Автор статьи: Протасова Оксана Викторовна

Территория здоровья - 2019

Аннотация

«Здоровье детей — здоровье нации!». Этот лозунг нашел свое отражение во многих образовательных документах, в том числе и в Федеральных государственных образовательных стандартах дошкольного образования. По ФГОС одним из приоритетных направлений деятельности детского сада является проведение физкультурно-оздоровительной работы**,** в том числе и путем использования здоровьесберегающих технологий в ДОУ**.** Здоровьесберегающие технологии это один из видов современных инновационных технологий**,** которые направлены на сохранение и улучшение здоровья всех участников образовательного процесса в ДОУ.

Территория здоровья - 2019

Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе по прежнему остается актуальной. Словосочетания «здоровьесберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы педагогов всех элементов образовательной структуры, начиная от дошкольных учебных учреждений.

Как же нужно воспитывать ребёнка, чтобы он понимал значимость здоровья и умел бережно к нему относиться?

Эту задачу взрослым (педагогам и родителям) нужно начинать решать с самых ранних лет жизни ребёнка, решать системно и сообща.

Сегодня вопрос здоровья первоочередной во многих детских учреждениях. Является он приоритетным и для нашего детского сада.

Здоровье и развитие ребенка напрямую зависит от того, в каких условиях он живет, как организован процесс его воспитания, какие люди его

окружают, поэтому в нашем дошкольном учреждении огромное внимание уделяется сохранению, поддержке и обогащению здоровья детей. Педагогический коллектив работает на обеспечение и сохранение наиболее высокого уровня здоровья дошкольников в детском саду, используя интегральный подход к детскому здоровью в целом. На основании этого у ребенка формируется восприятие понятия «здоровье» и необходимость заботится о нем.

Как правило, вспомогательными составляющими в обеспечении здоровья детей являются здоровьесберегающие технологии - это главные составляющие модернизированного детского сада.

Основная цель здоровьесберегающих технологий состоит в поддержании высокого уровня здоровья дошкольников, формировании у них качественных знаний и навыков построения активного и здорового образа жизни.

Реализация модели здоровьесбережения в ДОУ обеспечивается:

- направленностью воспитательно-образовательного процесса на физическое развитие дошкольников и их валеологическое образование;

- комплексом оздоровительных мероприятий в режиме дня в зависимости от времени года;

- созданием оптимальных социально-психологических условий пребывания детей в ДОУ;

-формированием взаимодействия с семьями воспитанников и развитием социального партнерства.

Установка на здоровый образ жизни формируется в результате определенного педагогического воздействия, сущность которого состоит в обучении здоровью с самого раннего детства. Для этого в нашем ДОУ разработана комплексная система воспитания дошкольников, которая направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов ответственности в деле его сохранения.

Приоритетной средой обитания для детей дошкольного возраста является дошкольное образовательное учреждение, поэтому перед педагогическим коллективом ДОУ стоит задача не только повышения качества образования, совершенствования его структуры, внедрения инновационных технологий, но и сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса.

Разработанная нами здоровьесберегающая среда ДОУ основана на особенностях реализации комплексного подхода к организации оздоровительной деятельности с дошкольниками с учетом их индивидуальных и возрастных особенностей, представляет собой, на наш взгляд, наиболее оптимальную систему профилактики и оздоровления воспитанников и представлена следующими направлениями:

Успех в этом деле обеспечивается единством требований и согласованности действий всех лиц, занятых работой с детьми, а именно:

Заведующего ДОУ;
Заместителя заведующего ДОУ;
Врача-педиатра;
Медицинской сестры;
Педагога-психолога;
Учителей-дефектологов;
Учителей-логопедов;
Воспитателей.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

Организация здоровьесберегающей среды:

- спортивный зал с разнообразным спортивным оборудованием для упражнения в основных видах, гимнастические стенки, гимнастические скамейки, мячи, мягкие модули, и др. спортивное оборудование.

