

Выступление на педагогическом совете

на тему: «Организация оздоровительной работы в детском саду»

Заведующий МБДОУ д/с № 18

Фандеева Н.А.

Сохранение и укрепление здоровья детей является одним из важных направлений работы МБДОУ д/с № 18. Поэтому в детском саду создана система оздоровительной работы.

Цель оздоровительной работы: сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у воспитанников, педагогов, родителей ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи:

1. Охранять и укреплять здоровье детей, совершенствовать их физическое развитие, повышать защитные свойства организма.
2. Формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью.
3. Воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуры.
4. Развивать основные физические способности (силу, быстроту, ловкость, выносливость и др.) и умение рационально использовать их в различных условиях.
5. Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, обучать новым видам движений, основанных на приобретённых знаниях и мотивациях физических упражнений.
6. Способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм и культуры быта.
7. Создать оптимальный режим дня, обеспечивающий гигиену нервной системы ребёнка, комфортное самочувствие, нервно – психическое и физическое развитие.

Основные принципы построения оздоровительной работы :

- научности (использование научно – обоснованных и апробированных программ, технологий и методик);
- доступности (использование здоровьесберегающих технологий в соответствии с возрастными особенностями детей);
- активности (участие всего коллектива педагогов, специалистов и родителей в поиске эффективных методов оздоровления дошкольников);

- сознательности (осознанное понимание и отношение детей к своему здоровью);
- единства диагностики и коррекции (правильная интерпретация результатов медицинской, педагогической, психофизической диагностики; планирование способов, методов и приёмов коррекции, развития и оздоровления на основе полученных данных);
- систематичности (реализация оздоровительных, профилактических мероприятий постоянно, систематично);
- целенаправленности (подчинение комплекса медико–педагогических воздействий четко определенной цели);
- оптимальности (разумно сбалансированные величины психофизической нагрузки).

Система оздоровительной работы проходит через следующие разделы:

- Укрепление материально – технической базы ДОУ.
- Работа с детьми.
- Работа с педагогами.
- Работа с родителями.

Укрепление материально – технической базы:

- физкультурный зал со всем необходимым спортивным оборудованием: несколько гимнастических скамеек, спортивные маты, , наклонные доски, ребристые доски, мячи, обручи, мешочки с песком, канаты, кегли и другое; тренажёрами (батут, силовой тренажёр и др.); сухим бассейном. Всё это позволяет включить в работу большую группу детей, что обеспечивает высокую моторную плотность занятий;
- на территории детского сада оборудованы: спортивная площадка; нанесена цветная разметка для увеличения двигательной активности детей на прогулке;
- имеются разные виды картотек: подвижные игры с необходимыми шапочками и другими атрибутами; для развития основных видов движения, картотека физкультминуток и пальчиковых игр.
- в каждой возрастной группе имеются спортивные уголки, где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов;
- работают узкие специалисты: педагог-психолог, воспитатель по физической культуре;

- кабинет педагога-психолога, комната психологической разгрузки, где с детьми занимается педагог-психолог. В кабинете имеется литература по вопросам коррекции и психодиагностики дошкольников, развивающие игры.

Работа с детьми осуществляется воспитателями, помощниками воспитателей, медицинской сестрой, воспитателем по физической культуре, педагогом-психологом, учителем-логопедом, музыкальным руководителем.

Работа с детьми включает в себя:

1. Диагностика.

- воспитатели группы диагностируют знания, умения, навыки, предусмотренные программой, наблюдают за поведением ребёнка в повседневной жизни;
- педагог – психолог выявляет индивидуальные особенности развития психических процессов, особенно поведения и эмоционально – волевой сферы;
- воспитатель по физкультуре осуществляет контроль за развитием крупномоторных и мелкомоторных навыков, уровнем двигательной активности, организует тестирование по физической подготовке;
- музыкальный руководитель обследует состояние уровня музыкального развития.

При организации оздоровительной, профилактической работы учитываются физиологическое и психологическое состояние детей.

2. Полноценное питание.

Принципы организации питания:

- выполнение режима питания;
- гигиена приёма пищи;
- ежедневное соблюдение норм потребления продуктов и калорийности питания;
- эстетика организации питания (сервировка);
- индивидуальный подход к детям во время питания;
- правильность расстановки мебели.

3. Система эффективного закаливания.

Основные факторы закаливания:

- закаливающее воздействие органично вписывается в каждый элемент режима дня;
- закаливающие процедуры различаются как по виду, так и по интенсивности;
- закаливание проводится на фоне различной двигательной активности детей на физкультурных занятиях, других режимных моментах;
- закаливание проводится на положительном эмоциональном фоне и при тепловом комфорте организма детей;
- постепенно расширяются зоны воздействия, и увеличивается время проведения закаливающих процедур.

В детском саду проводится обширный комплекс закаливающих мероприятий:

- соблюдение температурного режима в течение дня;
- правильная организация прогулки и её длительности;
- соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учётом индивидуального состояния здоровья детей;
- облегченная одежда для детей в детском саду;
- зарядка после сна.

Методы оздоровления:

- контрастное обливание ног (летом);
- дозированный оздоровительный бег на воздухе (в течение года);
- хождение босиком по спортивной площадке (летом);
- релаксационные упражнения с использованием музыкального фона (музыкотерапия);
- использование элементов психогимнастики на занятиях по физкультуре.

4. Организация рациональной двигательной активности.

