



# Группа «Гномики»



И

Воспитатель: Андросова И.

# «Оздоровление детей раннего возраста в летний период»



Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья.

**Цели летней оздоровительной работы:** сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей в летний период с учетом их индивидуальных особенностей; удовлетворение потребностей растущего организма в летнем отдыхе, творческой деятельности и движении.



## Задачи:

- Создать условия, обеспечивающие охрану жизни и укрепления здоровья воспитанников, способствовать их физическому и умственному развитию путем активизации движений и целенаправленного общения с природой.
- Реализовать систему мероприятий, направленных на оздоровление и физическое воспитание детей раннего возраста, развитие самостоятельности и двигательной активности, совершенствовать речь, способствовать развитию эмоционально-волевой сферы детей.
- Осуществлять просвещение родителей (законных представителей) по вопросам воспитания и оздоровления детей в летний период.

## Ожидаемые результаты:

- Снижение уровня заболеваемости
- Повышение уровня физического развития

## Оздоровительно- профилактические мероприятия на летний период:

- формирование у детей культурно- гигиенических навыков;
- утренняя гимнастика и занятия физкультурой на свежем воздухе;
- обливание и мытье ног и рук под теплым душем;
- солнечные, воздушные ванны;
- пробуждающая гимнастика;
- пальчиковая, артикуляционная гимнастика;
- ходьба по коррекционной дорожке;
- подвижные игры;
- игры с водой и песком;
- индивидуальная работа с детьми по развитию движений;
- босохождение (по песку, траве, земле);
- физкультурные занятия, досуги.

# Здоровый образ жизни

Воспитывать ребенка здоровым – значит, с самого раннего детства привить умения здорового образа жизни.



# Сюжетно- ролевые игры на тему здорового образа жизни

Игра - ситуация «Семья»



# Сюжетно- ролевые игры на тему здорового образа жизни

Игра – ситуация «Покупаем овощи», «Дочки- матери»





**Утренняя гимнастика** является одним из важных компонентов двигательного режима. В летний период утренняя гимнастика проводится ежедневно на улице до завтрака в течение 6-10 мин.



## Использование пальчиковой гимнастики, массажных мячей «Ум ребёнка находится на кончиках его пальцев» В. А. Сухомлинский

Упражнения для кистей рук известны с древности. Исследования показывают, что регулярные упражнения и массаж пальцев способствуют развитию интеллектуальных способностей, в том числе освоению речи.

**Массажный мячик** – эффективное средство развития кистей рук ребенка, движений его пальцев, разработки мышц. Ребристая игольчатая поверхность мяча мягко воздействует на нервные окончания, улучшает приток крови и активизирует кровообращение. Эта забавная упругая игрушка обогащает сенсорную среду ребенка, стимулируя его психомоторное развитие. С помощью мячей «ёжиков» детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм.



## «Колючий еж»

Гладь мои ладошки ёж!

Ты колючий, ну и что ж?

Я хочу тебя погладить,

Я хочу с тобой поладить!

(Катаем мячик между ладошками, гладим, дотрагиваемся

пальчиками

до отдельных «колючек»)



# Природа и ребенок

**Природа** — важнейшее средство воспитания и развития детей дошкольного возраста. Сколько открытий делает ребёнок, общаясь с ней! Неповторимо каждое живое существо, увиденное малышом. Разнообразны и природные материалы (песок, глина, вода), с которыми дети так любят играть.

Педиатры, педагоги и психологи говорят о так называемом синдроме дефицита общения с природой, которым страдают дети и который проявляется в форме ожирения, стресса, гиперактивности, хронической усталости, депрессии и других симптомах. По мнению экспертов, у детей, лишённых такого общения с природой, наблюдается задержка умственного и эмоционального развития, они теряют творческие и исследовательские способности и абсолютно не подготовлены к жизни и решению важных проблем.

# Природные уголки на территории нашего детского сада



**Пребывание детей на свежем воздухе, подвижные игры** способствуют укреплению иммунитета и повышению устойчивости к простудным заболеваниям.



## Солнечные ванны, босохождение по траве

Прогулки на свежем воздухе это преобразование витамина D при наличии солнечных лучей. Этот жизненно важный витамин отвечает за многие аспекты здоровья.



**Прогулки на свежем воздухе дают шанс установить связь между ребенком и природой.**

Игры – эксперименты (песком, водой, камешками) приносят детям радость и эмоциональное равновесие, развивают целый спектр умений и способностей, совершенствуют моторику и координацию движений рук, тактильные чувства, воображение, мышление, фантазию, речь, память.





# Закаливающие процедуры

Цель **закаливания** – тренировка защитных сил организма, выработка способности быстро приводить работу органов и систем в соответствии с меняющейся внешней средой.



# Ходьба по коррекционной дорожке

Применение **массажных ковриков** для профилактики  
плоскостопия



# Развлечение «В гостях у светофора»





# Развлечение «Путешествие в страну здоровья»





Спасибо за внимание

