



Из опыта работы воспитателя Диденевой М.Н.  
**«Роль воспитателя в  
организации  
оздоровления детей  
дошкольного  
возраста.»»**





**«Здоровья – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов» (Е.Торохова).**



# Основные задачи:

- Создание условий для благотворного физического развития детей;
- Способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий;
- Повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы;
- Удовлетворение природной потребности детей в движении;
- Формирование разумного отношения к своему здоровью;
- Активизация познавательных интересов;





# Деятельность по сохранению и укреплению здоровья воспитанников.

**Ведущие направления:** Организация питания детей.

Обеспечение психологической безопасности детей во время пребывания их в ДОО.

Организация физкультурно-оздоровительной работы.

Организация профилактической работы.

Создание предметно-развивающей среды пребывания в ДОО.


Самообразование. Взаимодействие с педагогами ДОО.





# Организация питания.





# Обеспечение психологической безопасности детей во время пребывания их в дошкольном учреждении.

## Цели:

- Формирование положительной мотивации к выполнению основных режимных моментов, их принятие, осознанное и самостоятельное выполнение.
- Формирование и развитие основных гигиенических навыков и навыков самообслуживания.
- Знакомство с некоторымивалеологическими понятиями: здоровье, режим дня, витамины, и.др.
- Формирование и укрепление психологического здоровья.
- Повышение психоэмоциональной устойчивости.





# Игровая терапия.



# Организация физкультурно- оздоровительной работы.

- Методики, направленные на развитие органов дыхания
- Методики, направленные на повышение сопротивляемости организма.
- Методики, направленные на коррекцию зрения.
- Методики, направленные на профилактику ОРЗ.
- Методики, направленные на развитие речевого аппарата
- Методы, направленные на коррекцию психического состояния
- Методики, направленные на повышение работоспособности детей
- Активизация двигательного режима детей
- 







# Корригирующая гимнастика

Гимнастика корригирующая - лечебная, направленная на исправление или предупреждение дальнейшего развития деформаций опорно-двигательного аппарата и нарушений осанки.

*В мире нет рецепта лучше -*

*Будь со спортом  
неразлучен,*

*Проживешь сто лет -*

*Вот и весь секрет!*



# Музыкально-ритмическая гимнастика

Наиболее популярной является ритмическая гимнастика как одна из эффективных форм повышения двигательной активности. Занятия ею повышают функциональные возможности сердечно-сосудистой, нервной и дыхательной систем, развивают координацию и музыкальность, гибкость и пластику движений.





# Пальчиковая гимнастика

восстановление работоспособности кистей и пальцев рук;  
на расслабление мышц. Рекомендуется всем детям,  
особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой  
удобный отрезок времени.

*У девочек и мальчиков*

*На руке пять пальчиков:*

*Палец большой - парень с душой,*

*Палец указательный - господин влиятельный,*

*Палец средний - тоже не последний.*

*Палец безымянный - с колечком ходит чванный,*

*Пятый - мизинец, принёс вам гостинец.*





# Самомассаж.

Под воздействием несложных массажных упражнений достигается нормализация мышечного тонуса.





# Вибрационный массаж.

Движения постукивания пальцами и кулачками.





# Гимнастика после дневного сна

Основная цель гимнастики после дневного сна- поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью физических упражнений.



*Вы проснулись? Улыбнулись.  
Чтоб совсем проснуться нужно  
потянуться.*

*Потянулись, потянулись  
А теперь прогнулись.*

*Повернулись все на спинку  
Дружно сделали корзинку.*

*Сели на кровати*

*Кулачком потрите пятки.*

*А теперь тихонько встанем и на  
месте зашагаем.*



# Активизация двигательного режима детей.

- Активизация двигательного режима детей атрибутами и пособиями.
- Создание необходимой развивающей среды.
- Проведение подвижных игр, пеших переходов во время прогулок.
- Строгое соблюдение двигательного режима и режима дня.
- Проведение утренней гимнастики, игр с движениями в свободной деятельности.





# Утренняя гимнастика

повышает мышечный тонус и создает  
положительный эмоциональный настрой.







# Прогулки, подвижные игры

Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития дошкольника. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

*Свежий воздух  
малышам  
Нужен и полезен!  
Очень весело  
гулять нам!  
И никаких  
болезней!...*



# Игровые упражнения , эстафеты.





# Лето, ах лето!





# Исследовательская деятельность.

- Во время исследовательской работы задействованы все органы чувств: ребенок вслушивается, вглядывается, трогает, нюхает, пробует. Обогащается его активный словарь. Овладение орудийными действиями развивает руку малыша.





В здоровом теле –здоровый дух.



Спасибо

за

**ВНИМАНИЕ!!!**