Физкультурно-оздоровительная работа в младшей группе «Капельки»

В настоящее время одной из наиболее важных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – это самое главное, что необходимо сделать всем ДОУ.

Задачи сохранения и укрепления здоровья получили свое отражение в нормативно-правовых документах современного общества: Законе РФ: «Об образовании в РФ», СанПиНе 2.4.1.3049-13, «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения РФ», Указе президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ», «Конвенции о правах ребенка» и т.д.

В нашей группе «Капельки» мы стараемся работать над этим вопросом. Каждый день мы проводим различные виды оздоровительных мероприятий.

Основными задачами нашей группы по физическому воспитанию дошкольников являются:

* Охрана и укрепление здоровья детей;
* Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
* Воспитание потребности в здоровом образе жизни;
* Обеспечение психического и физического благополучия.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания:

* Рациональный режим;
* Питание;
* Закаливание (в повседневной жизни и специальные меры закаливания);
* Утренняя гимнастика, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурные занятия.

Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. В нашей группе для детей проводится:

1. *Утренняя гимнастика (ежедневно в течение года).*
2. *Гимнастика после сна (ежедневно в течение года).*
3. *Воздушные ванны (перед сном, после сна).*
4. *Физкультурные занятия (3 раза в неделю).*
5. *Проветривание группы (перед и после сна).*
6. *Пальчиковая гимнастика (3 раза в неделю).*
7. *Витаминизация: соки, фрукты (ежедневно).*
8. *Закаливание солнцем (в летний период).*
9. *Профилактика плоскостопия (ежедневно).*
10. *Профилактика осанки детей (ежедневно).*
11. *Физкультминутки (ежедневно).*
12. *Подвижные игры (ежедневно).*
13. *Прогулки.*
14. *Закаливание.*
15. *Работа с родителями по профилактике оздоровительных мероприятий.*

Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребностей в движении в ДОУ созданы следующие условия:

1. Спортивный зал оснащен спортивным инвентарем;
2. Имеется спортивная площадка для подвижных и спортивных игр;
3. Имеется музыкальный зал; существует кабинет медицинского работника.

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы ДОУ зависит от взаимодействия воспитателей с медицинской сестрой, музыкальным руководителем, психологом.

Я также практикую сон без маек в летний период, во время НОД проводятся физминутки. Для детей я сделала сухой душ, проводили на прогулке игры с водой как закаливающие процедуры.

Сухой душ

 

Игры с водой

 

Игры с песком

 

Я уделяю особое внимание работе с родителями, в которую входят: консультирование родителей по вопросам оздоровления детей, здорового образа жизни, беседы, анкетирование, тематические родительские собрания.

*«Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье – это важнейших труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависят их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»*

*В. А. Сухомлинский*