**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Первомайский детский сад»**

**Первомайского района Тамбовской области**

**« Физкультурно-оздоровительная работа в группе: мероприятия, условия их проведения»**

**Подготовила:**

**Воспитатель I категории**

**Петрова Вера Михайловна**

**2015г.**

В настоящее время здоровью де­тей уделяется все больше вни­мания и времени. Занимаясь физкультурой, ребенок познает окружа­ющий мир, формируются его двигатель­ные умения и навыки; движения и по­ложительные эмоции благотворно вли­яют на состояние его здоровья: физи­ческого, психического, нравственного.

Цель педагогики оздоровления — создать здоровьесберегающую среду в ДОУ, обеспечивающую каждому воспи­таннику возможность сохранения здо­ровья за период нахождения в детском саду сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать их в повседневной жизни.

Используя рекомендации ведущих ученых, работающих в области здоровьесбережения, а также технологию развивающего обучения, необходимо создать в каждой возрастной группе такую развивающую среду которая будет содействовать сохранению и укреплению здоровья ребенка.

В нашем дошкольном учреждении имеются дополнительные площади, которые педагоги могут использовать для обогащения двигательной сферы своих воспитанников. Это музыкальный, физкультурный залы, где дети могут расслабиться, снять психомоторное напряжение.

В группах созданы условия для организации двигательной деятельно­сти детей, как организованной, так и самостоятельной, а также отвечающей возрастным, индивидуальным особен­ностям детей.

Очень важно насыщать физкультур­ные уголки в группах нетрадицион­ным физкультурным оборудованием, которое изготавливается своими руками или с помощью родителей (кольца с лентами, нестандартные дорожки с различным покрытием для профилактики плоскостопия и т. д.). Дети могут использовать эти тренажеры в самостоятельной деятельности, органи­зовывать с их помощью игры различной подвижности.

Совместно со специалистами детского сада: с музыкальным руководителем, воспитателем по физической культуре, педагогом-психологом можно подобрать и разработать комплексы дыхательной гимнастики, динамических пауз, релаксации и др.

Устойчивость организма к небла­гоприятным факторам среды зависит не только от индивидуальных особен­ностей ребенка, но и от своевременного и правильного проведения специальных оздоровительных мероприятий: свое­временное проветривание помещений, ежедневные прогулки и физкультурные занятия на свежем воздухе.

Гибкое выполнение режима дня, со­блюдение индивидуального и дифферен­цированного подхода к каждому ребенку позволяет разработать модель оздоровления детей в ДОУ, пред­ставляющую фундамент для организации физкультурно-оздоровительной работы и воспитательно-образовательного

про­цесса в режиме здоровьесбережения.

Работу по оздоровлению детей необходимо осуществлять по нескольким направлениям.

***Профилактическое направление***

1. Обеспечение благоприятного течения адаптации под контролем меди­цинского работника, педагога-психолога и воспитателя.
2. Выполнение санитарно-гигиени­ческого режима — создание высокой культуры гигиены, комфорта для каждого воспитанника в течение всего пребы­вания его в детском саду.
3. Предупреждение простудных за­болеваний методами неспецифической профилактики (самомассаж, использова­ние дорожек с различным покрытием для укрепления свода стопы, закаливание носоглотки и т. д.).

***Организационное направление***

1. Организация здоровьесберега­ющей среды в ДОУ.
2. Диагностика физического раз­вития, двигательной подготовленности детей.
3. Применение здоровьесберегающих технологий в работе с дошкольниками (дыхательная гимнастика по Стрельниковой, методика В.Ф. Базарного, психогимнастика, паль­чиковая гимнастика, гимнастика для глаз, артикуляционная гимнастика и т. д.).
4. Организация двигательной ак­тивности в зависимости от уровня двигательной активности каждого вос­питанника.
5. Обеспечение психологического комфорта.

Кроме этого необходимо регулярно проводить ***гимнастику после дневного сна,*** которая включает:

* общеразвивающие упражнения лежа и сидя на кровати;

- элементы оздоровительного са­момассажа;

* закаливающие процедуры (ходьба босиком по дорожкам с различными покрытиями и наполнителями);
* в летний оздоровительный период — солнечные, воздушные ванны;
* танцевальную ритмическую гим­настику;

- питье воды комнатной темпе­ратуры, что является своеобразным закаливающим средством.

Данная гимнастика помогает ребенку постепенно проснуться и включиться в рабочий ритм, способствует поднятию мышечного тонуса, профилактике Ско­лиоза и плоскостопия.

Введение нетрадиционных форм оздоровления в непосредственно образовательную деятельность позволяет вовремя снять мышечное напряжение, увеличить плотность непосредственно образовательной деятельности и рабо­тоспособность дошкольников. Кроме этого, введение каждый раз чего-то нового (текст, музыка и т. д.), способствует не только повышению заинтересован­ности детей, но и развитию у них по­знавательных способностей.

В нашем дошкольном учреждении имеется неплохая материальная база — спортивное обору­дование и оснащение, спортивная площад­ка, где ежегодно проводятся занятия, развлечения, досуги с привлечением родителей.

Физическое развитие ребенка тесно связано с его познавательно-речевым и художественно-эстетическим развитием. Использование различных форм оздоровления детей не только в непосредственно образовательной деятельности, но и вне организованной деятельно­сти развивает у них все психические процессы. Регулярное применение нетрадиционных форм оздоровления способствует развитию у детей коорди­национных способностей и подготовки руки к письму, а использование элемен­тов психогимнастики помогает снять интеллектуальное, эмо­циональное напряжение, способствует предупреждению утомляемости детей и повышению их работоспособности, развитию творческих способностей.

Эффективность любой деятельно­сти определяется, прежде всего, ее результатом. Систематические занятия на свежем воздухе, введение раз­нообразных форм оздоровления детей дают положительные результаты. Снижается уровень заболевае­мости детей, уменьшается число болеющих детей, наблюдается хорошая посещаемость, активность детей, их интерес, желание в полную силу рабо­тать на занятиях.

Благо­даря введению данных форм работы и синтезу их с игровой деятельностью происходит гармонизация взаимоотно­шений детей. Ребята становятся бо­лее доброжелательными друг к другу, проявляют больше уверенности в орга­низации совместной деятельности.

Организация здоровьесберегающей среды, а также введение модели оздо­ровления детей помогают макси­мально снизить статический компонент в режиме дня воспитанников, а также способствуют повышению двигательной деятельности каждого ребенка, его всестороннему психофи­зическому развитию.