

Физическое воспитание дошкольников как система работы воспитателя

Целью физического воспитания в нашем дошкольном образовательном учреждении являются освоение основных двигательных действий, подготовка к физическому воспитанию в школе, профилактика заболеваний и укрепление здоровья средствами физической культуры.

К средствам физического воспитания в детских садах относятся первоначальные основы базовых видов спорта (лёгкая атлетика, гимнастика, подвижные и спортивные игры, лыжные гонки,) и элементы естественных двигательных действий (катание с горки, по ледяной дорожке, преодоление препятствий и др.).



Основой всестороннего развития ребёнка является правильный уход за

ним и физическое воспитание. Овладение естественными движениями (ходьба, бег, ползание, преодоление препятствий, подвижные игры) способствует интеллектуальному и функциональному развитию, усиливает процессы роста (анаболические процессы), укрепляет здоровье, повышает адаптацию организма к различным факторам внешней и внутренней среды.

В нашем детском саду проводится комплекс лечебно-оздоровительных мероприятий, при проведении закаливающих мероприятий осуществляется дифференцированный подход к детям с учетом состояния их здоровья

При этом сохраняются основные принципы построения режима дня: длительность пребывания на воздухе, чередование умственных и физических нагрузок, сон, регулярное питание, различные виды закаливания, ежедневная утренняя гимнастика, физкультминутки, витаминизация, кварцевание.

Постоянное внимание уделяется воспитанию культурно-гигиенических навыков.

Общее санитарно – гигиеническое состояние дошкольного учреждения соответствует требованиям государственному санитарно-эпидемиологическому надзору: питьевой, световой и воздушный режимы соответствуют нормам.

Коллектив ДОО уделяет должное внимание закаливающим процедурам, так как закаливание организма ребенка повышает его устойчивость к воздействию различных неблагоприятных факторов внешней среды. Закаливающие процедуры проводятся воспитателями групп в течение всего года с постепенным усложнением характера, длительности и дозировки на основе рекомендаций врача – педиатра, состояния здоровья, возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребенка. Все это благоприятно влияет на рост и развитие детского организма.



Музыкальный (спортивный) зал мы оснастили всем необходимым спортивным оборудованием и инвентарем: гимнастические скамейки, мат, гимнастическая стенка, баскетбольная корзина, мячи, гимнастические палки, скакалки, обручи и др., обеспечивающие высокий уровень проведения физкультурно – оздоровительной работы с детьми. Приобретены спортивные мягкие модули. Имеются тренажёрные доски для предупреждения плоскостопия, приобретен батут.

Для удовлетворения потребности детей в движении, в группах имеются физкультурные уголки, оснащенные спортивным инвентарем, нетрадиционным оборудованием, для развития и совершенствования основных движений, дорожками здоровья, изготовленными из бросового материала с помощью родителей, для профилактики нарушения осанки у детей и укрепления свода стопы.

На игровых площадках расположено спортивное оборудование. На спортивной площадке имеется беговая дорожка, полоса препятствий, оборудование для подлезания, гимнастическое бревно, кольцеброс, способствующие освоению детьми всех видов основных движений.



В разные сезоны проводятся занятия на воздухе, для чего имеется выносное спортивное оборудование: лыжи, санки, обручи, мячи, скакалки и т.д. Педагоги проводят спортивные досуги, развлечения с использованием спортивного инвентаря.

Правильное физическое воспитание детей - одна из ведущих задач дошкольных учреждений. Хорошее здоровье, полученное в дошкольном возрасте, является фундаментом общего развития человека.

У дошкольников необходимо сформировать навыки выполнения строевых, общеразвивающих упражнений, основных движений, спортивных упражнений. Кроме того, следует научить детей играть в спортивные игры (городки, настольный теннис) и выполнять элементы спортивных игр (баскетбол, хоккей, футбол и т.д.). Полученные знания позволяют детям заниматься физическими упражнениями более осознанно и более полноценно, самостоятельно использовать средства физического воспитания в детском саду и семье.

Поэтому очень важно создать такие условия и так организовать воспитание, чтобы было обеспечено бодрое, положительно эмоциональное состояние ребенка, полноценное физическое и психическое развитие.

Естественные силы природы (солнце, воздух, вода) усиливает положительное влияние физических упражнений на организм, и повышают работоспособность человека. В процессе занятий физическими упражнениями на воздухе при солнечных излучениях или в воде (плавание) возникает положительные эмоции, повышаются функциональные возможности отдельных органов и систем организма (больше потребляется кислорода, усиливается обмен веществ и т.д.).

Важнейшая особенность творчества дошкольника - насыщенность яркими, положительными эмоциями, благодаря чему оно обладает большой притягательной силой и ведет к развитию новых мотивов деятельности, формирующих личность..

Потребность в здоровом образе жизни необходимо формировать с детства, когда организм пластичен и легко поддается воздействиям окружающей

среды. У детей укрепляется желание быть здоровым, вырасти красивым, активным, уметь обслужить и вести себя так, чтобы не причинить вреда себе и другим. С помощью взрослого ребенок осознает: для того, чтобы быть здоровым, нужно ежедневно выполнять физические упражнения, закаляться, делать зарядку, соблюдать режим дня, есть здоровую пищу, следить за чистотой окружающей среды и помещения, а также соблюдать правила гигиены.

Основополагающим принципом физкультурного воспитания является единство мировоззренческого, интеллектуального и телесного компонентов в формировании физической культуры личности, обуславливающее образовательную, методическую и деятельностно - практическую направленность воспитательного процесса. В основе этого принципа лежат идеи выдающегося ученого Л.С. Выготского, утверждающего, что личность должна в активной форме, посредством деятельности, присвоить исторический опыт человечества, зафиксированный в предметах материальной и духовной культуры. Только тогда, по его мнению, личность может стать полноценным членом общества. Согласно этим идеям можно утверждать, что психофизическое развитие личности осуществляется не только посредством приобретения социально-практического опыта, но и через формирование её мировоззрения и усвоение системы знаний. Наши воспитанники принимают активное участие в областных, районных мероприятиях, где награждены дипломами за спортивные достижения, благодарственными письмами, ценными подарками. Педагоги МБДОУ д/с №7 «Белоснежка» сделают все возможное, приложат все усилия для укрепления здоровья наших детей.



Воспитатель МБДОУ д/с №7 «Белоснежка» Макарова Елена Викторовна