Пермский край, г.Чернушка

МБДОУ «ЦРР – детский сад №15»

Накиева Эльмира Муллануровна

Организация системы мероприятий оздоровительной работы

в младших группах детского сада.

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

Исходя из принципа “здоровый ребенок – успешный ребенок”, считаю 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 выделяю применение в условиях детского сада здоровьесберегающих технологий.

Главное назначение здоровьесберегающих технологий – объединить педагогов, медиков, родителей, детей на сохранение и укрепление здоровья.

Работу в группах младшего дошкольного возраста организовывала по следующим направлениям:

1. Материально-техническое оснащение оздоровительного процесса.
2. Воспитательно-образовательное направление.
3. Лечебно-профилактическое направление.
4. Работа с родителями.

**Организация здоровьесберегающего образовательного пространства в группе.**

В группах переоснащены центры физического развития, согласно требованиям ФГОС ДО. В центре группы (младшая – средняя) имеются: пособия для ОРУ и подвижных игр (ленточки, султанчики, мешочки, флажки, кегли, кубики, мячики, шнуры, гимнастические палки, обручи, предметы для выполнения упражнений в ходе утренней зарядки, зарядки после сна, НОД по физическому развитию - листочки, снежинки и др.), простейшие тренажеры (гантели, скакалки, массажные мячики, модули), нетрадиционное оборудование для выполнения разнообразных упражнений. Для профилактики плоскостопия - коррекционные дорожки, для метания используются обручи, кольцеброс; для прыжков - модули, для подлезания - дуги, шнуры.

**Воспитательно-образовательное направление** нацелено на организацию рациональной двигательной активности детей, воспитание культуры здоровья, вооружения знаниями и навыками для формирования привычки к здоровому образу жизни и проведение работы по профилактике их эмоционального благополучия. Организую совместную образовательную деятельность по формированию у воспитанников привычки к здоровому образу жизни и обучению основам безопасности.

Согласно режима дня, обеспечиваю оптимизацию двигательного режима - это традиционная двигательная деятельность детей: утренняя гимнастика, физкультурные занятия (традиционные, тренировочные, интегрированные с другими видами деятельности, праздники и развлечения), проведение подвижных игр, прогулки, гимнастики после сна и инновационные технологии оздоровления и профилактики (массажёры, тактильные дорожки пр.).

Также в соответствии с возрастом детей видоизменяется и усложняется дидактический (настольно – печатные игры, альбомы для рассматривания, алгоритмы к спортивным играм, схемы выполнения основных движений и т.п.) и методический (картотеки подвижных, пальчиковых игр, утренней и побудительной гимнастик, пособий для ознакомления с разными видами спорта, их отличительными особенностями, с организмом человека и пр.) материал.

Контролирую соблюдение двигательного режима в соответствии с возрастом воспитанников.

**В рамках лечебно-профилактической работы**, взаимодействуя с медицинскими работниками, провожу следующие мероприятия:

-постоянный контроль осанки;

-контроль дыхания на занятиях по физическому воспитанию;

- подбор мебели в соответствии с ростом детей;

- кварцевание группы;

- игровой массаж (дыхательная гимнастика, массаж рук, ушей, подошв);

-реализую систему закаливающих мероприятий.

**В работе валеологической направленности с родителями** использую консультации по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников: оформляю папки, ширмы, письменные консультации, информационные стенды.

Благодаря целенаправленной оздоровительной работе: совместной деятельности по физической культуре, закаливающим мероприятиям, систематическим прогулкам, приобщением воспитанников и их родителей к ЗОЖ мне удалось добиться следующих результатов:

-посещаемость воспитанников превысила муниципальное задание по посещаемости детей;

- улучшились показатели физического развития детей;

- показатели заболеваемости в группе ниже показателей заболеваемости по детскому саду.

Приложение № 1

Таблица 1

**Двигательный режим по возрастным группам**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Мероприятия** | **Младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовитель-ная группа** |
| Утренняя гимнастика | Ежедневно  3-5 мин. | Ежедневно 5-7 мин. | Ежедневно 7-10 мин. | Ежедневно  10-12 мин. |
| Физкультминутки и зрительная гимнастика | 2-3 мин. | 2-3 мин. | 2-3 мин. | 2-3 мин. |
| Музыкально – ритмические движения. | НОД по музыкально-му развитию  6-8 мин. | НОД по музыкально-му развитию  8-10 мин. | НОД по музыкально-му развитию  10-12 мин. | НОД по музыкальному развитию  12-15 мин. |
| Непосредственная образовательная деятельность по физическому развитию | 3 раза в неделю не более 15 мин. | 3 раза в неделю не более 20 мин. | 3 раза в неделю не более 25 мин. | 3 раза в неделю не более 30 мин. |
| Гимнастика для глаз | Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивно сти зрительной нагрузки | Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки | Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки | Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки |
| Самомассаж | Проводится после сна (в завершении комплекса побудительной гимнастики после сна) | | | |
| Гимнастика дыхательная | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | | | |
| Подвижные игры:  •сюжетные;  •бессюжетные;  •игры-забавы;  •соревнования (с 5-7 лет);  •эстафеты (с 5-7 лет). | Ежедневно не менее двух игр по 5-7 мин. | Ежедневно не менее двух игр по 7-8 мин. | Ежедневно не менее двух игр по 8-10 мин. | Ежедневно не менее двух игр по 10-12 мин. |
| Комплекс закаливающих мероприятий после сна | Согласно комплексу закаливающих мероприятий после сна  в каждой возрастной группе (см. Приложение №1) | | | |
| Гимнастика побудительная | Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. | Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. | Ежедневно после дневного сна, до 15 мин. | Ежедневно после дневного сна, до 15 мин. |
| Физкультурный досуг | 1 раз в месяц по 15 мин. | 1 раз в месяц по 20 мин. | 1 раз в месяц по 25 мин. | 1 раз в месяц 30 мин. |
| Спортивный праздник | 2 раза в год по 15 мин. | 2 раза в год по 20 мин. | 2 раза в год по 25мин. | 2 раза в год по 30мин. |