

Организация физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ, как одно из приоритетных направлений в системе современного дошкольного образования

Гладских Л. А.

Гладских Лариса Алексеевна / Gladskih Larisa Alekseevna – инструктор по физической культуре,
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 52 «Ласточка»
Старооскольский городской округ, г. Старый Оскол

Аннотация: в статье представлен взгляд на создание эффективной системы физкультурно-оздоровительной системы в ДОУ в соответствии с современными требованиями.

Ключевые слова: физическое развитие, здоровый образ жизни, двигательная активность, здоровье.

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»
В. А. Сухомлинский.

В настоящее время в нашей стране отмечается усиление оздоровительно-образовательного потенциала физической культуры, включающего в себя формирование культуры движения, осознанной установки детей на здоровый образ жизни, развитие ценностных ориентаций, положительных личностных качеств и активной жизненной позиции по отношению к собственному здоровью.

В «Концепции модернизации российского образования на период до 2010 года», указано, что «Важнейшая задача и одно из приоритетных направлений модернизации системы образования – модернизация самой модели управления этой системой. В современных условиях управления образованием – это, прежде всего управление процессом его развития» [3, с. 1].

Миссия ДОУ состоит в создании благоприятных условий для воспитания дошкольника. Созданная предметно-развивающая среда в ДОУ помогает ребенку отыскать область своих интересов, раскрыть потенциальные возможности, утвердиться творчески способной личностью.

Приоритетным направлением деятельности ДОУ является физическое развитие детей.

В дошкольном возрасте закладывается фундамент здоровья ребёнка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Поэтому в настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений педагогической деятельности выделяется создание здоровьесберегающей среды в условиях детского сада.

Как известно, образовательная деятельность с детьми в закрытых помещениях ДОУ не вызывает у дошкольников столько положительных эмоций, сколько развлекательные и физкультурно-оздоровительные мероприятия на свежем воздухе. Кроме того, традиционная составляющая в режиме дня в ДУ – прогулка – наиболее доступное средство закаливания детского организма, способствующее физическому и умственному развитию. Согласно санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 4 - 4,5 ч. Во время прогулки с дошкольниками необходимо проводить игры и физические упражнения. Чтобы время пребывания на свежем воздухе было интересным и максимально полезным для воспитанников, важно рационально использовать прогулочную территорию детского сада.

Наиболее рациональная система физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ может быть представлена в следующей таблице.

Таблица 1. Формы организации физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

Формы работы	Содержание	Условия организации	
Утренняя гимнастика Цель проведения: повышение функционального состояния и работоспособности организма, развитие моторики, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия.	1. Традиционная гимнастика. 2. Гимнастика из набора подвижных игр. 3. Гимнастика с речитативом. 4. Оздоровительный бег. 5. Гимнастика на музыкальном материале.	В музыкальном зале. В летний период на свежем воздухе	Ежедневно перед завтраком
Занятия по физической культуре, это основная форма	Упражнения подбираются в зависимости от задач, от возраста,	На воздухе, в музыкальном зале,	3 раза в неделю

организованного систематического обучения детей физическим упражнениям.	физического развития, состояния здоровья детей, физкультурного оборудования. Виды занятий: традиционное, сюжетно-игровое, из набора подвижных игр, тренировочное и др. Используются формы занятий с включением подвижных игр, упражнений с элементами соревнований, пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту, праздники, развлечения.	на физкультурной площадке.	в утреннее время
Подвижные игры	Используются различные виды игр.	В группе, на воздухе, на спортивной площадке	ежедневно
Двигательные разминки (физминутки, динамические паузы)	Варианты: Упражнения на развитие, ритмические движения, упражнения на внимание и координацию движений. Упражнения на равновесие, гимнастика расслабления, упражнения на формирование правильной осанки.	На воздухе, на игровой площадке, на спортивной площадке	ежедневно
Гимнастика после сна	Используются комплексы гимнастик	В групповой комнате	ежедневно
Закаливающие мероприятия	Система мероприятий с учетом состояния здоровья, физического развития, индивидуальных особенностей детей. Элементы закаливания в повседневной жизни (умывание прохладной водой, мытье ног после прогулки в летнее время, топтание по мокрой, сухой дорожке с использованием массажных дорожек «Здоровья»)	С учетом специфики закаливающего мероприятия	По плану
Индивидуальная работа в режиме дня	Проводится с отдельными детьми или по подгруппам с целью стимулирования двигательной активности, предусматривается оказание помощи детям.	Устанавливается индивидуально	ежедневно
Праздники, досуги, развлечения.	Способствуют закреплению полученных навыков, активизации физиологических процессов в организме под влиянием усиленной двигательной активности в сочетании с эмоциями	В зале, на спортивной площадке	По плану

