

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ ЛЕТОМ

(консультация для воспитателей)

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

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». 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 ДОУ 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: организации проведения летне – оздоровительного периода: сохранение и укрепление здоровья дошкольника.

Задачи:

Создать условия для охраны и укрепления психофизического здоровья ребенка.

Обеспечить эмоциональное благополучие детей.

Развивать познавательный интерес к окружающему миру.

Воспитывать осознанное отношение к здоровому образу жизни.

Укрепление материальной базы детского сада, создание условий для разнообразной деятельности детей.

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 уделяю обеспечению достаточной двигательной активности детей в течение дня.

Эффективность двигательного режима зависит от времени, объема и интенсивности двигательной деятельности детей

В режиме дня использую физические нагрузки различной интенсивности: большой интенсивности 10%-15% всего времени двигательной активности средней интенсивности проводятся в основном все физические упражнения

Специфика работы летом:

ПРИЁМ 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 упр., гимнастика после сна с закалив. мероприятиями; прогулка в 1 и 2ю пол. 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 лечебно-профилактических и **воспитательных** мероприятий в дошкольных учреждениях.
Основная задача ДОУ 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 зависят 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.

