Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение №1 "Детский сад" г.Кингисепп

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА «Система оздоровительной работы в дошкольном учреждении»

Подготовила:
Инструктор по физической культуре
Шевелева Н.А.

Здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Основные задачи оздоровительной работы с детьми:

Укрепление физического здоровья детей, формирование осанки

Формирования у детей положительных эмоций

Для достижения этих целей используются

- Различные виды массажей, тренинги
- Дыхательная гимнастика
- Пальчиковая гимнастика
- Релаксация
- Кинезиологическкая гимнастика
- Музыкотерапия
- Гимнастика для глаз
- Артикуляционная гимнастика
- Хромотерапия

Программа сохранения и укрепления здоровья детей базируется на основных принципах:

- повышение знаний о состоянии своего здоровья;
- выяснение причин нарушения здоровья и проведение санитарно-гигиенических мероприятий;
- учет эколого-гигиенических факторов природной и микросоциальной среды обитания, влияющих на здоровье детей;
- организация периода адаптации к ДОУ, увеличения времени пребывания на открытом воздухе в форме активных игр;
- санация хронических очагов инфекции детей и членов их семей, профилактика инфекционных заболеваний, сбалансированное питание;
- использование немедикаментозных методов профилактики;
- профилактические мероприятия в период сезонного повышения острой заболеваемости.

Задачи работы с родителями:

- повышение педагогической культуры родителей.
- изучение, обобщение и распространение положительного опыта семейного воспитания.
- установка на совместную работу с целью решения всех психолого - педагогических проблем развития ребёнка.
- вооружение родителей основами психолого - педагогических знаний через психологические тренинги, консультации, семинары.
- валеологическое просвещение родителей в создании экологической и психологической среды в семье.
- включение родителей в воспитательно - образовательный процесс.

В соответствии с ФГОС для более эффективного решения образовательных задач определила интеграцию областей:

«Социально - коммуникативное развитие»
формирование первичных ценностных представлений о здоровье и ЗОЖ человека, соблюдение элементарных общепринятых норм и правил поведения в части ЗОЖ

«Физическое развитие»
проводили целенаправленную систематическую работу с детьми по формированию представлений о здоровом образе жизни

«Познавательное развитие»
расширение у детей кругозора в части представления о здоровье и ЗОЖ

«Художественно - эстетическое развитие»
развитие навыков здорового образа жизни через музыкально-художественную деятельность

«Речевое развитие»
использование чтения художественных произведений для обогащения и закрепления содержания области «Физическое развитие»