Физическое воспитание оказывает существенное влияние на совершенствование защитных сил организма ребёнка, ход его физического развития, содействует овладению необходимыми движениями.

Основные принципы организации физического воспитания в детском саду:

- физическая нагрузка адекватна возрасту, полу ребенка, уровню его физического развития, биологической зрелости и здоровья;
- сочетание двигательной активности с общедоступными закаливающими процедурами;
- обязательное включение в комплекс физического воспитания элементов дыхательной гимнастики;
- включение в гимнастику и занятия элементов корригирующей гимнастики для профилактики плоскостопия и искривления осанки.

Формы организации физического воспитания:

- физические занятия в физкультурном зале и на спортивной площадке;
- дозированная ходьба;
- оздоровительный бег;
- физкультминутки;
- физкультурные досуги, праздники, «Дни здоровья»;
- утренняя гимнастика;
- индивидуальная работа с детьми;
- и др.

Физкультурные занятия разнообразны по форме и содержанию в зависимости от задач:

- Традиционные.
- Игровые: в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности.
 - Сюжетно – игровые, дающие более эмоциональные впечатления;
 - Занятия – тренировки: закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр.
- Занятия в форме оздоровительного бега.
- Занятия, основная часть которых носит ярко выраженный нетрадиционный характер (ритмика, логоритмика).

Важным условием является проведение всех занятий в музыкальном сопровождении.

5. Создание условий организации оздоровительных режимов для детей.

- соблюдение режимных моментов: время приёма пищи, укладывание на дневной сон; общая длительность пребывания ребёнка на свежем воздухе и в помещениях при выполнении физических упражнений.
- оптимальная индивидуальная двигательная активность с преобладанием циклических упражнений, достаточная индивидуальная умственная нагрузка и преобладание положительных эмоциональных впечатлений.
- достаточный по продолжительности дневной сон детей.
- организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями.
- просветительская работа с сотрудниками и родителями.

6. Создание представлений о здоровом образе жизни.

- привитие стойких культурно – гигиенических навыков.
- обучение уходу за своим телом, навыкам оказания элементарной помощи.
- формирование элементарных представлений об окружающей среде.
- формирование привычки ежедневных физкультурных упражнений.
- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов.
- формирование представлений о том, что полезно и что вредно для организма.
- выработка у ребёнка осознанного отношения к своему здоровью, умения определить своё состояние и ощущения.
- обучение детей правилам дорожного движения, поведению на улицах и дорогах.
- систематическая работа по ОБЖ, выработке знаний и умений действовать в опасных жизненных ситуациях.

7. Применение психогигиенических и психопрофилактических средств и методов.

- обеспечение условий для преобладания положительных эмоций в ежедневном распорядке дня каждого ребенка;
- создание благоприятного психологического климата в группах и в ДОО в целом;
- организация уголка психологической разгрузки («уединения») в группе;
- рациональное применение музыкотерапии;
- использование на физкультурных занятиях элементов психогимнастики.

8. Профилактическая работа.

Осуществляет педиатр участковой поликлиники, воспитатель по физической культуре, воспитатели.

Она включает в себя:

- физкультурные занятия босиком.
- подвижные игры и физические упражнения на улице.
- утреннюю зарядку на улице.
- гимнастика после сна.
- спортивные игры и соревнования.
- элементы точечного массажа и пальчиковые упражнения для укрепления здоровья.
- общекорректирующие упражнения.
- элементы психогимнастики, релаксации.

10. Летне-оздоровительные мероприятия.

Формы организации оздоровительной работы:

- закаливание организма средствами природных факторов: солнце, воздух, вода, сон в трусиках, ходьба босиком;
- физкультурные занятия на спортивной площадке;
- физкультурные досуги и развлечения;
- утренняя гимнастика на воздухе;
- игры с водой и песком;
- витаминизация: соки, фрукты.

Работа с педагогами.

Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей, построенная на *следующих принципах*:

- актуализация внимания воспитателей на том, что в педагогической валеологии у них главная социальная роль;
- просветительная работа;
- консультации воспитателей по сохранению собственного здоровья;
- обучение педагогов приёмам личной самодиагностики здоровья в физическом, социальном, психическом аспекте, а также методике обучения дошкольников приёмам личной самодиагностики.

Организационные методические мероприятия:

- знакомство и внедрение в практику работы новых технологий в области физического воспитания детей дошкольного возраста.
- разработка систем физического воспитания, основанных на индивидуально–психологическом подходе.
- диагностика состояния здоровья детей всех возрастных групп.
- внедрение сбалансированного разнообразного питания.
- пропаганда здорового образа жизни.
- обучение дошкольников здоровому образу жизни, приёмам личной самодиагностики, саморегуляции, проведение бесед, валеологических занятий, психологических тренингов, привитие дошкольникам чувства ответственности за своё здоровье.

Работа с родителями.

Одним из основных направлений по формированию физически и психически здорового ребёнка является работа с родителями.

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.

Используются следующие *формы работы с родителями*:

- проведение родительских собраний, консультаций.
- беседы с родителями (индивидуальные и групповые) по проблемам.
- дни открытых дверей.
- экскурсии по детскому саду для вновь прибывших.
- организация совместных дел.

Методы, используемые педагогами в работе:

- анкета для родителей.
- беседы с родителями.
- беседы с ребёнком.
- наблюдение за ребёнком.
- изучение рисунков на тему «Наша семья» и их обсуждение с детьми.