

КОНСУЛЬТАЦИЯ «Оздоровительная работа в ДОУ»



Инструктор по физической
культуре Смирнова Т.А.

На современном этапе у родителей часто наблюдается нехватка времени, недостаток знаний, а зачастую личные стереотипы не дают возможность быть активными участниками развития и воспитания своего ребёнка. Но не смотря на различные жизненные проблемы, каждый из родителей хочет видеть своего ребёнка здоровым, сильным и крепким. Задача детского сада помочь каждой семье вырастить и воспитать здорового человека во всех аспектах данного понятия.

В настоящее время родители отдают предпочтение, умственному развитию своих детей, стремясь быстрее научить их писать, читать, забывая при этом, что на формирование мыслительных способностей ребёнка влияет именно физическая деятельность. Малогабаритные квартиры, темп современной жизни, загруженность работой родителей, зачастую не представляет возможности повлиять на малоподвижный образ жизни ребёнка своим примером. Не смотря на все обстоятельства для ребёнка, как и во все времена, семья – источник опыта, где он находит примеры для подражания.

Поэтому основной целью работы нашего детского сада является формирование у детей основ здорового образа жизни, а ведущими задачами:

- охрана жизни и укрепление здоровья детей дошкольного возраста;
- формирование у детей двигательных умений и навыков;
- развитие физических качеств;
- получение элементарных знаний о своем организме, способах укрепления собственного здоровья;
- формирование интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Для полноценного физического и психического развития ребенка в ДОО работопостроена в следующих направлениях:

1. созданы условия для физкультурно-оздоровительной работы (развивающая среда в группах – центры двигательной активности, в физкультурном зале и на участке детского сада
2. повышение профессионального мастерства педагогов детского сада;
3. комплексное решение физкультурно-оздоровительных мероприятий педагогическим коллективом, родителями воспитанников;
4. использование в работе с дошкольниками современных здоровьесберегающих технологий.

В работе с семьей по формированию здорового образа жизни у детей мы используем как традиционные, так нетрадиционные формы работы с родителями, такие как информационные буклеты, тематические выставки, выпуск семейных газет, оформляются информационные уголки здоровья, проводятся консультации, встречи «за круглым столом», родительские конференции, семинары-практикумы, спортивные семейные эстафеты, дни открытых дверей.

В процессе формирования ценностного отношения к здоровью советуем и рекомендуем родителям помогать своему ребенку; делать по утрам вместе зарядку, заниматься физическими упражнениями, активно использовать элементы спортивных игр: теннис, футбол, баскетбол, бадминтон, хоккей, ходьбу на лыжах, катание на велосипеде, роликах, коньках и т. д. Также можно использовать любую веселую музыку, включить и делать с ребенком разные танцевальные движения и упражнения. Можно сделать для ребенка свой спортивный уголок, тренажеры, где ребенок будет повышать физические качества, двигательные умения и навыки, укреплять здоровье, где ребенок будет испытывать радость, бодрость, силу и самостоятельность. Хочется еще раз напомнить взрослым. Важен родительский пример, привычки здорового образа жизни, а не просто поучения.