

Великодская Варвара Вадимовна

старший воспитатель

МБДОУ «Д/С №5»

г. Белгород, Белгородская область

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ЗАКАЛИВАЮЩИХ СИСТЕМ КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО САДА

Аннотация: статья посвящена проблеме поиска эффективных и доступных оздоровительных мероприятий, проводимых в ДОУ, путем выстроенной системы закаливающих процедур.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, система оздоровительно-закаливающих процедур, оздоровительные мероприятия.

Перед детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья. Забота о здоровом образе жизни является основой физического и нравственного воспитания. Обеспечение оздоровления организма дошкольников в условиях дошкольного учреждения возможно только путем комплексного укрепления физического здоровья детей, путем интеграции образовательных областей и через систему закаливающих мероприятий.

Физическое воспитание детей дошкольного возраста направлено на укрепление их здоровья, совершенствование физиологических и психических функций развивающегося организма, его закаливание, развитие двигательных умений, повышение физической и умственной работоспособности, необходимой для обучения в школе.

Педагогические условия для эффективности сохранения и укрепления физического, психического, нравственного здоровья дошкольников, приобщения к ценностям здорового образа жизни, развития двигательной активности.

1. Создание условий в групповой комнате для закаливающих мероприятий и физического развития дошкольников.

2. Организация самостоятельной деятельности детей по использованию закаливающих комплексов в повседневной жизни.

3. Воспитание у дошкольников привычки к здоровому образу жизни.

Вся работа направлена для реализации системы закаливающих мероприятий как средство укрепления физического здоровья детей дошкольного возраста в условиях ДОУ.

Создание развивающей среды обеспечивает эффективность профилактических лечебно-оздоровительных мероприятий: физкультурный зал должен быть с современным спортивным инвентарем, необходимым мелким и крупным оборудованием; мини-стадион, отвечающий современным требованиям для проведения спортивных игр, эстафет и физкультурных занятий в летнее время; площадка для игр в городки, пешеходная дорожка для ознакомления с правилами дорожного движения, процедурный кабинет, душевые ванны, инвентарь для закаливающих мероприятий, игровая комната, дорожки здоровья.

Для организации двигательной активности детей нужно использовать подвижные игры, физические упражнения, оздоровительный бег, старты и эстафеты, различные виды гимнастик.

Работа по оздоровлению должна вестись по следующим направлениям: создание условий для физического развития и снижения заболеваемости, комплексное решение физкультурно-оздоровительных задач совместно с родителями ДОУ, создание группы «Здоровье», воспитание привычки к здоровому образу жизни у дошкольников.

Важным условием успешного решения поставленных задач по использованию комплексных мероприятий физической оздоровительной работы в ДОУ создание «триады здоровья»: двигательный режим, оздоровительный режим, рациональный режим дня и питания. Основное внимание организации двигательного режима детей, который включает в себя следующие формы: групповые, подгрупповые, физкультминутки, индивидуальные занятия, спортивные праздники, досуги, коррекционная гимнастика, утренняя гимнастика, подвижные игры, прогулки, экскурсии.

При планировании содержания деятельности по физкультуре и закаливанию учитывать взаимосвязь программного материала и всех мероприятий, проводимых в течение года, их повторяемость и постепенность усложнения. Контроль над организацией двигательного режима осуществляется медицинским персоналом: старшей медсестрой и врачом-педиатром.

Уделять внимание и проводить заседания совета педагогов на темы: «Здоровый ребенок через закаливания», «Здоровый образ жизни как привычка».

В методическом кабинете организовывать выставки для педагогов под названием «Растим здорового ребенка», методическую литературу по вопросам закаливания и здоровье сбережения детей и консультации.

Организация открытых мероприятий и показательные прогулки для молодых специалистов и воспитателей, и родителей. Подготовленные видеоролики с данными формами работы выставлять на официальном сайте ДОУ, где также можно ознакомиться с информацией и разными методами закаливания. Проведение конкурса плакатов посвященных ЗОЖ и закалывающим мероприятиям.

Выступление старшей медсестры на собраниях сообщениями по профилактике ОРЗ, также ведение контроля и анализа проводимых закалывающих мероприятий, индивидуальные рекомендации педагогам. Отслеживание состояния здоровья детей на закалывающих процедурах.

Обеспечивать взаимодействие с родителями ДОУ через родительские собрания, видео-консультации «Закаливание детей в ДОУ». Также для родителей вновь поступивших детей проведение виртуальных экскурсий по ДОУ «Дни открытых дверей» где родители смогут ознакомиться с условиями ДОУ для всестороннего развития и воспитания детей. Организация семейных спортивных праздников и олимпиад «Мама папа я дружная семья», «Веселые старты» «Летняя олимпиада». Взаимодействие с социальными институтами детства (спорткомплексами).

На основании вышеизложенного можно сделать вывод о том, что данная система закалывающих мероприятий в дошкольном образовательном учреждении успешно решает задачи укрепления физического здоровья дошкольников.