



Главная цель — научить ребёнка заботиться о своем организме, разумно и безопасно использовать среду своего обитания

Работа воспитателя — ведущая и объединяющая. Он координирует действия специалистов, направленные на сохранение здоровья дошкольников, так как постоянно находится с детьми и лучше знает состояние здоровья своих воспитанников. Воспитатель имеет возможность формировать потребность и практику здорового образа жизни у детей в течение всего времени их пребывания в детском саду. Именно воспитатель должен уделять больше времени проведению оздоровительных мероприятий с детьми своей группы (гимнастика после сна, точечный массаж, дыхательная гимнастика, оздоровительный бег и др.), проводимых с учетом медицинских рекомендаций, «Листа здоровья» детей

Педагогами нашего д/с проводятся «Уроки здоровья», «Пятиминутки здоровья», «Минутки здоровья» в форме индивидуальной и подгрупповой работы с воспитанниками. На «Пятиминутках здоровья» уделяется внимание формированию у детей навыков здорового образа жизни: рассматривание иллюстраций в книгах о здоровье и поведении человека, проведение дидактических игр, разгадывание кроссвордов, беседы о пользе занятий физкультурой и спортом и др.

При организации физкультурно—оздоровительной работы используется индивидуальный подход. Каждому ребёнку подбирается необходимая физическая нагрузка. Воспитательно-оздоровительные мероприятия позволяют выработать разумное отношение детей к своему организму, привить необходимые гигиенические навыки, приспособить ребёнка к постоянно меняющимся условиям окружающей среды

Правила проведения занятий

- Систематичность занятий физкультурой
- Дозирование числа повторений физических упражнений
- Постепенность наращивания длительности нагрузок
- Разнообразие форм оздоровительной физической культуры
- Рациональное сочетание физкультурных и оздоровительных мероприятий
- Участие родителей в проведении спортивных праздников и досуга