

## **Консультация для педагогов «Особенности организации физкультурно-оздоровительной работы в летний период»**

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.

Пребывание дошкольников на свежем воздухе в летний период укрепляет и закаливает детский организм, оказывает положительное влияние на их всестороннее развитие. Основная задача взрослых при этом 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.

### **Цели оздоровительного периода**

В последние десятилетия в работе с дошкольниками делается акцент на здоровьесберегающие технологии. Программа оздоровительной работы в ДОУ – это только направление, в котором должны двигаться педагоги учреждения для получения необходимого результата. Основными целями оздоровительной работы являются сохранение, укрепление здоровья детей (эмоционального, физического, психического). При этом в работе обязательно следует учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ по ФГОС своей основной целью ставит охрану, укрепление физического здоровья и психического благополучия ребенка. Введение стандарта позволяет видеть в перспективе результат работы и стремиться к нему.

### **Задачи оздоровительного периода**

Одна общая цель помогает сориентироваться в направлении оздоровительной работы. Задачи ведут к комплексному решению поставленной цели. Они помогают структурировать работу в разных направлениях:

- Повышение адаптационных возможностей организма с помощью различных форм закаливания.
- Формирование положительного эмоционального настроения.
- Создание условий для самостоятельной двигательной активности малышей.
- Совершенствование физических функций детского организма.
- Развитие культуры движения.
- Формирование потребности в физических упражнениях, гигиенических процедурах, здоровом образе жизни.

Обязательно оповещать родителей о проведении закаливающих, гигиенических процедур или иных мероприятий.

## **Формы оздоровительной работы в ДОУ**

Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ придерживается таких форм, как:

- занятия-тренировки;
- спортивные соревнования;
- беседы о сохранении здоровья, строении тела;
- физкультминутки;
- викторины;
- двигательные разминки;
- экскурсии;
- праздники, досуги, спартакиады.

Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ по ФГОС может принимать самые разнообразные формы. Необходимо помнить, что летом учебные занятия не проводятся. Поэтому больше внимания следует уделять подвижным играм, спортивным развлечениям и целевым прогулкам.

### **Закаливающие мероприятия**

Закаливание состоит из целого комплекса мероприятий. При этом важно учитывать эмоциональное и физическое состояние ребенка. Организация оздоровительной работы в ДОУ начинается с создания условий для проведения лечебно-профилактических мероприятий. Именно летом проводятся основные закаливающие процедуры:

- свето-воздушные ванны;
- обливание ног и рук прохладной водой;
- закаливающая гимнастика после дневного сна;
- ходьба босиком по «дорожкам здоровья»;
- полоскание рта после еды.

Основные принципы закаливания – регулярность и постепенность. Если ребенок ежедневно ходит в детский садик, то за лето он усвоит основные принципы гигиены, узнает о закаливающих процедурах. Главное – положительный эмоциональный настрой, который будет способствовать общему оздоровлению организма.

### **Коррекционные мероприятия**

Коррекционные мероприятия в летний период проводят все специалисты детского сада – логопед, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, хореограф, психолог.

Коррекционные игры можно проводить в индивидуальном порядке или включать их в общие занятия:

- Коммуникативные игры.
- Артикуляционная гимнастика.
- Логоритмические упражнения.
- Пальчиковая гимнастика
- Игры на релаксацию.
- Фонетическая ритмика.
- Ритмопластика.

- Ортопедическая гимнастика.

Важность коррекционных игр состоит в том, что ребенок видит, как выполняют упражнения другие дети. Так малыши быстрее преодолевают стеснение и страх, получают необходимые навыки и умения. Когда ребенок посещает детский садик, то появляется и соревновательный эффект – сделать лучше других.

### **Профилактические мероприятия**

К профилактическим мероприятиям относятся комплексы упражнений. Они предупреждают появление сколиоза, плоскостопия, нарушение зрения. Нетрадиционные методы также используются в целях профилактики заболеваний, укрепления нервной системы и формирования положительного эмоционального фона:

- Гимнастика для глаз.
- Самомассаж.
- Точечный массаж.
- Арт-терапия.
- Музыкалотерапия.
- Сказкотерапия.
- Психогимнастика.
- Игротренинги.
- Кинезотерапия.

Как и коррекционные, профилактические мероприятия проводятся не только воспитателями, но и всеми специалистами учреждения. В обязательном порядке опирается на возрастные особенности оздоровительная работа в ДОУ. Постепенное усложнение – основополагающий фактор для полноценного развития детей.

### **Работа с родителями**

План летней оздоровительной работы в ДОУ включает в себя работу с родителями. Тесное взаимодействие семьи и сада помогает ускорить процесс приобретения гигиенических привычек. Для родителей выставляют на улицу информационные стенды, на которых можно найти консультации о здоровом образе жизни, формировании гигиенических навыков. На родительских собраниях или в приватной беседе медсестра расскажет о способах закаливания. Поможет советом в организации необходимых процедур дома. В памятках для родителей воспитатель напишет рецепт фиточая или правила артикуляционной игры. Хорошо в летний период использовать экологические тропы. Они позволяют совершать небольшие экскурсии с детьми и родителями по территории детского дошкольного учреждения.