

Консультация для воспитателей «Оздоровление детей летом»

В. А. Сухомлинский считал, что: «забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя.

От жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Лето – это самый благоприятный период для общения ребенка с природой, это десятки самых разнообразных игр на свежем воздухе, это большие возможности для ознакомления дошкольников с окружающим миром.

Каждый день, каждую минуту необходимо использовать для обучения, развития, воспитания детей, обогащать их знания и представления, стараться, как можно полнее использовать условия летнего периода в разных видах деятельности, которые позволяют детям закрепить и применить знания, полученные в течение года.

Воспитание здорового ребёнка – приоритетная, наиглавнейшая задача дошкольной педагогики, особенно в современных условиях. Летний отдых детей оказывает существенное влияние на укрепление организма, сопротивляемость заболеваниям, создание положительных эмоций. В летний период, большие возможности предоставлено для закаливания, совершенствования защитных реакций ребенка, широко используются солнечно-воздушные ванны и водные закаливающие процедуры. Летом все виды деятельности переносятся на воздух. Каждому виду отводится место и время в распорядке дня.

Летнюю работу с детьми в детском саду принято называть оздоровительной, она имеет свою специфику. Не у всех родителей есть возможность выезжать из города с целью оздоровления ребенка, задача ДОО состоит в том, чтобы всемерно использовать благоприятные для укрепления здоровья детей условия летнего времени, добиться, чтобы ребёнок окреп, поправился и закалился, научился понимать и любить удивительный, прекрасный мир растений и животных.

Поэтому главная задача в это время – укрепление здоровья, развитие двигательной активности и приобщение к летним видам спорта.

Цель: обеспечить сохранение, приумножение, развитие и укрепление здоровья детей в период ЛОП путём объединения усилий педагогов ДОО и родителей по созданию условий, способствующих оздоровлению детского организма в летний период.

Задачи:

1. Укрепление здоровья детей посредством здоровые сберегающих технологий.
2. Создание оптимальных условий для летнего отдыха, оздоровления детей и игровой деятельности в группе и на прогулке.
3. Предупреждение детского травматизма через организацию разнообразных форм деятельности.
4. Увеличить двигательную активность детей на воздухе.
5. Осуществлять комплекс закаливающих процедур, максимально используя природный фактор.
6. Формирование положительной мотивации у детей, педагогов, родителей к проведению физкультурно-оздоровительных, познавательных, творческих мероприятий в ДОО. Поддерживать тесную связь с родителями, привлекая их к участию в развлекательных мероприятиях, закаливающих процедурах.

Оздоровительная работа в ДОО строится на основании следующих принципов:

- ✓ систематическое использование физкультурно-оздоровительных, закаливающих технологий;
- ✓ учёт индивидуальных особенностей детей и запросов родителей;
- ✓ положительный эмоциональный настрой ребёнка;
- ✓ доступность используемых технологий.

Для достижения оздоровительно - воспитательного эффекта в летний период режим дня всех дошкольников – максимальное пребывание детей на воздухе. Особое внимание необходимо уделить обеспечению достаточной двигательной активности детей в течение дня. Эффективность двигательного режима зависит от времени, объема и интенсивности двигательной деятельности детей. В режиме дня используются физические нагрузки различной интенсивности: большой интенсивности 10% - 15% всего времени двигательной активности, средней интенсивности проводятся в основном все физические упражнения

Специфика работы летом:

- ✓ прием детей и утренняя гимнастика на воздухе, организованная двигательная деятельность на воздухе (оздоровительная ходьба и бег, общеразвивающие упражнения, двигательные разминки, дыхательная гимнастика, основные движения, подвижные игры, развлечения);
- ✓ гимнастика пробуждения с закаливающими мероприятиями, прогулка в первой и второй половине дня (подвижные игры, элементы спортивных игр, катание на самокате и велосипеде).

Летний оздоровительный период включает в себя:

- ✓ оздоровительная работа с детьми (организованная образовательная деятельность по ЗОЖ, дни и недели здоровья; витаминизация; профилактика плоскостопия; укрепление осанки);

- ✓ двигательный режим (приём детей и утренняя гимнастика на воздухе; организованная двигательная деятельность на воздухе подвижные игры, развлечения, двигательная разминка, общеразвивающие упражнения; гимнастика после сна с закалив. мероприятиями; прогулка в первую и вторую половину дня);
- ✓ питьевой режим (*соки, напитки*);
- ✓ закаливающие мероприятия (воздушные и солнечные ванны, игры с водой и песком, босохождение, гимнастика после сна);
- ✓ организация питания;
- ✓ работа с семьёй (участие родителей в оздоровительных мероприятиях, просветительская работа, выставки, информация в уголках для родителей, консультации, беседы, собрания)

Оздоровительная работа с детьми в летнее время является составной частью системы профилактических и воспитательных мероприятий в дошкольных учреждениях.

Основная задача ДОО при организации ЛОП - как можно полнее удовлетворить потребность растущего организма в отдыхе, творческой деятельности и движении. Обеспечить необходимый уровень физического и психического развития детей поможет четко спланированная система мероприятий развлекательного, познавательного и оздоровительного характера. Такая работа во многом зависит от планирования и четко продуманной организации педагогического процесса.

Составляя план на лето, лучше использовать тематическое планирование. Каждая неделя имеет свою тему. Это позволит разнообразить деятельность детей, не упустить вопросы безопасности дошкольников, отобразить работу с родителями в соответствии с темой.

Лето – удивительная и благодатная пора, когда детям можно вдоволь гулять, бегать и прыгать. Именно в этот период они много времени проводят на воздухе. И очень важно так организовать жизнь дошкольников, чтобы каждый день приносил им что-то новое, был наполнен интересным содержанием, чтобы воспоминания о летнем времени, играх, прогулках, праздниках и развлечениях, интересных эпизодах из их жизни еще долго радовали детей.