

**«Особенности РППС группы как
условие сохранения положительной
динамики оздоровления детей и
формирования потребностей
здорового образа жизни»**

*МБДОУ №37 «Теремок»
группа 2.1
Воспитатель Сакаева С.Э.*





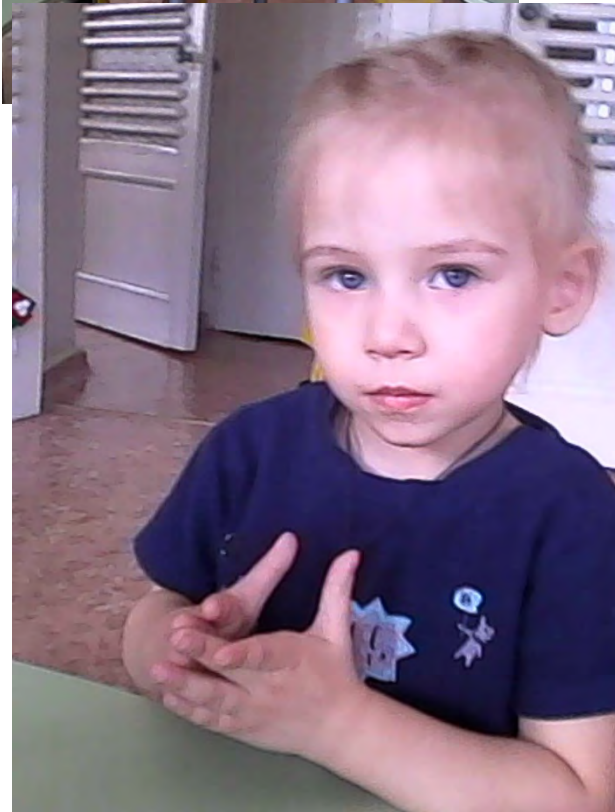
В данной презентации представлены материалы, которые решат одну из задач как охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия, создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром.



Утренняя гимнастика и пробуждение после



Речевые и пальчиковые игры – уникальная система занятий по развитию детей раннего возраста. Учитывая то, что **речь ребенка тесно связана с его двигательной системой**, я стараюсь с помощью простых упражнений и подражательных движений пальчиков и рук, стимулировать развитие речи, пространственное мышление, внимание, воображение. Благодаря нашей системе упражнений, у детей тренируется быстрота реакций, эмоциональная выразительность и память.



Зрительные упражнения

Я объясняю детям, что зрение важно оберегать и сохранять. Для этого мы проводим с детьми гимнастику для глаз. При подборе гимнастики учитываю возраст, состояние зрения и быстроту реакции каждого ребенка.



Дыхательные упражнения оказывают общее оздоровительное действие, корректируют эмоциональное состояние, нормализуют обменные процессы, повышают сопротивляемость организма к простудным заболеваниям. Дыхательные упражнения мы проводим не только на занятиях, а в течении всего дня, в процессе игр, а так же на прогулке.



Сенсорные игры

Играя с игрушками, у ребенка развивается внимание и память, усидчивость и сообразительность. Мои малыши в процессе игры учатся размещать игрушки по заданному признаку: цвету, величине, деталям. В процессе разных игр я стараюсь постоянно закреплять представления о цвете и величине, учу детей ориентироваться в пространстве. У них развивается мелкая моторика, речь, идет расширение и уточнение активного словаря ребенка.



Подвижные игры и занятия по физкультуре мы проводим в чистом, хорошо проветриваемом помещении или на свежем воздухе. Для нормального физического развития ребенка необходимо заниматься физкультурой. Мои воспитанники особенно любят в игровой форме выполнять упражнения, ходят в колонне по одному, держат равновесие на ограниченной, неровной, возвышенной поверхности и т.д. Во время занятий физкультурой я учу детей бросать мяч из-за головы вдаль, катать разные предметы, ползать и лазать по лесенки, прыгать на двух ногах, и многое другое. Эффективность обучения повышается, если умело заинтересовать ребенка, побудить его к самостоятельности.



Двигательная деятельность



Мимическая и артикуляционная гимнастика

При выполнении артикуляционно-мимической гимнастики у детей тренируются мышцы нижней челюсти, губ, языка, глотки, мягкого неба, мимические мышцы. Это очень важно для правильного произношения звуков речи, полноценного звучания голоса, четкой дикции. Совместно с родителями были сделаны маски-рамки, с помощью которых дети с удовольствием выполняют мимическую гимнастику. Арт-терапию я провожу чаще всего в индивидуальном порядке с каждым ребенком.



Театральная деятельность и сюжетно-ролевые игры

Для развития памяти, речи и воображения, мы после прочтения сказок, любим перевоплощаться в героев этих сказок. Дети между собой распределяют роли, используя театральную атрибутику, при этом я обращаю внимание на то, чтобы дети могли легко договориться кто кого будет играть. У детей улучшается эмоциональное (психологическое) настроение.





Уголок уединения

Некоторым детям иногда необходимо побыть наедине сами с собой, со своими мыслями, другие же любят уединиться парами. **Уединение необходимо для каждого ребенка, благодаря ему он может успокоиться, расслабиться, поиграть или просто отдохнуть.** Если ранее не были созданы определенные условия для уединения, то сейчас они есть. Уголки, созданные для уединения, способствуют психическому развитию ребенка.

Музыкальная терапия

Музыка стимулирует все чувства и вовлекает ребенка на многих уровнях. Музыкальная терапия облегчает развитие многих навыков.

Музыка очень мотивирует, но она также может иметь успокаивающий и расслабляющий эффект.

При каждодневном прослушивании музыкальных произведений я заметила, что дети становятся более подвижными, уверенными в себе, у них поднимается настроение, и даже замкнутые дети раскрепощаются и начинают чувствовать себя комфортно.

Плачущий ребенок, услышав музыку забывает о боли и своих обидах, вовлекается в игровые музыкальные упражнения и танцы. Становится более общительным.



Прогулка в жизни ребенка занимает важное место. Мои дети очень любят гулять, и, гуляя, мы основное время проводим в играх физических и познавательных. Прогулка является надежным средством укрепления здоровья и профилактики утомления. Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

Я понимаю, что прогулка — это элемент режима, поэтому стараюсь дать детям возможность как можно больше двигаться, подбирая игры таким образом, чтобы дети могли удовлетворить свои потребности в движениях, разнообразных физических упражнениях. Организовываю игры — соревнования и свободные игры, где ребенок может реализовать себя.



Трудовая деятельность оказывает положительное влияние на **физическое развитие** детей. Особенно полно это проявляется в ситуации, когда ребенок трудится на свежем воздухе. На прогулке я организовываю в игровой форме уборку участка от снега. В соревновательной форме дети собирают веточки и листочки. Поливают цветы на участке и в группе. Выполняют разные поручения (принеси, унеси), убирают игрушки после игр. Я объясняю детям, что уборка это не просто порядок и чистота, это здоровье.



Утром Соня мается,
Соня обувается:

То пыхтит, то сопит,
Слезам заливаётся,

Всё равно башмачки
Никак не одеваются.



Плюх! Ко мне на язычок,
Щёчки дружно чмок-чмок-чмок!
Все довольны: я, мой ротик
И мой сытенький животик!

Спит малыш в своей кроватке
И посапывает сладко,
А на маленькой подушке
Рядом спят его игрушки.



Добрая водичка!
Помоги немножко:
Вымой у ребяток
грязные ладошки!
Ты, кусочек мыла,
мыль нас, не жалея,
Станут наши ручки
чище и белее!

