

## ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДОУ

**Калинина Ольга Марьяновна**

воспитатель

МАДОУ «Д/С №24»

г. Березники, Пермский край

### ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДОУ

*Аннотация:* в данной статье рассмотрено важное направление в деятельности дошкольного учреждения: развитие ребенка, защита и сохранение его здоровья. Особое внимание уделено формам здоровьесберегающей деятельности. Обоснована необходимость совершенствования двигательного режима детей, даны методические рекомендации.

*Ключевые слова:* дошкольный возраст, организация здоровьесберегающей деятельности, формы здоровьесберегающей деятельности.

В последнее время состояние здоровья детей постоянно ухудшается. По статистике к 6–7 годам только лишь каждый пятый ребенок может считаться абсолютно здоровым. Мы часто даем такие объяснения складывающейся ситуации: неблагоприятная экологическая обстановка, снижение уровня жизни, нервно-психические перегрузки, от которых страдают даже малыши [2, с. 107–108].

Неблагополучное состояние здоровья современных детей вызывает необходимость в организации качественной здоровьесберегающей деятельности, особенно в дошкольных образовательных учреждениях. Формирование здоровья стала не столько задача медицинских работников, сколько психолого-педагогическая проблема [2, с. 23].

Именно в дошкольном возрасте, когда происходит интенсивный рост и развитие детей, особенно важно обеспечить оптимальный режим двигательной активности, который будет способствовать своевременному развитию моторики,

правильному формированию важнейших органов и систем. При этом необходимо соблюдать принцип индивидуального дифференцированного подхода, который позволяет обеспечить максимальное развитие каждого ребенка, мобилизацию его активности и самостоятельности. Для обеспечения детям двигательной активности необходимо:

- сохранять все режимные моменты;
- осуществлять контроль двигательного режима в условиях каждой группы;
- проводить систематическую оценку утомляемости детей в течение недели, месяца, года в каждой группе.

Двигательная активность в ДООУ включает всю динамическую деятельность – как организованную, так и самостоятельную, осуществляемую в разных формах деятельности. Здоровьесберегающей деятельностью будет только в том случае, если будут учтены все физические и эмоциональные нагрузки во всех формах оздоровительной деятельности [1, с. 119–122].

Здоровьесберегающая деятельность осуществляется в различных формах:

- медико-профилактической, направленной на профилактику заболеваемости, которая включает выполнение требований СанПиН по организации здоровьесберегающих педагогических условий до проведения различных профилактических мероприятий;
- физкультурно-оздоровительной, направленной на физическое развитие и укрепление здоровья, которую осуществляют педагоги в виде занятий по физическому воспитанию, различных видов гимнастик, физминуток, динамических пауз, подвижных игр, дней здоровья и пр.;
- информационно-просветительской, направленной на беседы с детьми о ценности здорового образа жизни, работу с родителями, с разъяснением и информированием родителей об особенностях и своеобразии развитии детей, с формированием у них устойчивой потребности в обеспечении своего здоровья и здоровья детей, мотивированием на здоровый образ жизни;
- коррекционной, направленной на исправление уже имеющихся недостатков и нарушений физического и психического развития;

**Дошкольное образование: опыт, проблемы, перспективы развития**

– спортивно-досуговой, организованной в виде дополнительных спортивных соревнований и развлечений, в ходе которых происходит более активное приобщение детей к спорту и активному образу жизни.

Все эти виды деятельности реализуются с помощью различных методик, технологий и целевых программ. Добиться эффективности можно будет при применении педагогами логичности и адресности определенных целей использования того или другого набора технологий. Важно, чтобы вся работа планировалась систематически, а не в виде отдельных эпизодов [1, с. 99–100].

При выстраивании системы оздоровления детей педагоги должны использовать в своей работе:

– мероприятия по формированию у детей мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни, привитию ответственности за свое здоровье;

– максимальное обеспечение двигательной активности детей в детском саду в перерывах между занятиями, на занятиях по физкультуре, использование физкультурных минуток, включение в деятельность элементов психогимнастики, пальчиковой гимнастики;

– создание эмоционально-значимых для детей ситуаций с использованием игровых приемов;

– создание условий для самостоятельной практической личностно и общественно значимой деятельности, в которой дети могли бы проявлять инициативу, творчество, фантазию;

– мероприятия, направленные на обучение дошкольников здоровому образу жизни, приемам личной самодиагностики, саморегуляции;

– беседы, валеологические занятия, психологические тренинги [2, с. 45–46].

Таким образом можно заметить, что здоровьесберегающая деятельность в дошкольном образовательном учреждении является структурным компонентом педагогической системы ДОУ, которая несмотря на свою относительную независимость является ее неотъемлемой частью. В настоящее время в выборе прио-

ритетного направления деятельности ДОО необходимо, чтобы основные приоритеты были развивающие, стимулирующие и коррекционные. Для этого необходимо совершенствование двигательного режима детей, что будет способствовать воспитанию здорового ребенка и его разностороннему развитию. Нужно помнить, что здоровый образ жизни не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута пребывания в детском саду должна способствовать созданию представлений у воспитанников о здоровом образе жизни. [1, с. 28]

### *Список литературы*

1. Овчинникова Т.С. Организация здоровьесберегающей деятельности в дошкольных образовательных учреждениях: Монография. – СПб.: КАРО, 2006. – 176 с.
2. Павлова М.А. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения: модели программ, рекомендации, разработки занятий / авт.-сост. М.А. Павлова, М.В. Лысогорская, канд. психол. наук. – Волгоград: Учитель, 2009. – 186 с.