывать стремление вести здоровый образ жизни.

Декабрь

3. *«Новогодний теремок» (средняя гр.)*

Задачи: закреплять умения водить хороводы, выполнять музыкально-ритмические движения в непринужденной обстановке, закреплять знания о зиме.

4. *«У Мишки в гостях» (**развлечение**)*. (средняя гр.)

Задачи: совершенствовать умения и навыки, полученные на **физкультурных занятиях**.

5. *«Зимняя прогулка в лес» (средняя гр.)*

Задачи: совершенствовать двигательные умения и навыки, **развивать ловкость**, быстроту реакции в играх и координацию движений, воспитывать интерес к зимним видам спорта.

6. *«В гостях у сказки» (средняя гр.)*

Задачи: **развивать силу**, ловкость выносливость, скорость, воспитывать инициативность, стремление к взаимопомощи.

Январь

1. *«Зимушка-зима» (старшая гр.)*

Задачи: продолжать закреплять двигательные умения и навыки, закреплять знания о зиме. Расширять представления о здоровом образе жизни, воспитывать стремление вести здоровый образ жизни.

2. *«Веселые старты» (подготовительная гр.)*

Задачи: воспитывать интерес к зимним видам спорта, укреплять здоровье, способствовать радостному эмоциональному объединению детей, **развивать стремление к победе**. Расширять представления о здоровом образе жизни, воспитывать стремление вести здоровый образ жизни.

Февраль

1. **Праздник,** посвященный дню Защитника Отечества

«Школа молодого бойца» (старшие гр.)

Задачи: воспитывать у воспитанников патриотизм, бережное отношение к своей Родине с помощью патриотических стихов и песен, научить детей действовать сплоченно, одной командой.

2. **Праздник,** посвященный дню Защитника Отечества (подготовительная гр.)

Задачи: расширять знания о российской армии, о почетной обязанности охранять Родину, воспитывать детей в духе патриотизма

3. **Спортивное развлечение** «Веселые старты» (средние гр.)

Задачи: расширять знания о российской армии, о почетной обязанности охранять Родину, воспитывать детей в духе патриотизма.

Март

1. *«Вечер подвижных игр» (**досуг**) (старшая гр.)*

Задачи: **развивать ловкость**, быстроту, умение ориентироваться в пространстве, воспитывать самостоятельность, любовь к русским народным играм.

2. *«Дорожка здоровья» (**досуг**) (старшая гр.)*

Задачи: учить детей заботиться о своем здоровье, закрепить знания о пользе солнца и воздуха и воды, воспитывать любовь к спорту.

3. *«Ярмарка игр» (средняя гр.)*

Задачи: В форме подвижных игр и игровых упражнений закреплять у детей двигательные умения; **развивать** мелкую и общую моторику, координацию речи и движения, ловкость, быстроту, реакцию. Воспитывать у детей дружелюбие, чувство взаимопомощи. Создать радостную, дружескую обстановку.

4. *«Путешествие в **физкультурный город**»(средняя гр.)*

Задачи: продолжать формировать сознательное отношение к своему здоровью; формировать оптимальную двигательную активность детей в процессе двигательной деятельности; создавать условия для физической разрядки детей.

Апрель

1. *«**Физкультура для зайчонка**» (**досуг**) (средняя гр.)*

Задачи: **развивать** физические качества и навыки, способствовать воспитанию дружественных чувств к сверстникам.

2. *«Космонавты» (старшая гр.)*

Задачи: формировать интерес к спорту и потребность заниматься **физкультурой**, **развивать силу**, ловкость, скорость.

3. *«Будущие космонавты»* **досуг***(средняя гр.)*

Задачи: формировать интерес к спорту и потребность заниматься **физкультурой**, **развивать силу**, ловкость, скорость.

4. Развлечение Весна-красна(средняя гр.)

Задачи: формировать у детей обобщенные представления о весне, расширять знания о характерных признаках весны

Май

1. Торжественное мероприятие «Папа, мама и я – спортивная семья».

2. Сдача норм ГТО, участники - дети подготовительных групп
   - Задачи: Содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами физической культуры, сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

3. День здоровья (средняя гр.)

   Задачи: Закрепить и повторить с детьми подвижные игры с бегом и прыжками. Воспитывать выдержку.

4. День здоровьят(старшая гр.)

Задачи: расширять представления о здоровом образе жизни, воспитывать стремление вести здоровый образ жизни.