

Тихомирова Галина Васильевна

воспитатель

МДОУ «Детский сад №1 «Счастливчик»

г. Кимры, Тверская область

Здоровьесберегательная деятельность ДОУ

Аннотация: в статье автором затрагивается актуальная проблема сохранения и укрепления здоровья дошкольников, выделяются формы работы с детьми, которые способствуют функциональному совершенствованию детского организма и повышению его работоспособности.

Ключевые слова: физическая культура, дошкольники, здоровье, родители.

Видеть красивого, здорового ребёнка – желание каждого, кто находится рядом с ним, кого волнует и заботит его будущее.

Самое главное в нашей работе – сохранение и укрепление здоровья дошкольников, формирование у них желания заниматься физкультурой, приобретение знаний о себе и о своём здоровье. Одной из основных задач физического воспитания дошкольников является использование разнообразных форм работы с детьми, которые способствуют функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делают его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды, т.е. создают условия для того, чтобы дети росли здоровыми.

Эти формы работы нацелены не на оттачивание техники выполнения тех или иных упражнений, а на воспитание положительных эмоций, высокую двигательную активность, свободное и непринужденное взаимопонимание и на гармоничное развитие детей. Важно подчеркнуть, что основой полноценного физического воспитания является учет индивидуальных особенностей каждого ребенка (состояние здоровья, уровень физической подготовленности, эмоционального состояния) при дозировке физической нагрузки, дифференцированный подход при выборе вариантов физических упражнений и организации содержательной стороны двигательной деятельности для

дошкольников. В работе с детьми очень важен индивидуальный подход. Особого внимания требуют малоактивные дети: их деятельность надо стимулировать. Необходимо таких детей включать в игры, а на занятиях создавать условия, чтобы они чувствовали себя свободно. Именно такая работа с детьми дошкольного возраста и ценна тем, что создает условия для эмоционально – психологического благополучия, так как оказывает большое влияние на развитие ума, воспитание характера, воли, нравственности. Особое внимание следует обратить на организацию самостоятельной двигательной деятельности дошкольников. Главным условием для этой работы является создание развивающей предметной среды, которая, по словам Л.С. Выготскому, должна соответствовать «зоне актуального развития» самого слабого и «зоне ближайшего развития» самого сильного ребенка в группе.

Несомненно, что при поведении спортивных праздников, организации досугов и развлечений дети получают возможность проявлять большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях. Известно, что дети увлекаются всем сказочным, волшебным, необычным. Поэтому музыка, связанная с персонажами сказок, с ожившими игрушками, с играми, всегда будет близкой и понятной ребенку. Физкультурные праздники, в которых участвуют дети, проводятся не менее 3 раз в год. Они посвящаются различным сезонам года или могут носить тематический характер: «Мама, папа, я – дружная семья», «Зашитники Отечества», «Веселые старты», и т.д. На праздниках используются не только разнообразные двигательные задания, но и танцы, песни, стихи, загадки. Зимой со старшими дошкольниками мы выходим в парк на лыжах. Во все периоды года дни здоровья сопровождаются эстафетами, подвижными и спортивными играми (футбол, хоккей, бадминтон). Все эти физкультурно-оздоровительные мероприятия помогают детям реализовать на практике накопленный опыт.

Семья во многом определяет отношение детей к физической культуре, их интерес к спорту, активность и инициативу. Этому способствует доверительное общение детей и родителей в различных ситуациях и естественно возникающая

их совместная деятельность: обсуждение успехов спортивной жизни страны, просмотр телепередач, совместные развлечения, досуги, праздники.

Растить детей здоровыми, сильными, жизнерадостными – задача не только родителей, но и каждого дошкольного учреждения, так как именно здесь дети проводят большую часть дня. Правильно организованное физическое воспитание в дошкольных учреждениях способствует формированию у детей хорошего телосложения, профилактике заболеваний, улучшению деятельности внутренних органов и систем детского организма, позволяют ему накопить силы, что обеспечит в будущем не только полноценное физическое, но и умственное развитие.

Список литературы

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