

Сохранение и укрепление психофизического здоровья и развития детей



*МБДОУ № 37 «Теремок»
Группа № 3.3 «Солнышки»
Воспитатели: Шевелёва Н.Н.,
Плешакова В.В.*



*Еще в 17 веке в «Материнской школе»
Я. А. Коменский призывал:*

«Так как обучать детей можно только в случае, если они будут живы и здоровы, то первая забота родителей оберегать здоровье детей».

Минули столетия, но и сегодня важнейшей заботой взрослых, воспитывающих и обучающих детей в период, когда их организм ещё так хрупок, раним, является охрана и укрепление их здоровья, как физического, так и психологического.

Для укрепления психологического здоровья детей важно создание благоприятных условий в удовлетворении двигательной потребности.

Утренняя гимнастика



Обеденный сон



Гимнастика пробуждения



Гимнастика после сна



Занятия физкультурой способствуют гармоничному развитию тела, быстрому восстановлению умственной работоспособности.



Привитие детям культурно гигиенических навыков в режиме дня







Подвижные игры



Музыка оказывает мощное положительное влияние на детей — дошкольников.





Для укрепления психологического здоровья детей важно повысить их представления о собственной значимости, сформировать положительную самооценку, позитивную Я-концепцию.

Успех в развитии самосознания детей, их самооценки во многом определяется тем, насколько педагог в воспитательно-образовательной работе учитывает собственную активность своих воспитанников, относится ли он к ним как к субъектам деятельности. В организованном обучении взрослый не должен ограничивать инициативу детей.

Проявление взрослыми заинтересованности в значимых для ребёнка видах деятельности, соучастие в них, сотрудничество – ещё один важный путь к формированию у ребенка психологического здоровья .

Важную роль в психофизическом развитии воспитанников имеет педагогическое общение.



*Игра как средство установления доброжелательных отношений в детском коллективе:
радости, спокойствия, целенаправленной творческой деятельности*





Взаимодействие с родителями

предполагает следующие формы работы (коллективная, индивидуальная, наглядная пропаганда):



общие и групповые родительские собрания с привлечением психологов, специалистов ДОУ; совместное проведение праздников, развлечений, соревнований, «Дней открытых дверей»; бесед с родителями на интересующие их темы, анкетирование при приеме; индивидуальные рекомендации по адаптации поручения родителям.





Совместная деятельность педагогов — детей — родителей позволяет:

повысить эффективность работы по оздоровлению детей; получить необходимые знания о физическом развитии ребёнка; сформировать потребность в здоровом образе жизни в своей семье; снизить «дефицит» положительных эмоций у детей, создать атмосферу праздника при совместной спортивной деятельности; увидеть, узнать работу детского сада по физическому развитию детей; обеспечить преемственность методов и приёмов воспитания детей в семье и в детском саду.



«В здоровом теле здоровый дух» только тогда, когда физическое развитие органически связано с психологической культурой, а вместе они обеспечивают психологическое здоровье ребенка.