

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №105
г. Твери

**«Организация и содержание оздоровительно – развивающей
работы с воспитанниками логопедической группы».**

Подготовила:
Старший воспитатель МБДОУ д/с № 105 г. Твери
Морозова Любовь Николаевна

г. Тверь, 2019 г.

«Организация и содержание оздоровительно – развивающей работы с воспитанниками логопедической группы»

Аннотация: статья посвящена системе по формированию ЗОЖ.

Ключевые слова: ЗОЖ, физкультура, утренняя гимнастика.

Среди многих факторов, которые оказывают влияние на состояние здоровья и развитие детей, по интенсивности воздействия физическое воспитание занимает особое место. Считаю актуальной проблему формирования здорового образа жизни детей в системе дошкольного образования, так как, к сожалению, приходится констатировать, что состояние здоровья детей нашей логопедической группы в результате медицинского осмотра оставляет желать лучшего, показатели не позволяют родителям и педагогам рассчитывать на абсолютное здоровье детей.

Работая в логопедической группе, в которой 14 детей из 17 имеют вторую группу здоровья, 3 – третью, можно констатировать что, все дети имеют нарушения речи разной степени сложности и это неблагоприятно влияет на развитие не только мелкой моторики, но и крупной, дети не имеют знаний и не умеют заботиться о своем организме. Большинство родителей не служат для ребенка положительным примером здорового образа жизни.

ЗОЖ – сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, воспитание культурно – гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни [1, с.58]. Отсутствует четкая система по формированию ЗОЖ, не в полном объеме используются условия ДОУ для полноценного физического воспитания детей. В моей группе также не была снята проблема со здоровьем детей: родители или не были заинтересованы, или при желании помочь своему ребенку, не знали, как это сделать. Одна из причин – недостаточный уровень теоретических знаний и практических навыков, необходимых для воспитания ЗОЖ.

Анализ исходного состояния по диагностическим картам на начало учебного года показал, что физическая подготовленность детей низкая: высокий уровень физической подготовленности - у 30% детей, средний – у 33%, низкий – у 37%.

Исходя из этого, мы пришли к выводу, что разностороннее физическое развитие и воспитание детей дошкольного возраста невозможно без правильно организованной деятельности и целесообразного двигательного режима. Мною были изучены технологии сохранения, стимулирования здоровья детей и технологии обучения здорового образа жизни, разработана циклограмма использования их в течение дня и включена в режим дня.

Я создала целостную систему работы по формированию ЗОЖ:

1. Сохранение и укрепление здоровье детей.

Утренняя гимнастика направлена на укрепление организма ребенка и создания доброго, жизнерадостного настроения на весь день. Проводится ежедневно до завтрака 6-8 мин, в теплое время года на воздухе (во время приема детей). Гимнастика после дневного сна проводится ежедневно в сочетании с контрастными воздушными ваннами после подъема детей (7-10 мин). Такая гимнастика помогает ребенку быстрее войти в активное

состояние, вызывает у него положительные эмоции, укрепляя мышечный тонус.

2. Формирование у детей и родителей ответственность в деле сохранения собственного здоровья.

По данным анкетного опроса родителей нашей группы на начало учебного года позволило оценить нам качество соблюдения режима дня, провидения оздоровительно-закаливающих мероприятий в семье. В частности вопрос физического воспитания во многих семьях решается достаточно успешно. Однако в ряде случаев для укрепления здоровья и развития детей не созданы необходимые условия: нет спортивного уголка с набором спортивного инвентаря, не соблюдение гигиенических навыков: мыть руки, ноги, чистить зубы, причесываться по мере необходимости, следить за внешним видом и т.д.

Анализ анкетных данных показал, что, например: вечерняя прогулка детей с родителями осуществляется нерегулярно во многих семьях, дети не гуляют или мало гуляют в выходные и праздничные дни. Сокращается продолжительность ночного сна, которое может стать причиной нервно-психического расстройства, снижает защитную реакцию организма ребенка. Только 2% родителей совместно с детьми совершают загородные прогулки, прогулки в парки, скверы. Во время обычных прогулок недостаточно используются такие важные для развития моторики ребенка спортивные упражнения: катание на коньках, лыжах, езда на велосипеде, катание на роликовых коньках и самокатах. Крайне редко используются на прогулке спортивные игры – баскетбол, бадминтон, настольный теннис.

Таким образом, мы пришли к выводу - чтобы сформировать здоровый образ жизни детей, необходимо настроить совместную работу с семьей и построили ее на следующих положениях, определяющих ее содержание, организацию и методику:

1) Единство – в достижение цели по формированию здорового образа жизни детей.

2) Знакомство родителей с основным содержанием, методом и приемам физкультурно - оздоровительной работы в детском саду (через родительские собрания, консультации, беседы).

3) Родителям была предоставлена система и последовательность работы (план воспитателя, сетка занятий).

4) Обеспечение индивидуального подхода к каждому ребенку и к каждой среде. Учет способностей ребенка и интересов семьи.

5) Взаимное доверие и взаимопомощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критики и самокритики. Укрепление авторитета в семье педагога, а родителей в детском саду.

3. Оказание помощи в осознании понятия «здоровый образ жизни» и влияние образа жизни на состояние здоровья; использовать многообразие форм работы с детьми и их родителями.

