

«Здоровье детей – это главное достижение нации, критерий духовного, политического социально-экономического развития общества». Под понятием «здоровье» в современном цивилизованном обществе подразумевается не только отсутствие болезней и физических дефектов, но полного физического, духовного и социального благополучия человека.

Успешная реализация этих направлений деятельности осуществляется через решение следующих задач:

- формировать жизненно необходимые двигательные умения и навыки дошкольника в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- развивать физические качества ребенка;
- воспитывать потребности в здоровом образе жизни;
- обеспечивать физическое и психическое благополучие;
- создавать условия для реализации потребности в двигательной активности;
- снизить уровень заболеваемости.

В работе с детьми мы используем разные формы физического воспитания. Например, такие как:

- утренняя гимнастика, воздушное закаливание,
- прогулки на свежем воздухе (с подвижными играми и индивидуальной работой);
- спортивные праздники, дни здоровья;
- физкультминутки;
- музыкальные занятия и развлечения, связанные с ритмикой, движением;
- походы, экскурсии;

Для физкультурных занятий оборудован спортивный зал, где находятся скамейки, дуги, обручи, мячи разных размеров, спортивный инвентарь, игрушки и т.д. Оборудована на улице спортивная площадка, на которой есть всё необходимое для занятий спортом: беговая дорожка, песочная яма для прыжков в длину с места, кольцоброс, дуги для пролезания и т.д. Все это повышает интерес детей к физкультуре, развивает жизненно важные качества, увеличивает эффективность занятий, позволяет малышам упражняться во всех видах основных движений в помещении.

Также используем технологии оздоровления детей: утренняя гимнастика, гимнастика пробуждения, пальчиковая гимнастика, динамические паузы, гимнастика для глаз.

Использование всех этих форм даёт свои результаты, позволяет нам постепенно стабилизировать, приобщить к здоровому образу жизни. У родителей и у нас теперь одна цель - воспитывать здоровых детей.









