

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Доржиева Баярма Цыден-Дамбаевна

воспитатель

МБДОУ №35 «Алые паруса»

г. Улан-Удэ, Республика Бурятия

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ ДЕТСКОГО САДА

Аннотация: статья посвящена созданию благоприятных условий для формирования у детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни. Особое внимание обращается на правильно организованные мероприятия для сохранения и укрепления здоровья детей.

Ключевые слова: инновационная среда, мышечный корсет.

В настоящее время особую актуальность имеет проблема состояния здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается сейчас в первоочередную социальную проблему. За последние десятилетия состояние здоровья дошкольников резко ухудшилось. Проблемы детского здоровья нуждаются в новых подходах, доверительных партнерских отношениях между сотрудниками ДОУ с родителями и узкими специалистами.

Миссия детского сада – содействовать сохранности психоэмоционального и физического здоровья детей.

Задача сохранить физическое и психическое здоровье воспитанников. А комплекс здоровьесберегающих мероприятий и правильно оформленная здоровьесберегающая среда поможет нам укрепить здоровье наших детей.

Мы создаем благоприятную материальную среду, обеспечиваем ребенку безопасность жизнедеятельности, питание, оздоровление, способствуем двига-

тельной активности. Мы совместно с родительским сообществом придумали девиз, который стал визитной карточкой во всех спортивных мероприятиях: Здоровым быть красиво, здоровым быть модно, здоровым быть здорово.

Коллективом ДООУ была разработана система физкультурно-оздоровительной работы с детьми в детском саду, которая осуществляется через сотрудничество педагогического коллектива ДООУ, родителями, психологами.

Вся работа ведется в 4 направлениях:

– диагностическая и лечебно-профилактическая деятельность.

Обследование детей врачами для определения группы здоровья.

Планирование профилактических лечебно-оздоровительных мероприятий осмотр детей узкими специалистами, витаминотерапия, фиточай. Отслеживание эффективности физкультурно-оздоровительной работы в детском саду медработником детского сада (физкультурные занятия, закаливающие процедуры, прогулки и др.).

Ведется с целью оценки и корректировки физкультурно-оздоровительной работы;

– *работа с педагогами.*

Анкетирование педагогического коллектива с целью выявления уровня профессиональных знаний, проблем, направлений, по которым они хотели работать, курсы – которые они хотели посетить. В дальнейшем на основании этих анкет, были разработаны семинары, консультации по психологии, диагностике, оздоровительным мероприятиям.

Проводится с целью повышения психолого-педагогической компетентности педагогов.

– *работа с детьми.*

Обследование двигательной деятельности детей с учетом пола и возраста, двигательных качеств и темпы их прироста, определение уровней зрелости нервных процессов и др.

Проводится с целью выявления физического развития детей и составления перспективного планирования физкультурных занятий индивидуально и с группой детей.

Систематическое посещение спортивных занятий развивают у детей: двигательную активность, формируют правильную осанку, укрепляют мышечный корсет, а также формируют основу правильного здорового образа жизни;

– *работа педагога-психолога:*

– диагностика и обследование детей («Уровень психологической «школьной зрелости», «Уровень психического развития ребенка», «Уровень адаптированности», «Проблемы эмоциональной сферы»);

– коррекционно-развивающая работа (индивидуальные и групповые занятия с детьми);

– *работа с родителями.*

Анкетирование родителей с целью сбора информации о семье, детях, об отношении к физкультурно-оздоровительной работе в семье, традициях, для осуществления дальнейшей работы с родителями и детьми.

Просвещение, консультирование, диагностика.

Организованные физкультурные занятия, а также свободная двигательная деятельность, улучшают деятельность сердечно-сосудистой, дыхательной и нервной систем, укрепляют опорно-двигательный аппарат, улучшают обмен веществ. Они повышают устойчивость ребенка к заболеваниям, мобилизуют защитные силы организма. Чем большим количеством разнообразных движений овладеет ребенок, тем шире возможности для развития ощущения, восприятия и других психических процессов, тем полноценнее осуществляется его развитие. Таким образом, мы стараемся сформировать предпосылки здорового образа жизни.

В нашем детском саду ребенок имеет возможность выбирать то, чем ему заниматься, т.к. мы создаем условия для этого.

Для наших детей был построен стадион, с полимерным покрытием, где дети реализуют все свои возможности и совершенствуются, занимаясь, физкультурой, зарядкой, аэробикой. Также для нас стало традицией то, что дворовый инструктор проводит занятия по футболу. Дети с удовольствием занимаются, ежегодно участвуют в районных городских соревнованиях, занимают призовые ме-

ста. Также был разработан проект «Маленькие всадники». Целью проекта являлась физическое и психо-эмоциональное оздоровление детей через верховую езду, которая позволяет детям непосредственно общаться, взаимодействовать с прекрасными животными – лошадьми. Занятия проводятся в теплое время года: весной, летом, осенью инструктором организации «Конек горбунок».

В этом году мы открыли первый в городе роллердром. Ведь у нас в городе нет специально оборудованных мест для катания детей на роликах. Теперь наши родители не нуждаются в таком поиске.

Также одной из важных идей нашей творческой группы стало открытие ледового катка на территории ДООУ. Это стало радостным событием для детей, родительской общественности и в целом для жизни всего детского сада.

Все мероприятия направлены на формирование навыков здорового образа жизни, формирования позитивного отношения к себе и окружающему миру.

В дальнейшем был проведен опрос и анкетирование родителей, которые отмечают улучшение физических показателей, уменьшилось число заболеваний ОРЗ, ОРВИ.

Таким образом, поиск инновационных средств, создание условий для реализации системной работы в оздоровлении и физическом развитии детей оказывают положительное воздействие на физическое и психическое состояние ребенка, и позволяет ребенку расти в гармонии с природой и самим собой.

Список литературы

1. Богина Т. Укрепляем здоровье детей / Т. Богина // Дошкольное воспитание. – 1994. – №6.
2. Змановский Ю.Ф. Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях. / Ю.Ф. Змановский // Дошкольное воспитание. – 1993. – №9.
3. Колесникова Т. Воспитание у ребенка потребности быть здоровым. / Т. Колесникова // Дошкольное воспитание. – 2007. – №1.
4. Латохина Л.И. Как быть здоровым душой и телом. / Л.И. Латохина // Дошкольное воспитание. – 1999. – №10.
5. Рунова М. Сохранение и укрепление здоровья ребенка. / М. Рунова // Дошкольное воспитание. – 1999. – №6.