

*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 29 № Светлячок»*

«Расти здоровым, малыш»

Подготовила воспитатель группы раннего возраста №3

Карклина Е.В.





« Забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»
В. А. Сухомлинский

В раннем возрасте закладывается фундамент здоровья: происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма, развиваются его адаптационные возможности, повышается его устойчивость к внешним воздействиям, формируется осанка, приобретаются физические качества, привычки, вырабатываются волевые черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

На занятиях физической культурой помимо традиционных методов комплексного воздействия на физическое и нервно-психическое развитие, а так же коррекцию ранних отклонений в состоянии здоровья детей используются нетрадиционные методы оздоровления.

Цель – создать в группе условия , при которых возможно полное удовлетворение основных потребностей ребенка, сохранение его физического и психического здоровья, становление полноценной личности.

Задачи:

- Развивать различные виды восприятия у детей раннего возраста.
- Воспитывать у детей раннего возраста умение взаимодействовать друг с другом в детском коллективе.
- Развитие различных видов моторики у детей раннего возраста (общей, мелкой и артикуляционной).
- обеспечение психологической безопасности личности
- Развитие правильного речевого и неречевого дыхания. **Ожидаемый**

результат:

- снижение показателей заболеваемости детей;
- повышение показателей развития физических качеств;
- устойчивые показатели психоэмоционального благополучия детей раннего возраста в группе.

Формы организации здоровьесберегающей работы

- Организованная образовательная деятельность
- Подвижные игры и пальчиковая гимнастика
- Дыхательные упражнения.

Организованная образовательная деятельность

Цель: Учить детей раннего возраста правильно выполнять основные движения.

Развивать физические возможности детей, укреплять организм.

Прививать интерес к физической деятельности.

Задачи: - создание эмоционального комфорта для детей.

- стимулирование желания детей заниматься двигательной активностью.





Чтобы быть всегда здоровым,
Нужно бегать и скакать.
Больше спортом заниматься,
И здоровым не скучать!



Подвижные игры и пальчиковая гимнастика

Цель: Учить детей раннего возраста правильно выполнять основные движения.

Развивать физические возможности детей, укреплять организм.

Прививать интерес к физической деятельности.

Цель: учить детей развивать мелкую моторику, координацию движений пальцев рук.

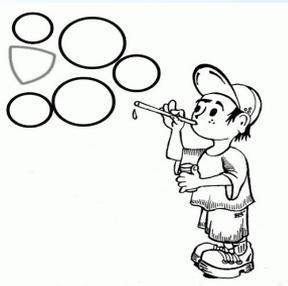


Дыхательные упражнения

Цель: Повысить жизненный тонус и сопротивляемость, закаленность, устойчивость организма к заболеваниям дыхательной системы.

Задачи: 1. Научить детей дышать через нос.

2 Подготовить их к выполнению более сложных дыхательных упражнений.



Одной из главных задач оздоровления детей раннего возраста является создание атмосферы психологического комфорта и эмоционального благополучия. Этой цели может служить и уголок уединения, который представляет собой нишу покоя, где ребенок чувствует себя защищенным и может тихонечко играть. Иногда ему это нужно, иногда нет. Такие уголки скрывают ребенка от посторонних глаз.



Здоровье детей – это будущее страны. Сохранить и улучшить здоровье детей – это огромная каждодневная работа, начиная с рождения.

Систематическая работа по оздоровлению детей с применением инновационных форм физкультурно-оздоровительных мероприятий и создание психоэмоционального и физического комфорта позволяет сократить число случаев заболеваний по причине простуды, эффективно развивать двигательную деятельность детей и сохранять и укреплять здоровье