

Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ.

Ведущие цели физкультурно-оздоровительной работы в детском саду - создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка ребенка к жизни в современном обществе.

Эти цели реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, учебной, художественной, двигательной, элементарно-трудовой.

Для достижения целей значение имеют:

Забота о здоровье, эмоциональном благополучии и своевременном всестороннем развитии каждого ребенка;

Создание в группах атмосферы гуманного и доброжелательного отношения ко всем воспитанникам, что позволит растить их общительными, добрыми, любознательными, инициативными, стремящимися к самостоятельности и творчеству;

Максимальное использование разнообразных видов детской деятельности; их интеграция в целях повышения эффективности образовательного процесса;

Творческая организация (креативность) процесса воспитания и обучения;

Вариативность использования образовательного материала, позволяющая развивать творчество в соответствии с интересами и наклонностями каждого ребенка;

Уважительное отношение к результатам детского творчества;

Обеспечение развития ребенка в процессе воспитания и обучения;

Координация подходов к воспитанию детей в условиях ДОУ и семьи;

С целью снижения заболеваемости в детском саду разработана и успешно применяется система закаливающих мероприятий в повседневной жизни и специально организованная. Используются все природные факторы: вода, воздух, солнце. Закаливающие мероприятия осуществляются круглый год, но их вид и методика меняются в зависимости от сезона и погоды.

Обширная профилактическая работа включает в себя:

облегченную одежду для детей в детском саду

соблюдение сезонной одежды детей на прогулке, учитывая их индивидуальное состояние здоровья.

соблюдение температурного режима в течение дня

дыхательную гимнастику после сна

мытьё прохладной водой рук по локоть

правильную организацию прогулки и ее длительность

неспецифическую профилактику респираторных заболеваний (фитотерапия и отвары шиповника).

Во время адаптационного периода для детей создается щадящий режим:

В детском саду выполняются все виды здоровьесберегающих технологий: медико-профилактические; физкультурно-оздоровительные; технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка; здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов дошкольного образования; валеологического просвещения родителей; здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

сокращенный день для малыша

присутствие мамы в группе

повышенное внимание со стороны персонала группы.

Элементы медико-профилактической технологии

организация мониторинга здоровья дошкольников

разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;

организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста,

физического развития дошкольников,

закаливания;

организация профилактических мероприятий в детском саду;

организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиН;

организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

Элементы физкультурно-оздоровительной технологии

развитие физических качеств, двигательной активности

становление физической культуры дошкольников,

дыхательная гимнастика,

массаж и самомассаж,

профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки,

воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье

Ежегодно в начале учебного года составляется план оздоровительных занятий на год:

Утренняя гимнастика /ежедневно в течении года/

Гимнастика после сна /ежедневно в течении года/

Дыхательная гимнастика

Точечный массаж

Воздушные ванны /перед сном, после сна/

Физкультурные занятия /3 раза в неделю/

Пальчиковая гимнастика

Полоскание горла, Травами /1 раз в квартал по 10 дней/

Витаминация: соки, напитки, сиропы, витамины /ежедневно

Профилактические прививки

Закаливание солнцем, водой /в летний период/

Профилактика плоскостопия /ежедневно/

Профилактика осанки детей /ежедневно/

Физкультминутки /ежедневно/

Подвижные игры /ежедневно/

Прогулки /в теплое время года/

Проводить работу с родителями по профилактике оздоровительных мероприятий в течении года

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении во многом зависит от взаимодействия воспитателей с медицинской сестрой, музыкальным руководителем, психологом.

Предварительно составляется план работы совместной деятельности на год, включающий в себя консультации для воспитателей, выступления на педагогических советах. Планируются медико-педагогические совещания.

В своей работе воспитатели детского сада используют различные виды образовательной деятельности, среди которых преобладают:

сюжетно-игровые занятия, состоящие из подвижных игр разной степени интенсивности;

занятия-соревнования: дети разбиваются на команды и в ходе различных эстафет выявляют победителей;

занятия-тренировки основных видов движений;

Большую часть времени в дошкольном учреждении ребенок находится в группе, поэтому от того насколько грамотно будет построена деятельность воспитателя по организации режима детей, зависит сохранение и укрепление их здоровья.

Одной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни является прогулка. Для того чтобы она действительно давала эффект, необходимо менять последовательность видов деятельности детей на прогулке в зависимости от характера предыдущего занятия и погодных условий. Так, в холодное время года и после занятий, на котором дети сидели, прогулка должна начинаться с пробежки, подвижной игры; в теплое время или после физкультурных и музыкальных занятий – с наблюдения, спокойных игр и т.д.

Необходимо учить педагогов определять признаки утомления у детей по изменению окраски кожи, выражению лица, частоте дыхания, появлению потливости и своевременно регулировать характер их деятельности, переключая на более спокойный или, наоборот, интенсивный. Для того, чтобы дети не перегревались и не простужались, необходим правильный подбор одежды в соответствии с состоянием здоровья и погодными

условиями, выход на прогулку подгруппами, регулирование ее длительности в зависимости от сезона, возраста детей и их здоровья.

Воспитатель делает подбор упражнений для физкультминуток, для бодрящей гимнастики, для организации игр между занятиями;

оборудование физкультурного уголка;

организация самостоятельной двигательной активности детей в группе и на прогулке;

оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной деятельности в семье.

В систему оздоровительной работы, проводимой в нашем детском саду, включены следующие мероприятия: дыхательная гимнастика, профилактика нарушений осанки и плоскостопия, фитобар.

Ежедневно во всех возрастных группах реализуется несколько форм физкультурно-оздоровительной деятельности: утренняя гимнастика в зале и в летний период времени на открытом воздухе, разнообразные подвижные игры в течение всего дня, занятия по физической культуре в зале и на воздухе. Все вместе эти формы деятельности позволяют обеспечить двигательную активность детей на протяжении всего дня, рационально распределить интеллектуальную и физическую нагрузку детей.