Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 122

Консультация для воспитателей

«Задачи и содержание работы по укреплению здоровья детей дошкольного возраста»

Старший воспитатель Белых Е.В.

Задачи и содержание работы
По укреплению здоровья детей дошкольного возраста

Основными задачами охраны и укрепления здоровья детей являются:

- укрепление здоровья детей;
- воспитание потребности к здоровому образу жизни;
- развитие физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка;
- создание условий для реализации потребности в двигательной активности в повседневной жизни;
- выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализацию их через систему спортивно-оздоровительной работы;
- приобщение детей к традициям большого спорта.

Для решения этих задач в МДОУ желательно разработать индивидуальную программу «Охрана и укрепление здоровья детей».

Программа может состоять из разделов:

- Планирование и организация физкультурных мероприятий.
- Профилактическая работа, закаливание.
- Организация двигательной деятельности.
- Воспитание потребности в здоровом образе жизни.

Планирование физкультурно-оздоровительных мероприятий ведется специалистами с учетом возрастных и индивидуальных особенностей и здоровья детей.

Профилактическая работа строиться на основе анализа заболеваемости в предыдущие годы. Можно выделить приоритетные направления в реализации программы укрепления здоровья и физического развития детей. Одно из основных направлений – мориторинг состояния здоровья детей, своевременное выявление отклонений для наиболее эффективной организации оздоровительных и прфилактических мероприятий.

Систематический анализ результатов может показать, что ежегодно отмечается 3 периода повышения заболеваемости: осеннее и весеннее, межсезонье грипп зимой.

Самостоятельная двигательная активность является одним из показателей развития личности и ее культуры. Суть ее состоит в способности к самостоятельному развитию собственных физических возможностей в окружающем мире посредством комплекса самостоятельно осознанных двигательных действий, обеспечивающих сохранение своего здоровья. В МДОУ желательно создать условия, способствующие развитию самостоятельной двигательной активности:

- интегрирование двигательной деятельности с другими видами деятельности;
- насыщение двигательной деятельности народными подвижными играми;
- изменение характера личного взаимодействия;
- обеспечение взаимосвязи между организованными и самостоятельными видами деятельности.

Организация среды и наполняемость ее разнообразным оборудованием дают возможность ребенку реализовать потребности в самостоятельных движениях. Необходимо, чтобы в физкультурном зале имелось все необходимое оборудование: тренажеры, спортивный инвентарь, физкультурные комплексы, ТСО (магнитофоны).

Насыщение двигательной деятельности народными подвижными играми способствует накоплению их двигательного опыта, развитию способов самоорганизации. В самостоятельной двигательной активности происходит самовыражение внутреннего мира ребенка посредством движений, осознание ценности своего здоровья, саморегуляция и самоконтроль здоровья.

Чтобы помочь ребенку найти себя в движении, проводят обследование двигательной деятельности детей, определяют их спортивные «интересы» и способности; организуют спортивные праздники и спартакиады.

Совместная работа инструктора и воспитателя на физкультурных занятиях, вне занятий, при обследовании двигательной деятельности, на спортивных праздниках позволяет грамотно вести эту работу.