



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!!!