Доклад

  Задача раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточна сложна. Как укрепить и сохранить здоровье наших детей? Как привить навыки здорового образа жизни? Ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни. Поэтому вопросы охраны здоровья детей, формирования культуры здоровья стали одним из важнейших направлений деятельности нашего дошкольного учреждения.

А сейчас я расскажу об основных средствах укрепления физического здоровья детей используемые в нашем детском саду.

* **медико-профилактическая деятельность.** Обеспечивает сохранение и приумножение здоровье детей под руководством медицинского работника, Эллиной Фаритовной, в соответствии с медицинскими требованиями и нормами с испозованием медицинских средств. Работаем по новому стандарту, совместно проводим профилактику для оздоровления детей.
* **Физкультурно-оздоровительная деятельность которая** направлена на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка. Задача инструктора сформировать привычку к здоровому образу жизни, придать каждому ребенку чувство уверенности в своих физических возможностях. Для более качественной работы по оздоровлению, все дети в детском саду разделены по группам здоровья, каждой возрастной группе соответствуют свои методики проведения занятий. К детям, с ослабленным здоровьем, применяется индивидуальный подход с индивидуальной программой. Новые упражнения которые дает инструктор во время занятий по физкультуре, закрепляются воспитателями в режимных моментах на прогулке и в свободное время. Также и подвижные игры берутся с учетом темы, которую дети проходят на данной неделе( например тема «перелетные птицы», то мы с детьми играем в игру «гуси лебеди»)

***Инструктором по физическому воспитанию проводятся:***

* занятия в зале(разминка, дыхательные упражнения, подвижные игры, строевые упражнения, упражнения со спортивным инвентарем)так же физкультурный зал оснащен необходимым оборудованием, имеется тренажеры, большие и маленькие мячи для профилактики сколиоза, особое место уделено подвижным играм. На улице (в зимнее время года при благоприятных условиях нами проводятся такие упражнения, как метание снежного кома на дальность и в цель, что позволяет развивать меткость и глазомер, скольжение по люду; катание на санках; ходьба по бревну). Проводимые на свежем воздухе физические упражнения способствуют функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, развитию защитных сил по отношению к неблагоприятным факторам внешней среды.
* ***Спортивно-досуговая деятельность*** предусматривает проведение спортивных праздников. Нами были проведены такие мероприятия как «день здоровья», «день защитника отечества». Посещение детьми спортивных кружков в свободное время. Дети занимаются не только в нашем дошкольном учреждении, но и посещают такие секции как каратэ, дзюдо, хоккей, плаванье, футбол, за его пределами.
* Просветительская работа с родителями по вопросам здорового образа жизни. На родительских собраниях даем советы и рекомендации по закаливанию. С целью профилактики и снижения заболеваемости в детском саду воспитатели разработали свой план мероприятий о котором они расскажут в своих докладах.

В заключении хотелось бы сказать, что я молодой специалист и в должности инструктора по физической культуре я совсем еще недавно, но я стараюсь повысить уровень своей квалификации, посещаю открытые уроки, практические занятия, изучаю различные методики, и стараюсь приложить максимум усилий , чтобы заинтеросовать детей на своих занятиях.