Комплексное использование оздоровительных мероприятий в образовательном процессе ДОУ.



Никитина Ольга

В Федеральном государственном стандарте дошкольного образования говорится об усилении внимания к занятиям физкультурой, о проведении систематической работы по здоровьесбережению в ДОУ.

Свою работу я начала с обогащения развивающей предметно-пространственной среды. Были подобраны произведения художественной литературы, мультипликационные фильмы по теме, изготовлены картотеки. Был оформлен спортивный уголок, изготовлено и приобретено нетрадиционное спортивное оборудование.

С начала учебного года, нами была выстроена система по сохранению и укреплению здоровья детей и приобщение их к здоровому образу жизни:

- ежедневно проводились утренняя гимнастика, которая способствует укреплению здоровья детей и пробуждению организма для нормальной жизнедеятельности;
- занятия по физической культуре, которые формируют двигательные умения и навыки, развивают физические качества дошкольников;
- занятия в плавательном бассейне детского сада, которые создают основу для разностороннего физического развития, ребята обучаются плаванию, происходит закаливание и укрепление детского организма.

Для дыхательной гимнастики были изготовлены интересные пособия «Сдуй бабочку», «Футбол», с которыми дети с удовольствием играли. Пальчиковая и артикуляционная гимнастика проводилась не только как часть занятия, но и в других режимных моментах. Ежедневно проводилась гимнастика после сна с использованием нетрадиционного спортивного оборудования, которая способствует быстрому и комфортному пробуждению детей после сна. В течение дня ребята играли в подвижные игры, которые способствуют сближению и объединению детей,

поднимают настроение. Игры воспитывают организованность, внимание, развивают физические качества. В системе проводились закаливающие процедуры, повышающие устойчивость организма к воздействию различных неблагоприятных факторов внешней среды. Ребята научились элементарным основам самомассажа, который помогает снять усталость, поднять настроение.

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования, подчеркивается важность одного из принципов дошкольного образования – сотрудничество с семьёй, которое должно быть основано на личностно-ориентированном взаимодействии.

Для родителей были подобраны различные консультации и папки-передвижки на тему здоровья и здоровьесбережения. В течение учебного года был реализован проект «Быть здоровыми хотим», проведен спортивный досуг. Для того, чтобы разнообразить двигательную деятельность детей в зимнее время года, родители группы изготовили разнообразные снежные постройки.

В конце учебного года прошел круглый стол с родителями: «Формирование здорового образа жизни в семье». В дальнейшем работа в данном направлении будет продолжена, так как она интересна как детям, так и взрослым.

Данная работа поможет сформировать у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей. Комплексное использование оздоровительных мероприятий в образовательном процессе позволит снижать утомление, повышать эмоциональный настрой и работоспособность.

Используемая литература:

1. Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья: программа оздоровления дошкольников Программа развития.-М.:Сфера, 2007.-208ст.
2. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка// Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений.-М.:АРКТИ,2000.-112ст.