

Доклад на тему: Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ с детьми раннего возраста.

Подготовила: Новрузова Ф.Н.

Ранний возраст является наиболее благоприятным для формирования многих психических функций. Этот возраст представляет собой важный этап с точки зрения эффективности психолого – педагогического воздействия и рассматривается как уникальный в плане решения обучающих, развивающих, воспитательных задач.

Дети раннего возраста эмоциональны и впечатлительны. Им свойственно заряжаться как положительными, так и отрицательными эмоциями взрослых и сверстников. Поэтому к работе по профилактике эмоциональных напряжений мы приступаем ещё до прихода детей в детский сад. Прежде всего мы беседуем с родителями чтобы узнать в какой атмосфере воспитывается ребёнок, а когда малыш приходит в детский сад, проводится анкетирование родителей. Это даёт возможность проанализировать степень готовности ребёнка к посещению ДОУ, выявить проблемы, которые могут возникнуть и дать соответствующие рекомендации родителям.

По опыту работы с детьми раннего возраста мы видим, если ребёнок активный, подвижный, имеющий положительный опыт общения, как с взрослыми, так и с детьми, то он охотно идёт в детский сад. Но даже хорошо привыкшие к детскому саду дети всё равно испытывают сильные переживания. Стараясь справиться со стрессом, организм ребёнка ослабевает. Страдает иммунная система, ребёнок больше подвергается к воздействиям инфекций и как следствие чаще болеет.

Поэтому, создавая условия для преодоления сложного момента адаптации, мы ставим перед собой цель: Сохранение физического и психического ребенка.

Исходя из этой цели, передо нами стоят следующие задачи:

— Способствовать повышению сопротивляемости защитных свойств организма ребёнка

— Укреплять и сохранять психо – эмоциональное здоровье детей

— Формировать у детей жизненно необходимые двигательные умения и навыки в различных видах деятельности

Надёжным показателем психологической безопасности служит хорошее, бодрое настроение детей, проявляемые ими чувства радости, уверенности. Поэтому, для обеспечения психологической безопасности ребёнка, в группе действует система психологической защиты:

Первое на что мы обращаем внимание это на организацию режимных моментов комфортных для психологического состояния детей.

В условиях детского сада трудно организовать режим так, чтобы учесть индивидуальные особенности каждого ребёнка. Поэтому, при организации режима дня мы учитываем только повторяющиеся компоненты, которые обязательны: время приёма пищи, общая длительность пребывания детей на воздухе, укладывание на сон и другое. А остальные компоненты адаптируем под детей: некоторым детям, чьи родители вынуждены приводить их очень рано, к 7 часам, мы даём возможность полежать ещё до завтрака, другим необходимо увеличить незначительно продолжительность дневного сна, чтобы они чувствовали себя активными и бодрыми. Значение полноценного отдыха для детей раннего возраста трудно переоценить. Потребность во сне у всех детей разная. Чтобы дети хорошо засыпали, а значит не испытывали чувства тревоги, укладывание детей проходит в спокойной обстановке, часто дети засыпают с любимыми игрушками, некоторые дети любят, когда их гладят по спинке, голове. Детей, которые ещё не привыкли к условиям детского сада, мы укладываем в последнюю очередь, чтобы ребёнок видел, как ложатся спать остальные дети.

Основное средство, профилактики психоэмоционального состояния ребенка, это физическое воспитание.

В нашей работе мы используем эмоционально — стимулирующую гимнастику, которая позволяет детям обрести положительное эмоциональное состояние на весь день. Она проста по своей структуре и доступна детям, доставляет им удовольствие и не требует специального оборудования.

Использование физических упражнений в раннем возрасте имеет свои особенности:

— все двигательные задания связаны с конкретной задачей: «Прокати мяч в воротики...»

— в играх прибегаем к сравнениям: «Попрыгаем как зайчики...», «Побежим как мышки...»

— обязательно следим за физической нагрузкой, не допускаем перевозбуждения

— учитываем не только возрастные, но и индивидуальные особенности детей.

В нашей группе мы организовываем закаливание. Когда дети просыпаются, они лежат в своих кроватках и минуты 2-3 выполняют несколько несложных упражнений (потягивания, перевороты с живота на спинку и другие). Упражнения выполняются под потешки:

«Это кто у нас проснулся?

Кто так сладко потянулся?»

После этого дети идут в группу по коррекционным дорожкам, всё это тоже сопровождается художественным словом. Далее дети садятся на стульчики и по показу выполняют несложный массаж. Массаж сам по себе не является закаливающим средством, но способен усиливать устойчивость организма к перепадам температуры. Самомассаж рук и ног процедура, к которой ребёнок может привыкнуть и проводить самостоятельно. Сначала мы поглаживаем ладошки под потешки, разминаем каждый пальчик, прокатываем между ладоней массажные мячики, затем выполняем массаж лица под художественное слово

«Солнышко проснулось, к щёчкам потянулось...»

В группе организован физкультурный уголок, мягкие крупные гимнастические модули, горка, тоннели, сухой бассейн, «уголок активных игрушек» (коляски, каталки, машины, качалки). Так же в работе с детьми немало важным являются подвижные игры, физкультминутки, игры на основе стихов и потешек на развитие мелкой моторики и координации движений, чтобы наполнить движения эмоциональной привлекательностью.