Организация оздоровительных закаливающих мероприятий в условиях ДОУ

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать сотрудникам детских садов. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Система физкультурно-оздоровительной работы включает лечебно-профилактические и физкультурно-оздоровительные мероприятия.

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

1.      Утренняя гимнастика /ежедневно в течении года/

2.      Гимнастика после сна /ежедневно в течении года/

3.      Дыхательная гимнастика /2 раза в неделю/

4.      Точечный массаж /в период эпидемий ОРЗ/

5.      Воздушные ванны /перед сном, после сна/

6.      Физкультурные занятия /3 раза в неделю/

7.      Проветривание групп /перед, после сна/

8.      Пальчиковая гимнастика /3 раза в неделю/

9.      Витаминизация: соки, напитки, сиропы, витамины /ежедневно

10.  Закаливание солнцем, водой /в летний период/

13. Профилактика плоскостопия /ежедневно/

14. Профилактика осанки детей /ежедневно/

15. Физкультминутки /ежедневно/

16. Подвижные игры /ежедневно/

17. Прогулки /в теплое время года/

18. Проводить работу с родителями в течении учебного года.

Уровень социализации личности дошкольника во многом зависит от полноценного физического воспитания. По мнению академика Н.М. Амосова, ребенок конца 20 – начала 21 веков сталкивается с тремя основными пороками цивилизации: накоплением отрицательных эмоций без физической разрядки, перееданием, гиподинамией.

Исходя из принципа “здоровый ребенок – успешный ребенок”, считаем невозможным решение проблемы воспитания социально адаптированной личности без осуществления системы мероприятий по оздоровительной работе и физическому воспитанию детей.

Поэтому в настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений педагогической деятельности выделяется создание здоровьесохраняющей среды в условиях детского сада.

Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребностей в движении в ДОУ созданы все условия.

В своей работе воспитатели детского сада используют различные виды занятий, 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;
* занятия по традиционной схеме: водно-подготовительная часть, общеразвивающие упражнения, подвижные игры;

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. Воспитатели подбирают упражнения и занятия по различным видам физического совершенствования детей. Основными из них являются:

* 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.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности педагогов и медицинской сестры являются:

1.      Физическое состояние детей, посещающих дошкольное учреждение.

2.      Оптимизация двигательного режима детей в ДОУ.

3.      Профилактика заболеваний.

4.      Формирование у детей представлений о здоровом образе жизни.

В систему оздоровительной работы, проводимой в нашем детском саду, включены следующие мероприятия: дыхательная гимнастика, точечный  массаж , профилактика нарушений осанки и плоскостопия, закаливающие мероприятия в летний период времени.

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.

Такие же проводятся закаливающие процедуры:

* ежедневные прогулки на свежем воздухе
* воздушные ванны
* хождение босиком по массажным дорожкам.

В детском саду оздоровительным мероприятиям отводится одно из главных мест:

* воспитание с детства разумного отношения к здоровью, правильный режим дня;
* рациональное, сбалансированное питание;
* оптимальная двигательная активность, физическая культура;
* закаливание – адаптация организма к различным условиям окружающей среды;
* здоровье сберегающие технологии и обще-оздоровительные мероприятия
* профилактическая работа (полоскание рта, чесночно-лимонный настой и т.д.);

В программу закаливания в детском саду должны входить методы, предусматривающие воздействие разных закаляющих факторов: воды, воздуха, температур, солнечных и ультрафиолетовых лучей, механических и прочих раздражителей.

Процесс закаливания – это целый комплекс мероприятий, связанных между собой и дополняющих друг друга, которые обязательно повторяются изо дня в день. Только так оздоровление детей будет эффективным.

МДОУ «Детский сад «Солнышко» с.Раевка»

Тема:Организация оздоровительных закаливающих мероприятий в условиях ДОУ

Воспитатель:

Пахомова Ирина Александровна

2014г