

Виноградова Марина Юрьевна

воспитатель

МДОУ «Детский сад №1 «Счастливчик»

г. Кимры, Тверская область

ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

***Аннотация:** статья посвящена дошкольному периоду детства, который характеризуется интенсивным формированием организма детей, их опорно-двигательного аппарата. В этом возрасте закладывается фундамент здоровья ребенка, а для морфологического совершенствования в этот период ведущее значение имеют рациональный двигательный режим и всесторонняя поддержка физического развития ребенка, как в семье, так и в образовательном учреждении.*

***Ключевые слова:** физическая культура, здоровый образ жизни, дошкольники, здоровье, двигательная активность.*

Сегодня большинство детей дошкольного возраста нуждается в активном и целенаправленном наблюдении и оздоровлении. От эффективности этих мероприятий во многом зависит дальнейшая судьба ребенка, его здоровье, физическое и психическое развитие, возможность получения полноценного образования. Состояние здоровья детей из сугубо медицинской стало и педагогической проблемой. При низких показателях здоровья и плохой посещаемости ДООУ не могут быть реализованы учебно-воспитательные программы. Таким образом, вопрос совершенствования оздоровительной работы в образовательных учреждениях в настоящее время приобретает особую актуальность.

Одним из важнейших направлений развития и оздоровления детей дошкольного возраста является грамотная высокоэффективная организация здоровьесберегающего педагогического процесса, то есть соответствующего возрастным и индивидуальным возможностям, использующего адекватные технологии развития и воспитания и способствующего усвоению детьми ценностей

здоровья и здорового образа жизни. Физическое воспитание в этом направлении играет одну из главенствующих ролей.

В условиях нашего ДООУ вопрос создания здоровьесберегающей среды решается и как работа по сохранению и укреплению здоровья детей в целом, и как система педагогической поддержки индивидуального физического развития каждого ребенка. В нашем детском саду – 11 групп, посещает 278 детей. Работаем по программе «Радуга» / Т.И. Гризик, Т.Н. Доронова, Е.В. Соловьева, С.Г. Якобсона./

Основное направление – это охрана и укрепление здоровья детей. В решении данного вопроса принимают участие воспитатели, медицинские работники, родители. Каждый учебный год ставилась задача по оздоровлению детей, воспитанию у них потребности заботиться о своем здоровье.

Физкультурное занятие – это ведущая форма организованного систематического обучения детей двигательному умению и навыкам. На занятиях осуществляется индивидуально – дифференцированный подход к детям: при определении нагрузок учитывается уровень физической подготовки и здоровья, половые особенности. Для занятий с детьми в зале имеется необходимое оборудование: гимнастическая стенка, тренажеры, маты, обручи всех размеров, мячи, гимнастические палки и др. Для активной двигательной деятельности детей на свежем воздухе используются: лыжи для занятий зимой, бадминтон, волейбольная сетка, баскетбольные и волейбольные мячи, скакалки. В каждой группе оформлен «Уголок для спортсмена», где имеется необходимое оборудование. При использовании спортивно-игрового оборудования на занятиях создаются вариативные и усложненные условия для выполнения различных физкультурных упражнений, благодаря чему дети приучаются проявлять находчивость, решительность, смелость, самостоятельность. Участие в подвижных и спортивных играх (баскетбол, бадминтон, ходьба на лыжах) способствует формированию у детей умения решать двигательные задачи.

Педагогами детского сада проводятся разнообразные мероприятия, которые помогают в оздоровлении ребенка. Двигательный режим в ДООУ начинается

с утренней гимнастики, которая направлена на оздоровление, укрепление, повышение функционального уровня системы организма. После гимнастики дети моют лицо, шею, руки, что служит закаливающей процедурой.

Весной, летом, осенью, если позволяют погодные условия, зарядка проходит на свежем воздухе. Прогулки проходят два раза в день с подвижными играми.

Оздоровительную бодрящую гимнастику после сна планируем на две недели. В комплекс входят упражнения на осанку, для профилактики плоскостопия, дыхательные упражнения. Двигательный режим детей насыщен играми, музыкальными развлечениями, спортивными играми. Летняя оздоровительная работа представляет собой комплекс мероприятий. В режиме предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе. К закаливающим мероприятиям добавляется обливание ног водой.

Диагностические исследования физического развития детей показали, что к концу года его уровень повышается за счёт регулярно проводимых мероприятий.

Список литературы:

1. Богина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. – М: Мозайка-синтез, 2005.
2. Должиков И.И. Физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия в детском саду. – М.: Айрис-Пресс, 2005.
3. Маханева Д.В. Воспитание здорового ребенка. – М., 2000.
4. Лысова В.Я., Яковлева Т.С., Зацепина М.Б. Спортивные праздники и развлечения для дошкольников. – М.: Арктик, 2000.
5. Осокина Т.И., Тимофеева Е.А. Игры и развлечения на воздухе. – М.: Просвещение.