**Организация оздоровительной деятельности с детьми в первой младшей группе дошкольной образовательной организации**

**Ключевые слова:** оздоровительная деятельность, дети младшего дошкольного возраста, образовательная организация.

**Аннотация**

Данная статья посвящена раскрытию теоретических основ оздоровительной деятельности с детьми младшего дошкольного возраста и изучения методики оздоровительной деятельности с детьми в первой младшей группе дошкольной образовательной организации.

В статье раскрыта сущность понятия «оздоровительная деятельность», рассмотрены и выделены особенности оздоровительной деятельности в дошкольной образовательной организации, рассмотрены и определены задачи, содержание и формы организации оздоровительной деятельности в дошкольной образовательной организации, направленные на создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка ребенка к жизни в современном обществе. А так же проанализированы результаты исследования особенностей оздоровительной деятельности детей в первой младшей группе

**Организация оздоровительной деятельности с детьми в первой младшей группе дошкольной образовательной организации**

Одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Федеральный образовательный стандарт дошкольного образования (далее – ФГОС ДО) ставит первоначальной задачу охраны и укрепления физического и психического здоровья воспитанников, а также их эмоционального благополучия .

Дошкольный возраст – особенно важный и ответственный период, когда происходит формирование и «настройка» функционирования многих систем организма. На этом этапе сформировать у воспитанников практические навыки здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой. Большую роль в этом играют здоровье сберегающие технологии, которые используются в дошкольном образовательном учреждении, а также внедрение других нетрадиционных методик оздоровления, которые будут благоприятно воздействовать на здоровье детей. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия укрепляется здоровье ребенка, происходит тренировка физиологических функций организма, интенсивно развиваются двигательные навыки и физические качества.[2, с 112]

Оздоровительная деятельность это:

– приобретение социальных знаний – занятия в спортивных секциях, беседы о здоровом образе жизни, участие в оздоровительных процедурах;

– формирование ценностного отношения к социальной реальности – спортивные мероприятия, оздоровительные акции;

– получение опыта самостоятельного общественного действия – спортивные и оздоровительные акции в социуме.[ 1,с 67]

Проблема оздоровительной деятельности в дошкольной образовательной организации нашла отражение в работах В.А. Ананьевой, А.И. Баркан, Л.А. Венгер, А.М. Доронина, Т.Н. Дороновой, Н.А. Дьяченко, Б.Б. Егорова, Ю.Ф. Змановского, Г.П. Ивановой, И.М. Козлова, В.Т. Кудрявцева, Л.И. Латохиной, С.В. Меньковой, В.А. Нестерова, М.А. Правдова, А.В. Самсоновой, Т.Д. Фершаловой, Б.В. Шеврыгина.[3, с 240]

Главной оздоровительной задачей воспитания дошкольников является охрана жизни и укрепления здоровья, закаливание организма детей.

Оздоровительная деятельность в дошкольной образовательной организации способствует сохранению физического и психического здоровья и укреплению организма ребенка. Особенностями оздоровительной деятельности в дошкольной образовательной организации является рациональное сочетание разных видов занятий по **физической культуре**, утренней гимнастике, подвижных игр и **физических** упражнений во время прогулок, физкультминуток на занятиях с умственной нагрузкой, с использованием времени для самостоятельной двигательной активности воспитанников и активного двигательного отдыха. Всё это создает определенный двигательный режим, необходимый для полноценного **физического развития** и укрепления здоровья детей.

Оздоровительная деятельность в дошкольной образовательной организации включает в себя комплекс мероприятий, проводимых сотрудниками образовательного учреждения, направленных на укрепление и сохранение физического и психического здоровья и оздоровление организма ребенка: обучение детей уходу за своим телом; закаливание; витаминизация блюд; фито профилактика; освоение упражнений психосаморегуляции состояния; оптимизация двигательной деятельности детей.[ 5, с 64]

Содержание области «Физическое развитие» предусматривает решение ряда задач:

– способствовать укреплению здоровья детей через систему оздоровительных мероприятий;

– повышать интерес детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и методы физкультурно-оздоровительной работы;

– повышать педагогическую компетентность родителей по вопросу сохранения и укрепления здоровья ребенка.[ 4, с 40 ]

Система оздоровительной работы предполагает различные формы, средства и методы формирования представлений о здоровом образе жизни (далее – ЗОЖ). Основными формами работы являются организованная деятельность, режимные моменты, спортивные соревнования, досуг, в процессе которых сообщаем детям новые сведения и закрепляем ранее полученные представления.

Задачи и содержание оздоровительной работы в детском саду направлены на создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка ребенка к жизни в современном обществе.

Основными направлениями оздоровительной деятельности с детьми первой младшей группы являются:

1. психологическое направление: улучшение психоэмоционального состояния детей; снятие психологической напряженности; развитие коммуникативных умений;

2. профилактическое направление: решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры; предупреждение острых респираторных вирусных инфекций и острых респираторных заболеваний методами профилактики; соблюдение единых требований к режиму детей дома и в дошкольном образовательном учреждении; обеспечение родителей всей имеющейся информацией о передовых и эффективных технологиях и методиках по оздоровлению детей.[ 6, с 127]

Исследование проводилось на базе МДОУ «Детский сад № 5 «Светлячок» города Няндомы. В исследовании приняли участие 20 детей младшей группы и педагоги (4 человека). Всего в исследовании приняло участие 24 человека.

