

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Одоевская средняя общеобразовательная школа имени В.Д.Успенского» структурное подразделение детский сад «Сказка»  
п.Одоев, ул.Л.Толстого, д.24-в, тел.4-17-90 email: skazka.odoev@tularegion.org

---

**ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ  
В СТРУКТУРНОМ ПОДРАЗДЕЛЕНИИ Д/С  
«СКАЗКА»**

Известно, что здоровье человека определяется многочисленными внутренними и внешними факторами и характеризуется как состояние организма, при котором отсутствие заболевания сочетается с физическим, психическим и социальным благополучием человека. Высокая заболеваемость, неблагоприятные экологические условия, сложная социальная ситуация и другие неблагоприятные факторы требуют выработки определённой системы в работе по оздоровлению детей.

Наше учреждение осуществляет всестороннее воспитание и обучение детей с физкультурно –оздоровительным направлением воспитанников. Поэтому так важно создание в ДОУ всех необходимых санитарно-гигиенических и психолого-педагогических условий, так как только здоровый ребенок может усваивать все то, чему его учат, справляться с предъявленными требованиями, быть активным, работоспособным и нормально развиваться. Для осуществления задач по максимальному оздоровлению детей в ДОУ осуществляется разноплановая работа по физическому воспитанию. В основе укрепления здоровья и формирования предпосылок здорового образа жизни лежат задачи, которые включают в себя:

организацию рационального режима дня, обеспечение необходимой продолжительностью сна в соответствии с возрастными потребностями;

создание условий для оптимального двигательного режима;

осуществление оздоровительных и закаливающих мероприятий;

полноценное питание;

обеспечение благоприятной гигиенической обстановки;

создание атмосферы психологического комфорта.

Исходя из поставленных задач, составлен план по совершенствованию системы физического воспитания и оздоровления детей. В нем отражена предстоящая деятельность с педагогическими работниками, детьми и родителями. Важным условием успешного физического развития и оздоровления детей является диагностика . Она определяет исходные функциональные показатели здоровья ребенка и уровень его физической подготовленности. Полученные первичные результаты являются отсчетом для прогнозирования особенностей развития ребенка, подбора оптимального содержания обучения и воспитания, учитывая индивидуальные особенности детей.

В своей деятельности мы ориентировались на требования государственных стандартов по обучению и воспитанию детей. Уходя от традиционной системы воспитания, мы ищем новые формы образовательного процесса. Коллектив подходит творчески к реализации поставленных задач и модифицирует существующие программы в соответствии с конкретными условиями. В ДОУ имеется физкультурное оборудование и инвентарь. В группах с учетом возрастных особенностей оборудованы "Уголки здоровья". На территории детского сада имеются: спортивная площадка, "тропа здоровья".

Для проведения спортивных и подвижных игр, оздоровительного бега приспособлены тротуары вокруг ДОУ и свободные места. На групповых площадках нарисованы разнообразные "классики", "следы", "финиш", "старт", указатели направлений .

С учетом научной методики оздоровления и внедрения современных технологий разработан рациональный режим дня, в равной мере стабильный и одновременно гибкий, динамичный для детей. Он предусматривал их разнообразную деятельность в течение дня с учетом состояния здоровья и возраста при неизменности времени основных компонентов режима. Это создало условие для своевременного и правильного физического и полноценного психического развития ребенка и давало возможность педагогам раскрыть их индивидуальные особенности и творческий потенциал.

Ежедневно во всех группах проводятся разные формы физического воспитания детей: утренняя гимнастика в групповых комнатах или на улице, подвижные и спортивные игры в течение всего дня, занятия физкультурой, закаливание, оздоровительный бег, дыхательные и другие корригирующие упражнения. Кроме того, устраиваются дни здоровья, зимние и летние эстафеты. В то же время воспитатели постоянно обеспечивают своевременную смену видов деятельности и не допускают переутомления у детей, одновременно обеспечивая их высокий уровень двигательной активности в течение дня.

Особое внимание в режиме дня детского сада уделяется закаливанию организма ребенка. Как известно, оно способствует укреплению его здоровья и снижению заболеваемости, созданию условий и привычек здорового образа жизни. Закаливание осуществляется при соблюдении необходимых гигиенических условий и требований: свежий воздух, соответствующая температура воздуха в помещении и вне его и качество одежды. При

проведении закаливания строго соблюдались следующие условия для ребёнка:

он должен быть здоров в данный момент;

находиться в комфортном состоянии

Воспитатель организывает проведение закаливания так, чтобы он видел и чувствовал состояние каждого ребенка, умел создать благоприятный психологический микроклимат. Нами используется щадящий метод закаливания: босохождение по массажным коврикам, ребристой доске, расположенными в разных местах группы. В результате проводимой работы у детей происходит не только закаливание кожи стоп к влиянию пониженных температур, но и осуществляется массаж стопы. А он стимулирует биологически активные точки, улучшая адаптацию и повышая устойчивость всего организма.

В летний период босохождение используется во время прогулок в отведенных местах на детских площадках при соблюдении температурного и временного режима соответственно возрасту детей. После сна под руководством воспитателя дети в постели выполняют дыхательную гимнастику в игровой форме. Важным закаливающим средством являются прогулки. Они проходят с оптимальным двигательным режимом общей продолжительностью в течение дня не менее 4 часов, с обязательным использованием подвижных игр, упражнений циклического характера (прыжки, бег, пробежки с предметами и другое).