Формы работы с родителями с целью эффективного оздоровления детей

Организация совместных дел

Проведение родительских собраний

Наглядные уголки для родителей, папки-передвижки

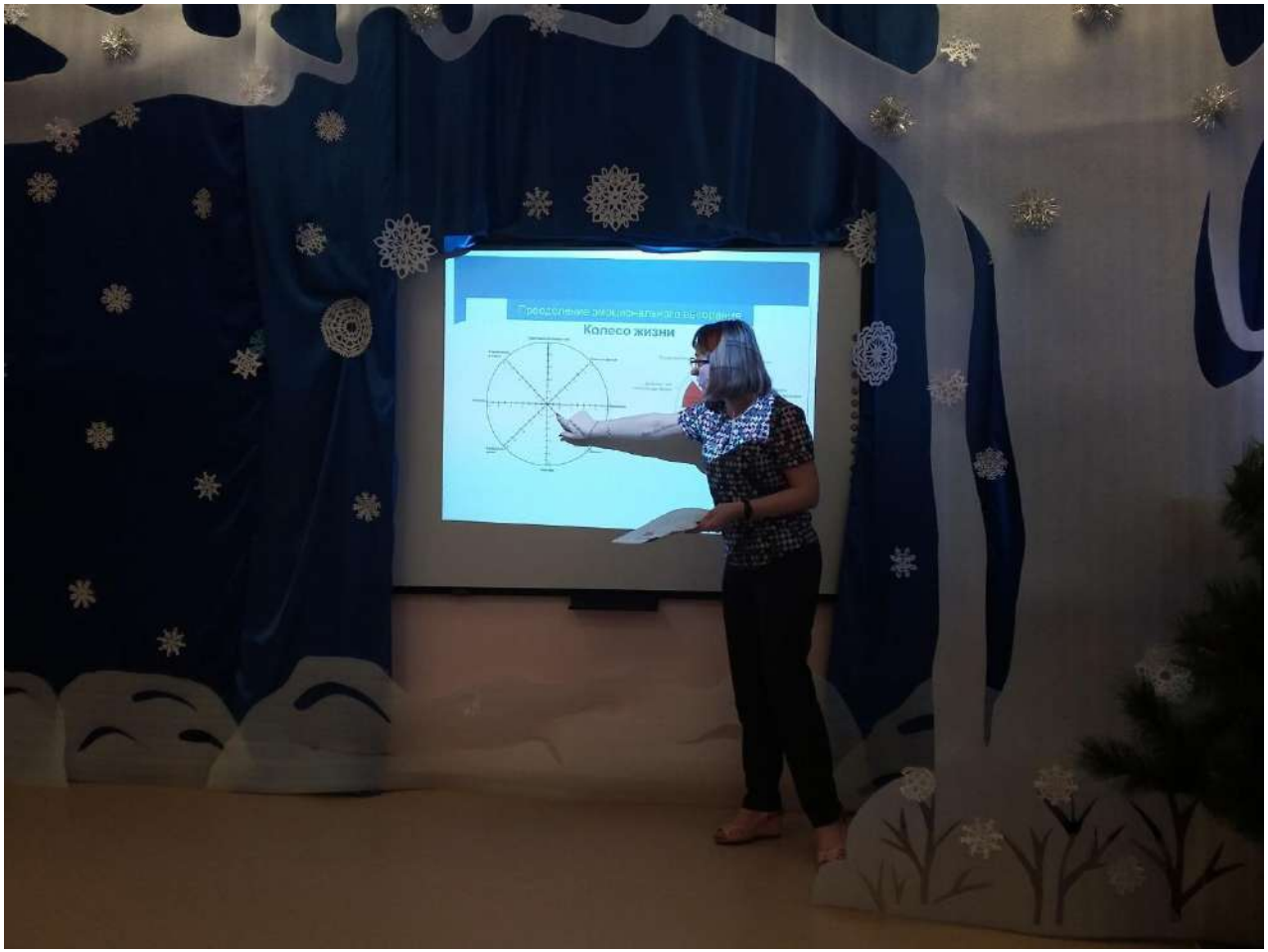
Консультации специалистов, анкетировании

Круглые столы с привлечением специалистов детского сада

Организация совместных дел

Круглые столы с привлечением специалистов детского сада

Консультации специалистов, анкетировании



Наглядные уголки для родителей, папки-передвижки

Проведение родительских собраний

Формы работы с родителями с целью эффективного оздоровления детей

Беседы с родителями по проблемам

Изготовление коллажей

Дни открытых дверей

Экскурсии по детскому саду для вновь прибывших

Досуги, недели здоровья, спартакиады

Методы, используемые педагогами в работе

Анкетирование родителей

Беседы с родителями

Наблюдение за ребёнком

Изучение рисунков и их обсуждение с детьми

Беседы с ребёнком

Основные правила закаливания

Приступить к закаливанию можно в любое время года.

Закаливание нужно проводить систематически.

Основной принцип - постепенность.

Закаливающие процедуры нельзя начинать, если ребенок болен.

Закаливающие процедуры надо проводить комплексно, сочетая общие (например, обливание) и местные (например, ножные ванны) воздействия.

Процедура должна нравиться ребенку, вызывать положительные эмоции.

Ориентировочная схема распределения закаливающих процедур в режиме дня дошкольника

- Зарядка. Упражнения выполняются в трусиках, босиком.
- Умывание до пояса, температура воды 16-14градусов.
- Полоскание горла.
- После сна - контрастные ножные ванны.
- Вечером - гигиеническая ванна с последующим обливанием.

Заключение

Дошкольный возраст -это время наиболее интенсивного развития, освоения огромного объема информации, воспитания привычек и жизненных установок, становления ребенка как личности. Поэтому очень важно, чтобы оздоровительную работу проводили не только педагоги ДОУ, но и родители. Только при тесном взаимодействии ДОУ и семьи можно добиться значительных успехов в укреплении здоровья подрастающего поколения.