

Итоги деятельности педагога среднего возраста по формированию у детей привычек к здоровому образу жизни через ООД

Автор: Богославцева Наталья Борисовна, воспитатель МДОУ «Детский сад №15 «Чебурашка» Ставропольского края, г. Зеленокумска

Работая по программе Н.Е Веракса «От рождения до школы», моей основной задачей является формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни. В моей группе «Курносики» 18 детей от 4 до 5 лет. В прошлом году мы использовали закаливающие мероприятия, такие как: зарядка, прогулка, при любой погоде, пребывание в помещении с открытыми форточками, применяли Рижский метод (солевое закаливание). Летом дети принимали солнечные ванны (бегали раздетые, босиком). Так же дети принимали водные процедуры (купание детей перед сном).

В соответствии с годовым планом 2022-2023 гг. моей целью является продолжение формирования положительного отношения детей к физкультурно – оздоровительным мероприятиям в соответствии с ФГОС. Одной из задач является развитие координационных способностей.

Чтобы достигнуть нужной цели, а именно развивать координацию, упражнять детей в статистическом и динамическом равновесии, воспитывать выдержку, внимание, настойчивость в достижении положительных результатов, содействовать развитию мускулатуры, я решила с детьми заняться степ-аэробикой, в начале у детей не всегда всё получалось. Данил В. и Адам Д. не могли удерживать равновесие, Арина П. не могла прыгать со степа на степ. Амира Н. не успевала по ритму, но упорно занимаясь с детьми я добилась того, что у детей стало получаться выполнять упражнения более точно. Занимаясь степ-аэробикой под музыку, дети развили чувство ритма и научились согласовывать свои движения с музыкой.

Подвижные игры с применением степа вызывают эмоциональный отклик у детей. После занятия ритмикой на степах дети с большим удовольствием выполняют дыхательные упражнения. В дальнейшем я планирую использовать аромо-терапию в дыхательных упражнениях, для этого мне необходимо согласие от родителей, так же это требует индивидуального подхода к каждому ребёнку.