-массажный кабинет;

-игровое оборудование для эмоциональной разгрузки и саморегуляции ребёнка

(«груши», «волшебный сосуд» и т.п.) в «кабинете психологической разгрузки» воспитанников;

-уголки здоровья в каждой возрастной группе;

-мини-стадион; игровые площадки для баскетбола, волейбола, прыжковая яма.

Показатели физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья определяется методом диагностики, а также

составлением индивидуальной карты развития ребенка.

Изучаем передовой опыт по оздоровлению и профилактике заболеваемости: педагогический, медицинский, социальный, используя при этом интернет-ресурсы.

Организована работа по совершенствованию мастерства коллектива.

Здоровьесбережение в работе с педагогами ДОУ:

- Семинары-тренинги «Игра в системе оздоровительной работы с детьми»;
- Консультации для педагогов «Больше внимания осанке», «Признаки утомляемости ребёнка дошкольника», «Как вести себя при столкновении с психологическими защитами у детей», «Игры, которые нас лечат», «Запрещённые физические упражнения для детей дошкольного возраста» и др.;
- Практикум для педагогов ДОУ «Сундучок здоровья: приёмы релаксации, снятия напряжения в течение рабочего дня»;
- Обсуждение вопросов здоровьесбережения на педагогических советах и медико-педагогических совещаниях в группах раннего возраста и коррекционных группах.
- Обмен опытом по оздоровлению воспитанников посредством интернет-ресурсов.

ЛЕЧЕБНО- ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

Медицинские здоровьесберегающие технологии в ДОУ - обеспечивают сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медсестры ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

- технологии профилактики заболеваний, общий оздоровительный массаж,

точечный массаж;

- углубленный медицинский осмотр с участием узких специалистов, приходящих из поликлиники;
- коррекция возникающих функциональных отклонений;
- отслеживание характера течения хронической патологии (для детей, имеющих III-IV группу здоровья);
- реабилитация соматического состояния здоровья;
- противоэпидемическая работа и медицинский контроль работы пищеблока в соответствии с действующими санитарно-гигиеническими правилами;
- осенне-весенняя профилактика: витаминизация, фитотерапия, использование бактерицидных ламп;
- чесночно-луковая ингаляция в период подъема инфекционных заболеваний;
- закаливание в виде обширного умывания, обтирание, босохождение;
- естественное закаливание в летний период: солнечные и воздушные ванны, водные процедуры;
- санитарно-гигиеническая деятельность всех служб ДОУ.

КОРРЕКЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

В воспитательно-образовательном процессе дошкольного учреждения активно используются инновационные технологии и методы оздоровительной и профилактической работы, которые способствуют повышению, как физического здоровья, так и психоэмоционального состояния воспитанников.

Коррекционно-оздоровительная работа проводится с воспитанниками по результатам выявленных нарушений в состоянии здоровья.

В ДОУ используются следующие формы работы с воспитанниками:

- профилактическая гимнастика;
- ортопедические минутки;
- коррекционные занятия с детьми по профилактике нарушения осанки и по профилактике плоскостопия;

- зрительная гимнастика;
- дыхательная гимнастика;
- пальчиковые игры с элементами кинезиологии;
- психогимнастика;
- логоритмика и др.

Введение в образовательный процесс инновационных технологий (музыкотерапия, мимические разминки), новых форм работы (драматизации в «Театре здоровья», деятельность «Библиотечки здоровья»), а так же систематизация материалов по образовательным проектам по приобщению к здоровому образу жизни; кружковая работа по оздоровлению, проведение праздников ко Дню здоровья, воспитание культурно- гигиенических навыков требуют подведения итогов педагогической деятельности. Результатом работы педагогов в рамках инновационной деятельности является создание определенного методического продукта – программы кружковой работы, методических разработок, серии сценариев, составление картотеки.

