

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад «МАЯЧОК» комбинированного вида

# КАК ГРУППА ЗДОРОВЬЯ ВЛИЯЕТ НА ОЗДОРОВИТЕЛЬНУЮ РАБОТУ И ОРГАНИЗАЦИЮ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ РЕБЕНКА В ДЕТСКОМ САДУ

**Автор: Таркина Ольга Константиновна,  
инструктор по физической культуре**



Группа здоровья ребёнка оказывает значительное влияние на его развитие, физическое состояние и успешность участия в организованных формах физической активности в дошкольном учреждении.

Рассмотрим основные моменты влияния группы здоровья на оздоровление детей и организации занятий физкультурой

# Что такое группы здоровья?



**Группа здоровья** – это категория состояния здоровья ребёнка, определяемая врачом-педиатром на основании осмотра и результатов медицинских обследований. Она помогает педагогическим работникам детского сада организовать двигательную активность и оздоровительные мероприятия таким образом, чтобы учесть индивидуальные особенности каждого ребёнка

# Какие бывают группы здоровья?



Для правильной оценки состояния здоровья ребёнка используется классификация, предложенная Министерством здравоохранения РФ, согласно которой выделяют пять основных групп здоровья:

**Первая группа** — здоровые дети без хронических заболеваний и функциональных отклонений. Эти дети наиболее активно участвуют в любых видах физических нагрузок и требуют минимального ограничения в занятиях спортом.

**Вторая группа** — дети с небольшими функциональными нарушениями, склонностью к частым заболеваниям или дефицитом массы тела. Они нуждаются в индивидуальном подходе и постепенном увеличении нагрузки.

**Третья группа** — дети с хроническими заболеваниями вне обострения. Им требуются умеренные физические нагрузки, контроль врача и педагога.

**Четвёртая группа** — дети с ограниченными возможностями здоровья вследствие хронического заболевания или травмы. Их занятия проходят индивидуально или в специальных группах.

**Пятая группа** — дети с тяжелыми хроническими заболеваниями, нуждающиеся в постоянной медицинской помощи и реабилитации.

# Как влияют группы здоровья на физическую активность?



От группы здоровья зависит интенсивность занятий физкультурой и виды упражнений, рекомендованные ребёнку:

## Первая группа здоровья

занимаются по основной программе физического воспитания детского сада. Упор делается на общую физическую подготовку, развитие выносливости, координации движений, скоростных качеств и гибкости. Регулярные подвижные игры и спортивные мероприятия способствуют укреплению иммунитета и улучшению общего самочувствия.

## Вторая группа здоровья

подбираются специальные упражнения, направленные на укрепление слабых звеньев организма, профилактику возможных осложнений и повышение адаптационных возможностей. Занятия проводятся регулярно, интенсивность постепенно увеличивается.

# Как влияют группы здоровья на физическую активность?



## Третья и четвертая группа здоровья

нагрузки снижаются, исключается участие в соревнованиях и играх с интенсивными физическими усилиями.

## Пятая группа здоровья

дети занимаются исключительно индивидуально либо в малых группах с использованием специальной техники и оборудования. Основное внимание уделяется восстановлению утраченных функций и адаптации к повседневной жизни.

# Рекомендации родителям



Родители играют ключевую роль в поддержании оптимального уровня двигательной активности своего ребёнка.

- Следите за режимом дня ребёнка, обеспечьте регулярное пребывание на свежем воздухе.
- Поощряйте интерес к спорту и активным видам отдыха.
- Создавайте условия для самостоятельных упражнений дома.
  - Контролируйте соблюдение рекомендаций врачей относительно интенсивности и продолжительности тренировок.
  - Своевременно сообщайте воспитателям о любых изменениях в состоянии здоровья вашего ребёнка.



Таким образом, знание группы здоровья и правильная организация физического воспитания позволяют обеспечить оптимальное развитие всех органов и систем организма ребёнка, способствуя формированию крепкого здоровья и устойчивости к различным неблагоприятным факторам окружающей среды.