В ходе исследования были использованы следующие методы:

1. диагностика «Врачебно-педагогический контроль в процессе оздоровительной деятельности»;

2. анкетирование педагогов.

Нами была проведена и дана оценка состоянию здоровья и физического развития детей, которая характеризовала физическое развитие (измерение длины и массы тела, окружности грудной клетки) и развитие психофизических качеств (метание, прыжок с места в длину, наклоны, бег на дистанцию 10 метров).

Анализ результатов антропометрического исследования показал, что у большинства детей показатели роста, массы тела и окружности грудной клетки соответствуют норме.

Анализ результатов исследования психофизических качеств показал, что дети испытывают затруднение в выполнении упражнений, их показатели ниже нормы.

Для определения уровня профессиональной компетентности педагогов по организации физкультурно-оздоровительной работы в детском саду с педагогами было проведено анкетирование. По результатам анкетирования было выявлено, что у педагогов отмечен высокий и недостаточный уровень профессиональной компетентности.

Не для всех педагогов характерны прочные, глубокие, системные знания в области оздоровления детей дошкольного возраста; творческий подход, инновационность, целенаправленность, умелое использование разнообразных средств и способов в организации и проведении оздоровительной деятельности.

Исходя из результатов исследования педагогами был разработан соответствующий режим дня, где оздоровительные мероприятия не нарушают образовательную деятельность. Учебная нагрузка днем дозируется с учетом состояния здоровья ребенка, в занятия включаются физкультминутки, элементы релаксации, упражнения для профилактики миопии, нарушения осанки, дыхательные упражнения. ОД проводится в игровой и нетрадиционной форме. Увеличен объем двигательной активности в течение дня. Формируем у ребенка представления о здоровье как одной из главных ценностей жизни.

Все оздоровительные мероприятия по физическому развитию детей, которые были запланированы на начало учебного года (квартал, выполнены, закаливающие и общеукрепляющие мероприятия выполнялись регулярно, воспитательно-оздоровительные мероприятия выработали разумные отношения детей к своему организму, привили необходимые санитарно-гигиенические навыки, научили детей адаптироваться в постоянно изменяющихся условиях окружающей среды

В целях просветительской работы по оздоровлению детей в ДОО были проведены консультации, помогающие закрепить знания педагогов об особенностях физического и психического развития детей, профилактике простудных заболеваний. Воспитатели были ознакомлены с новыми формами работы по физической культуре, инновационными разработками и технологиями способствующими укрепить и сохранить здоровье воспитанников.

В течение данного периода проводились различные консультации, родительские собрания, практикумы, где вопросы о здоровье детей были приоритетными. В группе обновлялись материалы в уголках здоровья. Проводимая работа положительно отразилась на заинтересованности и активности родителей в организации совместных мероприятий, проводимых в группе.

Для родителей изготавливались папки-передвижки: «Полезные советы родителям», «Семь родительских заблуждений о морозной погоде», «Предупреждение простудных заболеваний»; проводились беседы по проблемам закаливания, «Одежда детей в группе и на улице»; консультации: «Профилактика простудных заболеваний через проведение закаливающих мероприятий», «Без лекарств и докторов», «Здоровый образ жизни».

Таким образом, в данной дошкольной организации педагоги группы выполняют работу по сохранению и укреплению здоровья детей через оптимизацию двигательного режима; педагогами ДОО ведется дальнейший поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников, который предусматривает повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщение их к здоровому образу жизни.

Для первой младшей группе разработан комплекс мероприятий, направленных на обеспечение условий для укрепления здоровья детей: сквозное проветривание; соблюдение санитарно-гигиенического режима; утренняя гимнастика в проветренном помещении; дыхательная гимнастика; гимнастика в постели после дневного сна; умывание прохладной водой; прогулки на свежем воздухе; подвижные игры; оптимальное чередование различных видов деятельности; работа с родителями.

**Литература:**

1. Амарян, Р.И. Нормативно-правовые основы физического воспитания детей дошкольного возраста /Р.И. Амарян. – Москва: Академия, 2015. – 67 с.

2. Богина, Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях: Методическое пособие / Т.Л. Богина. – Москва: Академия, 2014. – 112 с.

3. Горбатенко, О.Ф.,. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОО / О.Ф. Горбатенко, Г.П. Попова. – Волгоград: Книга, 2014. – 240 с.

4. Кузнецова, М.Н. Современные пути оздоровления дошкольников / М.Н. Кузнецова // Дошкольное воспитание. – 2014. – № 5.– С.40-45.

5. Кузнецова, М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях / М.Н. Кузнецова. Москва: АСТ, 2015 – 64 с.

6. Моргунова, О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольной образовательной организации / О.Н. Моргунова. – Воронеж: ИкМА, 2015 – 127 с.