Инновационные технологии используемые в ДОУ:
Сказкотерапия: использование мнемотаблиц, с помощью которых сказка выполняется, как единый двигательный комплекс.
Степ - аэробика: ритмичные подъемы и спуски со специальной платформы (степ-платформы) под танцевальную музыку.
Стретчинг: упражнения для воспитания гибкости в различных отделах тела.
Арт-терапия: оздоравливание психологической сферы средствами воздействия различных видов искусств (музыка, хореография, изобразительная деятельность).
Су –Джок терапия: метод оздоравливания с использованием кистей и стоп. Сочетание упражнений, таких как пальчиковая гимнастика, самомассаж с упражнениями по коррекции звукопроизношения и формированию лексико-грамматических категорий, позволяет значительно повысить эффективность коррекционно-логопедических занятий.
Биоэнергопластика: соединение движений артикуляционного аппарата с движениями кисти руки.
Гимнастика с элементами кинезиологии: однонаправленные и разнонаправленные движения пальцев и кистей рук.

Взаимодействие ДОУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей:

Информационно-аналитическое направление: выявление интересов, потребностей, запросов родителей, уровня их педагогической грамотности, установление эмоционального контакта между педагогами, родителями и воспитанниками:

-социологические опросы;

-социологические срезы;

-тесты;

-анкетирование.

Досуговое направление: установление доверительных отношений, эмоциональных контактов между педагогами, родителями и воспитанниками:

-совместные досуги, праздники: «Встреча нового года», «Масленица», «Праздник мам», «Топ-шоу», «Семейные театры»;

-физкультурные развлечения с участием родителей: «Мама, папа, я – спортивная семья»;

-участие родителей в выставках.

Познавательное направление: ознакомление родителей с возрастными и психологическими особенностями детей дошкольного возраста, формирование у родителей практических навыков воспитания детей:

-индивидуальные консультации родителей (по запросу);

-встречи со специалистами ДОУ;

-дискуссии (совместные обсуждение проблем);

-семинары-практикумы;

-педагогический брифинг;

-педагогическая гостиная;

-проведение собраний, консультаций в нетрадиционной форме;

-игры с педагогическим содержанием («КВН», «Поле чудес», «Педагогический случай», «Что? Где? Когда?»).

Наглядно – информационное направление: ознакомление родителей с дошкольным учреждением, педагогическим коллективом, особенностями воспитательно-образовательного процесса, средствами наглядности:

-дни открытых дверей;

-открытые занятия;

- творческие выставки детских работ;

-информационные проспекты для родителей;

-видеоролики о жизни ДОУ;

-тематические выпуски газет;

-организация мини-библиотек;

-обмен информацией с использованием интернет - технологий;

-стенды;

-сайт ДОУ;

-фотоотчеты.

Межведомственное взаимодействие

Воспитание здоровой личности с устойчивой мотивацией на занятие физической культурой и спортом не возможно без привлечения учреждений спортивно- оздоровительной направленности. Посещая спортивную школу, занимаясь с тренерами-преподавателями, наши дети начинают испытывать потребность и желание заниматься спортом и физической культурой на более серьезном уровне.

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у дошкольника стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

Список литературы

1. Программа обучения и воспитания детей с ОВЗ» Л,Б, Баряева, О. П. Гаврилушкина Коррекционная программа: Программа воспитания и обучения дошкольников интеллектуальной недостаточностью – СПБ. Издательство «Союз» 2001г.

2.«От рождения до школы» Под редакцией
Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой – М.,: Мозаика- синтез 2014г.

3.Л.И.Пензулаева «Физическая культура в детском саду средняя группа» Программа по физическому развитию детей средней группы . Издательство «Мозаика-синтез»Москва соответствие ФГОС, 2014г.

4. К.Ю.Белая«Формирование основ безопасности у дошкольников 2-7 лет» Издательство Мозаика-синтез Москва соответствие ФГОС ДО 2015г.

5.Прохорова Г.А. "Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет" М.6 Айрис -пресс, 2005г.

6.Подольская Е.Н. " спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет. Издательство " Учитель", 2008г.