Особое значение в воспитании ребенка придавали развитию движений на занятиях по физкультуре. Исходя из возраста, времени года, места проведения (помещение, улица) нами использовались разные варианты по физической культуре: по традиционной схеме; состоящие из подбора подвижных игр разной интенсивности; занятия - тренировки основных движений; занятия - соревнования; ритмическая гимнастика - занятия и др.

Кроме занятий по физической культуре с детьми в ДОУ проводятся занятия по валеологии. На этих занятиях педагоги дают детям представление о строении собственного тела, назначении органов, что полезно и вредно для организма, прививают элементарные навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи. Все это оказывает большую роль в воспитании у ребенка потребности в здоровом образе жизни, в умении управлять своим поведением и эмоциями, регулировать свою активность. Знание воспитателями, детьми основ валеологии, гигиены и элементов медицины

способствуют повышению эффективности занятий, проводимых в ДОУ и семье, физкультурно-оздоровительных мероприятий и исключают физические и психические перегрузки и переутомление у детей.

Для дошкольников, имеющих различные отклонения в здоровье и физическом развитии, созданы условия для оздоровления с учетом профиля заболевания. Так для детей с заболеванием плоскостопия, нарушением осанки организованы занятия, лечебный и оздоровительный массаж.

Во время вспышки ОРВИ и гриппа используется фитотерапия: чеснок, лук. Они помогают очищать воздух и убивать микробы, вирусы.

В общей системе оздоровления особое внимание уделяли охране психического здоровья детей. В ДОУ созданы все условия для психологического комфорта и полноценного развития психических процессов у дошкольников. Психолог, педагоги и весь коллектив в целом так организуют деятельность детей и создают такую гамму положительных чувств и эмоций (упражнения на релаксацию в музыкальном сопровождении которые дают возможность положительно влиять на эмоциональный фон детей и их психическое здоровье.

В результате проведенной оздоровительной работы отмечено снижение в течение года процента часто болеющих детей, уменьшение общего количества заболеваний, пропуска по болезни детей, улучшение в целом эмоционально-психологической ситуации у детей.

Таким образом, применение системы воспитательно-оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении дает возможность при благоприятной работе персонала совместно с родителями и, опираясь на современные педагогические технологии успешно решать задачи по формированию, укреплению и сохранению здоровья детей - будущего здоровья нации.

Было проведено анкетирование родителей с целью выявления знаний и умений в области здорового образа жизни, организации питания и двигательной активности детей, выполнения режимных моментов в семье;

создание в детском саду и семье медико-социальных условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей (создание зон различных видов физической активности, использование закаливающих процедур, участие медицинских работников, воспитателей и родителей в составлении индивидуальных программ (планов) оздоровления детей;

проведение целенаправленной работы среди родителей по пропаганде здорового образа жизни, необходимости выполнения общегигиенических требований, рационального режима дня, полноценного сбалансированного питания, закаливания, воздушного и температурного режима и т. д.;

ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду;

обучение родителей конкретным приемам и методам оздоровления (дыхательная гимнастика, разнообразные виды закаливания);

организация мероприятий по обмену опытом среди родителей (проведение фото, видеоконкурсов на лучший спортивный уголок в семье, интересных спортивных и подвижных игр с участием детей и взрослых членов семьи, конкурсов, викторин).

организация воспитательно-образовательной работы с детьми в адаптационный период (оздоровительные и коррекционные мероприятия с детьми со сложной адаптацией);

работа ДООУ с семьей по воспитанию здорового ребенка;

система оздоровительной работы в детском саду;

организация проведения сезонной профилактики простудных заболеваний;

подготовка детского сада к летнему оздоровительному периоду, разработка программы (плана) летнего оздоровительного досуга детей;

обсуждение результатов психо-диагностического обследования детей старшего дошкольного возраста на готовность к обучению в школе;

анализ заболеваемости детей;

разработка рекомендаций для родителей по оздоровлению дошкольников в семье;

работа по внедрению новых форм физкультурно-оздоровительной работы с детьми и родителями;

использование здоровьесберегающих технологий в педагогическом процессе ДООУ;

результаты медицинских осмотров детей;

результативность работы педагогов-специалистов;

Анализ коррекционной работы с воспитанниками и др.

для родителей проводятся заседания с элементами практикума по вопросам физического воспитания детей: "Разнообразные виды двигательной активности ребенка", "Охрана и укрепление здоровья в домашних условиях", "Если хочешь быть здоров – закаляйся!", "Часто болеет ребенок, кто виноват?". Организованы практикумы по обучению родителей приемам и методам оздоровления детей: дыхательная гимнастика.

Воспитателями ДОУ разработаны консультации и памятки для педагогов и родителей по физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками:

"Фитотерапия в детском саду и дома";

"Нетрадиционные методы закаливания детского организма";

"Гигиенический уход за ребенком-дошкольником";

"Как правильно организовать занятия с физическими упражнениями дома";

"Дыхательная гимнастика для детей".

В целях пропаганды здорового образа жизни среди детей, родителей, формирования интереса к физической культуре и спорту, вовлечения их в деятельность спортивных клубов и кружков проводятся следующие мероприятия:

праздники и развлечения: "Папа, мама, я – спортивная семья", "Зеленая аптека", "Друзья здоровья", "Веселые старты";