

Консультация для родителей на тему: «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ».

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей в разных регионах Российской Федерации, поэтому нет необходимости убеждать кого-либо в актуальности проблемы здоровья детей. На фоне небывалого роста болезней, чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном возрасте. В этот период у ребёнка закладываются основные навыки по формированию здоровья, это самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. Кроме этого, именно в этом возрасте отмечается более тесная связь ребёнка с семьёй и воспитателем, чем в школьный период, что помогает наиболее эффективно воздействовать не только на ребёнка, но и на членов его семьи.

В связи с этим считается, что проблема оздоровления детей дело не одного дня деятельности и одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива.

Цель : сохранение здоровья детей путем создания благоприятных условий пребывания, воспитания и образования в ДООУ и укрепление психического, физического здоровья дошкольников.

Задачи:

- создавать условия для благотворного физического развития детей;
- повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно - оздоровительной работы;
- продолжать знакомить детей с правилами гигиены;
- способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий;
- формировать представление детей о здоровом образе жизни;
- повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка;
- развивать двигательную активность детей.

Система здоровьесбережения в ДООУ включает в себя: различные оздоровительные режимы, физкультурные занятия, оптимизация двигательного режима в течение дня, организация рационального питания, медико-профилактическая работа с детьми и родителями, использование здоровьесберегающих инновационных технологий в педагогическом процессе.

В детском саду проводится обширный комплекс оздоровительных мероприятий: соблюдение температурного режима, проветривание, согласно СанПиН; облегченная одежда в детском саду (внутри учреждения); утренняя гимнастика, гимнастика после сна; правильная организация прогулок и их

длительность; соблюдение сезонной одежды воспитанников (индивидуальная работа с родителями); мытье прохладной водой рук по локоть – средний-старший возраст; витаминoproфилактика; физкультурные занятия; использование народных средств (ношение кулонов с чесноком) в целях профилактики вирусных инфекций; вакцинация воспитанников детского сада (с согласия родителей) и сотрудников в период повышенной заболеваемости ОРВИ и ОРЗ; также с детьми проводится звуковая (с участием музыкального руководителя); артикуляционная гимнастика.

Широко используется информация в родительских уголках, папках-передвижках, устные консультации.

На повышение двигательного статуса детей оказывает большое влияние двигательный режим. Вся физкультурно-оздоровительная работа в детском саду строится с учётом структуры двигательного режима для детей младшего, среднего, старшего дошкольного возраста.

Организованной формой в этом двигательном режиме являются физкультурные занятия, которые проводятся три раза в неделю один раз (в соответствии с погодными условиями) занятия физкультурой проводятся на улице (на спортивной площадке).

При проведении занятий используются следующие формы занятий: сюжетные, комплексные, игры-эстафеты и др. Для приобщения детей к другим видам спорта, в нашем ДОО проводятся танцевально-хореографические занятия.

Для создания целостной системы здоровьесбережения детей очень важным является организация двигательной развивающей среды. В нашем детском саду оборудован физкультурный (совмещенный) зал, а так же пособия, которые повышают интерес к физической культуре, увеличивают эффективность занятий. Большое внимание уделяется организации физкультурно-оздоровительной работы на свежем воздухе. На участке ДОО имеется спортивная площадка. В зимний период на прогулочных площадках возводятся снежные постройки: горки, мишени, лабиринты, снежные фигуры и др.

Для совершенствования навыков, полученных на физкультурных занятиях, в группах созданы уголки движений, которые учитывают возрастные особенности детей, их интересы. Для упражнений в ходьбе, беге, прыжках, равновесии используются различные дорожки, косички, змейки. Во всех группах имеется картотека подвижных игр и упражнений общеразвивающего воздействия. Воспитатели проявляют творчество и изобретательность в изготовлении пособий из бросового материала для пополнения физкультурных уголков.

Система работы с родителями строится на основе социального партнёрства с помощью традиционных форм сотрудничества.

Педагогическое просвещение родителей по вопросам оздоровления осуществляется с помощью анкетирования, индивидуальных и групповых консультаций, размещения информации на официальном сайте учреждения. Оформляются папки передвижки, ширмы для родителей на

различные темы: «Адаптация детей к дошкольному учреждению», «Рациональное питание и режим дня», «Грязные руки – источник кишечных инфекций», «Профилактика простудных заболеваний», «Профилактические прививки и их значение» и др.

Заключение

Итак, здоровьесберегающая среда, созданная в условиях детского сада, способствует обеспечению адаптации ребенка в социуме, реализации потребностей детей в двигательной активности и более эффективному развитию двигательных навыков. Правильно организованная воспитательно-образовательная и систематическая физкультурно-оздоровительная работа в детском саду положительно влияет на физическое развитие детей, способствует укреплению психического здоровья, нормализации их социально-адаптивной сферы. Наши воспитанники знают основы здорового образа жизни, сознательно относятся к своему здоровью и умеют использовать доступные способы его укрепления.

Здоровье детей зависит не только от особенностей их физического состояния, но и от условий жизни в семье, санитарной и гигиенической культуры людей, уровня развития здравоохранения и образования, социально-экономической и экологической ситуации в стране.