Работа с семьей включала: целенаправленную работу, пропагандирующую общегигиенические правила, необходимость

рационального режима и полноценного сбалансированного питания, закаливания, воздушного оптимального и температурного режима. Ознакомление родителей с содержанием формирования здорового образа жизни детей дошкольного воспитания, направленное физическое, психическое и социальное развитие ребенка. Ознакомление родителей с результатами медицинского осмотра и ЛФК, а также других специалистов. Обучение родителей конкретным приемам и методам оздоровления (дыхательная, пальчиковая гимнастика, разнообразные виды закаливания). Физкультурные досуги, праздники с участием родителей.

Реализация основ здорового образа жизни, помимо выполнения рационального жизненного распорядка имеет огромное значение усвоения детьми правил гигиены – поэтому мы каждодневно целенаправленно прививаем культурно – гигиенические навыки: умывание, мытье рук, полоскание рта после еды холодной кипяченой водой, питье по желанию, обливание рук до локтя во время умывания.

Формирование здорового образа жизни детей в нашем дошкольном учреждении представляет собой комплекс оздоровительно- образовательных мероприятий, основу которых составляет двигательная активность: 1- физкультурные занятия; 2- физкультурно – оздоровительная работа в течение дня (утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, физические упражнения, прогулки, закаливающие мероприятия); 3- активный отдых (физкультурные досуги, праздники, соревнования, походы); 4- самостоятельная двигательная деятельность; 5- секционно-кружковые занятия (ЛФК, баскетбол); 6- индивидуальная и дифференцированная работа (с детьми, имеющими отклонения в физическом и двигательном развитии); 7- профилактические и реабилитационные мероприятия (по плану врача).

Режим нашего ДООУ – рациональный (оздоровительный), стабильный и одновременно динамичный, гибкий – позволяет нам в течение всего учебного года в полном объеме удовлетворять двигательную потребность детей, а значит, способствовать формированию здорового образа жизни.

4. Обеспечение детей оптимальным уровнем двигательной активности в течение дня.

Физкультурные развлечения и физкультурные досуги, их цель, доставлять детям удовольствие, создавать радостное настроение. Досуг составляется из любимых детьми игр и упражнений, интересных, зрелищных спортивных номеров, в которых участвуют ребята, а также взрослые – воспитатели и родители. Важное средство физического воспитания детей – подвижные игры. Они заряжают эмоциональностью, активным действием. Подвижные игры обязательны для всех возрастных групп, подбираю игры с учетом возраста, времени дня, а также места проведения.

Необходимое условие формирования здорового образа жизни детей – создание физкультурно – игровой среды, наполнение ее как стандартным оборудованием (мячи, скакалки, обручи, кегли, ленты и т.д.), так и нестандартным оборудованием физического воспитания (дорожка, камушки, кольцо для метания мягких мячей, «киндер – сюрприз» - поймай предмет,

многофункциональная дорожка и т. д.).

В двигательном режиме детей мы значительное место отводим самостоятельной двигательной активности. Для этого используем разное время: утром до завтрака, между занятиями, во время прогулок, после дневного сна. С целью обогащения физкультурно – игровой среды, систематически ее обновляем.

Большое внимание уделяю оснащению спортивным оборудованием уличной площадки (горки, лесенки, футбольные ворота, кольцеброс, песочница), где детям предоставляется больше времени и пространства для самостоятельных игр. Это лишь небольшая часть работы по формированию здорового образа жизни детей.

Факторы, способствующие и препятствующие реализации инновационной работы:

1. Недопонимание родителями значимости ЗОЖ для детей и, как следствие, равнодушие.
2. Разный уровень профессионализма у педагогов в ДОУ.
3. Недостаточное обеспечение педагогов специальной литературой.
4. Положительный личный пример родителей, как фактор, способствующий реализации инновационной работы.

Для эффективного осуществления физкультурно-оздоровительной работы, прежде всего, должны быть созданы условия. В нашем детском саду есть спортивный зал, спортивная площадка на участке, а также пособия, инвентарь и оборудование в группах – все, что необходимо для проведения занятий и индивидуальной работы с детьми.

Используется индивидуальный подход в осуществлении программных задач по физическому воспитанию. Оборудован физкультурный уголок в группе, в котором представлено как стандартное, так и нестандартное оборудование; созданы условия для самостоятельной двигательной деятельности детей.

Использованный нами комплексный подход по формированию здорового образа жизни детей принес хороший результат, после проведенной работы: 61% детей имеет высокий уровень физической подготовленности; 33% - средний; 6% - низкий, (30% - 33% - 37% соответственно на начало учебного года); составлен перспективный план работы с родителями по физической культуре; физические навыки и умения улучшились за счет проведения физкультурных занятий, подвижных игр, проводимых в детском саду и дома; изменилось отношение родителей к проблеме воспитания навыков здорового образа жизни у детей; дети знают много подвижных игр: «Стой», «Фотограф», «Горшки», «Чай, чай, выручай», «Гори-гори ясно» и др.

Литература:

1. «От рождения до школы» Основная общеобразовательная программа дошкольного образования/Под ред. Н.И. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А.Васильевой.-М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.-304 с.(58с)