

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
"ЛУГАНСКОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ -
ЯСЛИ-САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 52 "САПОЖОК"**

**ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО УКРЕПЛЕНИЮ
ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ПУТЕМ РАЗВИТИЯ
ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ**

Воспитатель: Королькова Н.П.

28.02.2024

г. Луганск

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ПУТЕМ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ

В дошкольном учреждении физическое воспитание ориентировано на укрепление здоровья ребят, развитие психофизических качеств (сила, гибкость, выносливость, быстрота), своевременное формирование у малышей двигательных навыков и умений, овладение подвижными играми и физическими упражнениями, воспитание жизнестойкой, жизнерадостной, волевой, творческой, целеустремлённой личности.

Основная задача педагогов дошкольных учреждений и родителей научить вести здоровый образ жизни с раннего возраста, воспитывать необходимые, элементарные санитарно-гигиенические навыки, сформировать у дошкольников разумное, бережное отношение к своему организму.

Ухудшение здоровья дошкольников последние годы приобрело очень большую актуальность. Данные министерства здравоохранения говорят о всего 13% детей 6–7-летнего возраста, которые могут считаться относительно здоровыми. Основная существенная причина складывающейся ситуации – отсутствие у дошкольников ценностного, бережного отношения к своему здоровью. В решении этой задачи важная роль отводится системе дошкольного образования, организации активного взаимодействия межведомственных учреждениями, вовлечение родителей в организацию оздоровительной работы.

Большое внимание в современных дошкольных организациях уделяется комплексному подходу, системе физкультурно-оздоровительной работы, которая включает в себя разнообразные компоненты здорового образа жизни. Непосредственно в дошкольный период жизни, впервые годы жизни ребенка, физическое воспитание очень тесно связано с общим воспитанием. От жизнестойкости, крепкого здоровья детей зависит их духовное развитие, мировоззрение, прочность знаний, умственное развитие, вера в собственные силы. Следовательно, крайне важно организовать в правильном направлении развитие и формирование ребенка с самого раннего возраста.

Задача укрепления и сохранения здоровья детей дошкольного возраста касается всех взрослых окружающих подростков. Обучение детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье возможно, если мы сами будем личным примером. Родителям, педагогам необходимо демонстрировать здоровый образ

жизни, только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут развиты не только духовно, интеллектуально, личностно, но и физически, а следовательно, будут здоровы.

Сформированная привычка к здоровому образу жизни должна стать тем условием, которое позволит расти и правильно развиваться подрастающему поколению. Меняются времена, претерпевают изменения программы и методики, но формирование у детей привычки к здоровому образу жизни остается неизменной, лучшей традицией и главным условием воспитания гармонично развитых детей.

Очень большую роль в укреплении и сохранении физического здоровья играет прогулка на свежем воздухе. Во время данного режимного момента ребёнок получает в полном, необходимом объёме запас свежего воздуха. На прогулке дети являются активными участниками разнообразных по содержанию спортивных эстафет, подвижных игр которые проводятся со всеми детьми одновременно.

Организуются в течение всего дня в самостоятельной деятельности спортивные игры с физкультурными игрушками и пособиями, побуждающими детей к движениям (с мячом, кольцеброс, с обручем, классы и др.).

В зимний период времени необходимо использовать во время прогулки такие атрибуты спортивных игр как: клюшки, лыжи, санки. Организовывать эстафеты, скольжение по ледяной дорожке.

Двигательные умения и навыки, сформированные у дошкольников в раннем возрасте, создают фундамент для дальнейшего развития их в школе, способствует овладению детьми более сложными движениями, достижению высоких результатов в спортивной деятельности.

Активный интерес к физической культуре формируется организованными педагогами и самостоятельным занятием физической культурой. Развитие интереса играет решающую роль в воспитании личной физической культуры детей.

Для коррекции у дошкольников нарушений опорно-двигательного аппарата используются элементы специальной лечебной гимнастики. Сочетание благоприятным эмоциональным настроением детей с достаточно высокой физической нагрузкой также приносит положительные результаты.