Автор: Волкова Венера Някиповна г. Дальнереченск МБДОУ «ЦРР-д/с №5»

Тема: «Адаптация и здоровье»

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»

В.А. Сухомлинский

Важным событием стало принятие Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, основной ценностью нового нормативного документа стала ориентация на психолого-педагогическое сопровождение ребенка раннего возраста в процессе его адаптации и социализации. Одно из базовых ценностей ФГОС ДО является поддержание и укрепление всех компонентов здоровья ребенка: физического и социально-психологического.

Эта задача в условиях детского сада является приоритетной, особенно в адаптационный период, когда ребенок находится в состоянии психического и эмоционального напряжения.

Адаптационный период – это трудное испытание для детей раннего возраста, это приспособление к новым жизненным условиям, сопровождающим напряжение всех систем организма – психологического процесса и проходит в три этапа: на первом ознакомительном этапе происходит получение информации о новой среде;

На втором этапе – мобилизация, направленная на принятие новых условий среды, новых форм и стандартов поведения;

Для третьего этапа – действия – характерна успешность действия в новых условиях в сочетании внутренней (психологической) и внешней адаптации.

В моей группе в летний период проходила адаптация детей. В процессе наблюдения фиксировались следующие показатели здоровья ребенка:

- эмоциональное состояние

- социальные контакты со взрослыми и детьми

- познавательно- игровая деятельность.

Сложности адаптационного периода заключались в том, что есть дети часто болеющие. Для этого я поставила перед собой задачу о здоровом образе жизни:

- Охрана жизни и укрепление здоровья детей.

- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.

- Развитие физических качеств.

- Воспитание культурно-гигиенических навыков и привычек.

- Создание условий для физического развития и снижение заболеваемости.

Физическое воспитание детей дошкольного возраста представляет единую систему воспитательно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, включающую ежедневное проведение утренней гимнастики, физкультурных занятий, подвижных игр и развлечений, досуг, прогулки на свежем воздухе. Все это способствует физическому оздоровлению. Особое внимание уделяется проведению закаливающих процедур – это воздушные закаливания, профилактика плоскостопия, точечный массаж, водные процедуры.

Для полноценного физического развития в группе созданы необходимые условия: уголок спортивного оборудования, дорожки для плоскостопия – всё это повышает интерес к физическому развитию, дети постепенно укрепляют здоровье, позволяет упражняться во всех видах основных движений.

В работе с родителями была поставлена задача о физическом развитии и укреплении здоровья детей:

- вызвать интерес к организации двигательной деятельности детей

- формировать знание родителей, воспитывать у детей сознательное отношение к здоровому образу жизни

- повышать роль семьи в физическом воспитании и развитии детей.

Проводила консультации на тему: « Закаливание детей», «Ваш ребенок поступает в детский сад», «Физическое воспитание в семье», «Как воспитать ребенка здоровым», «Формирование здорового образа жизни в семье».