

8.1.4. УСИЛИЯ ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ

Большое значение в создании благоприятных условий для формирования у дошкольников представлений о здоровом образе жизни играет семья ребёнка и система дошкольного образования, поскольку забота об укреплении здоровья ребенка, проблема не только медицинская, но и педагогическая.

Группа и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. И именно в семье, в детском образовательном учреждении на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить малыша самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях.

Формирование представлений дошкольников о здоровом образе жизни эффективно при использовании такого средства, как физическая культура, в которой изначально заложены основы и ценности здорового образа жизни.

Именно в детском возрасте, при формировании физической культуры личности ребенка имеются благодатные условия для освоения знаний в области физической культуры, а также связанных с ними умений и навыков, составляющих основу интеллектуальных ценностей физической культуры.

Основной целью работы по охране здоровья воспитанников является:

Создание системы взаимодействия педагогов и родителей в области приобщения дошкольников к здоровому образу жизни.

Для решения вопросов сохранения здоровья детей и семьи, а также формирования у них навыков и привычек здорового образа жизни, определены ряд задач.

Задачи:

- Совершенствовать работу по формированию у воспитанников мотивации к физическому совершенствованию и здоровому образу жизни;
- Формировать необходимые знания в области гигиены, медицины, физической культуры с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей;
- Формировать физические качества и накопление двигательного опыта, необходимых в разнообразных жизненных ситуациях для сохранения жизни и здоровья детей;
- Активизировать работу по созданию здоровой среды для организации двигательной активности дошкольников;
- Систематизировать педагогическое просвещение родителей о значимости здорового образа жизни и о значении физической деятельности в группе и семьях.

С целью построения единой и непрерывной системы по физическому развитию и оздоровлению детей дошкольного возраста воспитатель работает по следующим **направлениям:**

- *оздоровительно-профилактическое* (утренняя гимнастика, физкультминутки);
- *физическое развитие и приобщение детей к большому спорту* (подвижные и спортивные игры, физкультурные занятия и досуги, участие в спортивных соревнованиях школы, Дни Здоровья в школе);
- *внедрение здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс группы* (соблюдение режима дня, рациональная организация учебного процесса, организация зон активного отдыха в группе и т.д.).

Только здоровый ребенок способен на гармоничное развитие.

Поэтому в дошкольной группе используются разнообразные формы и методы работы с учетом профилактических и оздоровительно-развивающих мероприятий.

Основные санитарно-эпидемиологические мероприятия группы

(в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН)

1. Проветривание помещения
2. Прогулка

3. Подбор мебели с учетом антропометрических показателей детей

Одним из основных факторов оздоровления детей является двигательная активность. В течение работы в группе уделяется большое внимание оптимизации двигательного режима, с целью укрепления здоровья детей, формирования интереса к разным видам деятельности и потребности в движениях. Для этого воспитатель использовал в работе, разработанные модели оптимального двигательного режима детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Для совершенствования здоровьесберегающей среды, в МКОУ Унженской СОШ **созданы необходимые условия:**

- *спортивный зал* с многофункциональным спортивным оборудованием, спортивным инвентарем и атрибутами для проведения физкультурных занятий, подвижных и малоподвижных игр;

- *спортивная площадка* на территории школы, где проводятся развлечения, физкультурные занятия на улице в любое время года;

- *игровая площадка* для ежедневных прогулок.

Воспитатель старается, как можно больше уделять внимание здоровью детей.

Им созданы *картотеки подвижных игр, утренней гимнастики, физкультурных минуток*, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Управление процессом физического воспитания детей дошкольного возраста требует от педагога глубоких знаний в области организации и проведения разнообразных форм занятий, методики обучения двигательным действиям и развития физических способностей исходя из возрастных и индивидуальных особенностей дошкольников.

Вопросы проведения закаливания и оздоровления детей, рассматриваются на *педагогических советах, совещаниях при директоре*.

Воспитатель строит свою работу в тесном сотрудничестве *с родителями*, которые в свою очередь являются помощниками и активными участниками в организации и проведении всех спортивных мероприятий.

В группе регулярно проводится *педагогическое просвещение родителей* по здоровому образу жизни – оформление родительских уголков, буклетов; консультации и родительские собрания по вопросам ЗОЖ.