"Движение ради здоровья"

старший воспитатель Мельникова А.Б.

В современных условиях развития общества, проблема здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Достичь необходимого уровня интеллектуально-познавательного развития может только здоровый ребенок.

Важнейшей задачей дошкольной образовательной организации сегодня является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей.

Результатом реализации проекта "Образовательные терренкуры на территории ДОУ" педагогами МБДОУ ЦРР - "Детский сад №217" был проведен семинар "Движение ради здоровья", консультативно - рекомендательный материал в помощь педагогам: "Создание мотивации дошкольников посредством пешеходных оздоровительных маршрутов", "Пешеходные оздоровительные маршруты", "Влияние длительных пешеходных прогулок на укрепление здоровья ребёнка"; совместный проект "Здоровый ребенок" (педагоги, дети, родители); разработаны картотеки дыхательной гимнастики, целевые прогулки, пешие маршруты остановок, экскурсии по территории дошкольной организации.

Большое значение для оздоровления детского организма оказывает правильная организация прогулок с детьми. В ДО инструктором по физической культуре совместно с воспитателями организованы оздоровительные прогулки таким образом, чтобы ребенок получил возможность больше двигаться, наблюдать явления природы и живые объекты, непосредственно действовать с предметами, познать многообразие форм, красок, запахов и звуков окружающего мира.

Активные движения на свежем воздухе способствуют закаливанию организма и улучшают здоровье. Развиваются практические навыки в основных видах движений, а ходьба с дозированной физической нагрузкой на свежем воздухе укрепляет сердечнососудистую систему. Совершенствуются все физические качества ребенка и формируются навыки ориентировки в пространстве.

Процесс формирования физической культуры особенно важен для детей старшего дошкольного возраста, так, как этот период характеризуется активной познавательной деятельностью, интенсивным развитием интеллектуальной, эмоциональной сферы, становлением самосознания, освоением общечеловеческих ценностей.

Понятие "здоровье" принято рассматривать не только как отсутствие заболевания, но и как способность организма быстро адаптироваться к различным условиям жизнедеятельности и противостоять воздействию вредных влияний внешней среды. Во многом здоровье ребенка обусловлено социально-экономическими, климато-географическими и экологическими условиями.

Большая работа была проведена с семьями в группах через педагогическую гостиную по теме "Организация активных форм работы с родителями по физическому воспитанию - "Лестница здоровья";

консультация "Роль семьи и детского сада в формировании здоровья детей". Выпуск ежеквартального журнала для родителей «Жар-птица» тема: «Здоровье ребенка". Родители приняли участие в акции "Дерево здоровых советов", совместно с детьми создали семейные газеты "Наша семья дружит со спортом". Педагог-психолог для родителей организовала акцию "Аптечка для души", подготовила информационный бюллетень "Культура здоровья", "Растим здорового ребенка". Рекомендации педагогам по профилактике психологического неблагополучия в развитии ребенка.

С детьми воспитатели вели образовательную деятельность в режимных моментах через беседы "Как вырасти здоровым", "По тропе здоровья", "Полезные и вредные привычки"; изготовление "Книги здоровья"; проведен открытый просмотр "Оздоравливающая прогулка". Малыши, как правило, наблюдают, слушают, активно участвуют в игровой деятельности (в том числе и играх на асфальте) и только в специально созданных условиях могут проводить опыты, собирать безопасный природный материал.

Для детей постарше организованы маршруты, которые подразумевают активное участие детей (ориентирование на местности, "гео-кэшинг", прохождение маршрута с картами-находилками и т.д.) по которым воспитатели знакомят с более широким кругом достопримечательностей на территории ДО.

Педагог-психолог организовала с детьми старшего возраста психологические минутки здоровья, Флешмоб "Здоровейка".

Таким образом, использование педагогами ДОО "Терренкура" в ходе проведения пеших оздоровительных прогулок с дошкольниками способствует сохранению и укреплению здоровья дошкольников. Форма работы совместной деятельности специалистов с детьми позволяет формировать у детей навыки поведения на природе, воспитывать заинтересованность к окружающей среде.