Для оптимизации системы физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ проводятся следующие мероприятия: Ежегодно в начале учебного года составляется план оздоровительных занятий на год:

1. Утренняя гимнастика /ежедневно в течение года
2. Гимнастика после сна /ежедневно в течение года
3. Дыхательная гимнастика / 2 раза в неделю
4. Точечный массаж /в период эпидемий ОРЗ
5. Воздушные ванны / перед сном, после сна
6. Физкультурные занятия / 3 раза в неделю
7. Проветривание (ванны) / перед, после сна
8. Пальчиковая гимнастика / 3 раза в неделю
9. Полоскание горла / ежедневно / Травы / 1 раз в квартал по 10 дней

10. Витаминизация: соки, напитки, сиропы, витамины /ежедневно
 11. Профилактические прививки
 12. Закаливание солнцем, водой / в летний период
 13. Профилактика плоскостопия / ежедневно
 14. Профилактика осанки детей / ежедневно
 15. Физкультминутки / ежедневно
 16. Подвижные игры / ежедневно
 17. Прогулки / в теплое время года
 18. Проводить работу с родителями по профилактике оздоровительных мероприятий в течение года
- Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребностей в движении в ДООУ

созданы следующие условия:

- мини спортивные залы в обоих зданиях, оснащенные спортивными комплексами и спортивным инвентарем;
- разрабатывается спортивная площадка для подвижных и спортивных игр;
- имеется музыкальный зал;
- существует кабинет медицинского работника.

Большую часть времени в дошкольном учреждении ребенок находится в группе, поэтому от того, насколько грамотно будет построена деятельность воспитателя по организации режима детей, зависит сохранение и укрепление их здоровья. Основными из них являются:

- подбор упражнений для физкультминуток, для бодрящей гимнастики, для организации игр между занятиями;
- оборудование физкультурного уголка;
- организация самостоятельной двигательной активности детей в группе и на прогулке;
- оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной деятельности в семье.

Одно из направлений нашей деятельности - воспитание и потребность детей в здоровом образе жизни.

Чтобы привить детям потребность в здоровом образе жизни, они должны знать:

- значение здорового образа жизни;
- осознавать особенности функционирования организма, правила охраны органов чувств;
- обслуживать себя, анализировать свои поступки и поступки других детей;
- взаимодействовать с окружающей средой, понимать, при каких условиях среда обитания (жилище, улица) безопасна для жизни;
- научиться приемам самомассажа;
- усвоить и понять, какие привычки и почему представляют вред для здоровья. Как правильно вести себя в обществе.

Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста планируется в соответствии с принципами последовательности, систематичности, комплексности использования естественных сил природы и гигиеничных факторов, а также методов оздоровительной направленности [1, с. 209].

Исходя из вышесказанного следует, что данное направление работы, бесспорно, является одним из наиболее важных и значимых в работе дошкольного учреждения. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования определяет как одну из важнейших задач: охрану и укрепление здоровья воспитанников через интеграцию образовательных областей, создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса психолого–педагогической, профилактической и оздоровительной работы [2, с. 1].

Охрану здоровья детей можно назвать приоритетным направлением всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии усваивать полученные знания и, в будущем, способны заниматься общественно полезным трудом.

Литература

1. Широкова Г. А. Оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении. Ростов н/Д: Феникс, 2009. 222 с. (Мир вашего ребенка).
2. Интернет-ресурс «Всё для детского сада».
3. Социальная сеть работников образования nsportal.ru.