**Нурбекова А.Д.**

«Балапан» тобының тәрбиешісі

№103 санаториялық-балабақшасы

**Балалардың денсаулығын нығайтудағы жүйелі іс әрекеттер**

 Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың мемлекеттік жалпыға міндетті стандартында көрсетілген «Денсаулық» білім беру саласы бойынша: өз денсаулығына саналы қарауды дамыту, денсаулықтың адамға табиғаттың берген басты құндылығы екенін түсінуге тәрбиелеу, қимыл белсенділігін дамыту және дене бітімі қасиеттерін қалыптастыру көзделген.
Сонымен қатар «Денсаулық» білім беру саласы дене бітімі қасиеттерін дамытуды; негізгі қимыл түрлерін жетілдіруді; қимыл дағдыларын қалыптастыруды; қимыл ойындарының түрлерін ұйымдастыруды және өткізуді; спорттық жаттығуларды орындауды қамтиды.

 Осы мақсаттарға жетуі үшін тәрбиеші дене шынықтыру жаттығуларының жүйелі оқу қызметтерімен дамитынын ескеруі қажет.
  Мектепке дейінгі жаста бала денсаулығының өмір бойы қалыптасуы басталады . Осыған орай дене тәрбиесінің дұрыс ұйымдастырылуы баланың алдағы уақытта дұрыс дамуына әсерін тигізеді.Мектепке дейінгі жаста әртүрлі сауықтыру іс-шаралары ұйымдастырылып, дене шынықтыру  - сауықтыру және профилактикалық жұмыстар жүйелі түрде жүріп отыруы шарт.

 Осы қағидаларды ескере отырып,баланың денсаулығын нығайтуда біздің балабақшада: дене шынықтыру залы, дене шынықтыруға қажетті құралдармен жабдықталған. Барлық топта жаңа үлгідегі спорттық жабдықтар, өзіндік массажға әртүрлі денсаулық  жолдары, қимылды ойындарға арналған атрибуттары бар. Денсаулықты нығайтуда жүйелі іс әрекеттер балалармен жұмыс істеу барысында дене шынықтыру-сауықтыру іс-шараларымен тығыз байланыста болып отырады.Балабақшада ауруларды алдын-алу жұмыстарында, күннің ІІ жартысында ұйқыдан тұрған мезетте сауықтыру жаттығуларын, тыныс алу жаттығулары барлық топтарда өткізіліп тұрады.Шынықтыру шараларын өткізбес бұрын,балалардың жас ерекшеліктері мен дене дамуы ескеріліп отырады.

   Мектепке дейінгі балалардың жасында дене шынықтырудың қалыптасуы оқу-тәрбие үрдісінде қоршаған ортаны танып білуде, жолдастарына және өзіне деген оң көзқарастық орнатады.

     Дене шынықтыруды нығайту үрдісінде балалардың ойлау қабілеттері, рухани эстетикалық талғамдары, ұйымдастырушылық қасиеттері қалыптасады.