

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА



Здоровый ребёнок - это жизнерадостный, любознательный, устойчивый к неблагоприятным факторам внешней среды, выносливый, сильный. Воспитанием такого ребенка является целью дошкольного учреждения.

Чтобы обеспечить воспитание здорового ребенка, работа в нашем дошкольном учреждении ведется по следующим направлениям:

- создание условий физического развития и снижение заболеваемости детей;
- комплексное решение физкультурно-оздоровительных задач совместно с медицинскими работниками;

- воспитание здорового ребёнка совместными усилиями образовательного учреждения и семьи.

Два раза в год (сентябрь, май) у нас проводится педагогическая диагностика, которая позволяет в определенной мере судить о полноте и целостности развития ребенка.

Одной из основных характеристик физического развития выступает развитие двигательной сферы ребенка. В данной характеристике выделяются две стороны. Первая сторона — это владение двигательными навыками. Владение определенными действиями, разнообразными движениями. Другая сторона развития - экспрессивная, выразительная. Она проявляется в том, что движения ребенка выражают его эмоциональные состояния, переживания по поводу различных событий. В мимике, позе, отдельных жестах находят свое отражение как наиболее присущие малышу внутренние состояния (спокойствие, печаль, подавленность, радость), так и способность адекватно или неадекватно реагировать на окружающее.

Совместно с медицинским персоналом в течение учебного года проводится медико-педагогические наблюдения за физиологической реакцией детей, соответствием нагрузки на занятиях их возрастным и индивидуальным возможностям.

Через организацию двигательного режима детей систематизированы формы работы с детьми по развитию навыков здорового образа жизни. Нами составлена годовая циклограмма примерного двигательного режима, где включены: физкультурно-оздоровительные занятия: гимнастика, двигательная разминка во время и между занятиями, физкультминутки, упражнения на улице, индивидуальная работа по развитию движений на прогулке, гимнастика после дневного сна в сочетании с контрастными воздушными ваннами, занятия: по физической культуре, самостоятельная двигательная деятельность детей.

Упражнения на все виды основных движений на развитие выносливости, ловкости, быстроты. Физкультурно-массовые занятия: неделя здоровья, физкультурный досуг, физкультурно-спортивные праздники.

На занятиях по физической культуре решается комплекс оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Подбор программного материала осуществляется с учетом возрастных особенностей детей.

Занятия по физической культуре проводятся в разных формах: сюжетно-игровое, тематическое, тренировочное.

Интенсивность и продолжительность нагрузок выбирается такая, чтобы у ребенка не возникли признаки утомления, чтобы он не терял интерес к тому или иному движению. Большая часть занятий отводится играм и игровым заданиям, так как игра является основным видом деятельности в дошкольном возрасте.

Воспитание здорового ребёнка – сложный процесс, в результате которого решается комплекс медико-педагогических и психологических задач. Прделанная нами работа при постоянном медико-педагогическом контроле дала свои положительные результаты. Значительно увеличился процент посещаемости детей, сократилось число часто болеющих, а также длительность заболеваний. Улучшилась двигательная активность детей на прогулке.

Поздравляем!

