

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по
художественно-эстетическому направлению развития детей №7 «Колосок» с.Благодатное

**Медико-педагогическое совещание №2: «Система оздоровления
в группе раннего возраста».**

**Консультация
«Организация здоровьесберегающего пространства в группе
раннего возраста»**

Подготовила:
воспитатель МКДОУ
ДС№7 «Колосок»
с. Благодатное
Шершенко В.И.
25.01.2021г.

с. Благодатное
2021 г.

«Здоровье – это вершина, которую должен каждый покорить сам» - так гласит восточная мудрость. Задача педагогов – научить детей покорять эту вершину.

Как же воспитывать ребенка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться? Эту задачу взрослым надо решать с самых ранних лет жизни ребенка, решать системно и сообща.

Раннее детство — период интенсивного физического и психофизического развития. Именно в этом возрасте умственное и нравственное становление ребенка предопределено его физическим состоянием и настроением. Забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя.

Организация активного взаимодействия педагога и младшего дошкольника требует целесообразной организации развивающей среды в группе. Поэтому следует тщательно подходить к созданию такой среды, которая призвана обеспечить личноно – ориентированные отношения с воспитанниками. Необходимо обеспечить развивающую среду с позиции здоровьесбережения. Здоровьесберегающее пространство способствует:

- профилактике различного рода негативных проявлений;
- успешной адаптации детей в ДОУ;
- обеспечивает творческую атмосферу для участников образовательного процесса.

Здоровьесберегающая деятельность предполагает проведение занятий и бесед с дошкольниками о необходимости соблюдения режима дня, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем.

Цель — сформировать у детей осознанное отношение к своему здоровью и жизни, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать его.

Дошкольный возраст очень важен для формирования навыков сохранения здоровья. Согласно образовательной области «Здоровье» основной общеобразовательной программы дошкольного образования, реализуемой в нашем ДОУ перед педагогами стоят задачи:

1. сохранение и укрепление физического и психофизического здоровья детей;
2. воспитание культурно-гигиенических навыков;
3. формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Главная задача – научить детей ухаживать за собой и своим телом. Тело ребёнка в течение дошкольного возраста меняет свои пропорции, активно идёт формирование осанки, закладывается походка. Появившиеся в дошкольном возрасте нарушения осанки, могут в дальнейшем привести к образованию стойких деформаций костной системы. Чтобы избежать этого, необходимо осуществлять профилактические мероприятия, способствующие правильному развитию организма.

В течение всего дня пребывания детей в детском саду следить за тем, чтобы они правильно сидели во время еды, занятий, отдыха. Причём, чтобы сформировать красивое и здоровое тело, стоит не только показывать, но и рассказывать, как правильно сидеть.

В формировании правильной осанки большую роль играет одежда. Она не должна быть тесной, мешать прямому положению тела, затруднять свободные движения. С этой целью проводится работа с родителями. Большое внимание на осанку оказывает состояние стоп. Если ребёнок страдает плоскостопием или

косолапостью, необходимо обратить внимание на осанку. Поэтому для профилактики рекомендуется использовать «дорожки здоровья», «следы», массажные коврики, проводить корригирующую гимнастику. Ежедневно проводить пальчиковую гимнастику, гимнастику для глаз, дыхательную гимнастику.

Одним из условий сохранения здоровья детей является создание психо-эмоционального комфорта в группе.

Эффективность здоровьесберегающего образовательного пространства во многом зависит от правильной организации физкультурно-оздоровительной работы. Она включает в себя физическое развитие детей и закаливание. Утренняя гимнастика желанна для детей, они идут на неё с радостью. В системе физкультурно-оздоровительной работы прочное место занимают: праздники, физкультурные досуги, дни здоровья, которые следует проводить как в помещении, так и на свежем воздухе.

Одной из форм работы по укреплению здоровья детей является закаливание. Под закаливанием понимается система мероприятий, направленная на укрепление организма, повышение сопротивляемости и выносливости к вредным влияниям внешней среды. Использование воздуха – наиболее доступный вид закаливания. С первой младшей группы стоит приучать ходить детей в облегченной одежде (воздушные ванны).

Следующее доступное закаливание – это водой, её легко дозировать. Водные процедуры оказывают многогранное воздействие на организм. При систематическом применении повышается тонус нервной системы, улучшаются окислительно-восстановительные процессы, совершенствуется терморегуляция. Лучше начинать закаливание летом, проводить водные процедуры на открытом воздухе в местах, защищённых от ветра, в утренние часы после гимнастики. Это способствует более быстрому переходу ребёнка в активное состояние.

Все эти мероприятия дают положительные результаты. Уровень заболеваемости детей имеет тенденцию к снижению. Все они помогают вырастить детям здоровыми, крепкими, физически и психически развитыми.

В своей работе мы планируем:

- привлекать родителей к совместной работе по оздоровлению детей;
- объединить усилия воспитателей и родителей для эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы;
- проводить консультации и беседы с родителями по поводу профилактики болезней, соблюдением личной гигиены, по ознакомлению их с особенностями развития детей своей возрастной группы в целом.

В целом мотивируем родителей на здоровый образ жизни.