

Зверева Ольга Владимировна

педагог-психолог

Гревцова Надежда Павловна

инструктор по физической культуре

МАДОУ Д/С КВ №38 «Совёнок»

г. Балаково, Саратовская область

ОСНОВНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДХОДА ПО СБЕРЕЖЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ, ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ МЕТОДИК

Аннотация: авторами данной статьи отмечается, что дошкольный возраст – яркая, неповторимая страница в жизни каждого человека. Именно в этот период начинается процесс социализации, устанавливается связь ребенка с ведущими сферами бытия: миром людей, природы, предметным миром. Происходит приобщение к культуре, к общечеловеческим ценностям. Закладывается фундамент здоровья.

Ключевые слова: здоровьесбережение, дошкольный возраст.

Федеральный государственный образовательный стандарт к структуре основной образовательной программы дошкольного образования определяет как одну из важнейших задач: охрану и укрепление здоровья воспитанников через интеграцию образовательных областей, создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса психолого-педагогической, профилактической и оздоровительной работы.

Здоровье, как известно, на 50% определяется образом жизни, а модель образа жизни формируется в детстве. Поэтому так важно формировать привычку к здоровому образу жизни в дошкольном возрасте.

Дошкольное образовательное учреждение должно постоянно осваивать комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Одним из путей решения является комплексный подход к оздоровлению детей через использование здоровьесберегающих технологий, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада.

Педагогический коллектив ДОУ главной задачей работы определил формирование у детей и взрослых мировоззрения, в основе которого лежит понимание здоровья, как главной жизненной ценности.

Работа по созданию здоровьесберегающей среды и воспитанию у детей основ здорового образа жизни в нашем детском саду идет по следующим направлениям:

- физкультурно-оздоровительное;
- педагогическое;
- коррекционно-развивающее;
- медицинское.

Таблица 1

<i>Направления и содержание работы</i>
<i>Физкультурно-оздоровительное</i> (комплекс мер, направленных на охрану и укрепление здоровья детей, формирование физической культуры, он представлен следующими блоками).
<ul style="list-style-type: none">– комплексная психолого-физиологическая диагностика развития ребенка и готовность его к школьному обучению, мониторинг состояния здоровья и физического развития детей;– отбор педагогических технологий с учетом возрастных особенностей детей и их функциональных возможностей на данном этапе, отказ от «школьного» типа обучения детей дошкольного возраста;– проектирование физкультурно-игровой среды в условиях детского сада с целью оздоровления и всестороннего развития личности ребенка (приемы повышения эффективности использования оборудования путем создания новизны и смены оборудования, внесение новых пособий и т. д.);– занятия, беседы, игры, игровые упражнения, художественная литература, просмотры видеофильмов, направленные на формирование у детей ценности здоровья и здорового образа жизни;– занятия, направленные на формирование представлений о строении своего тела и отдельных систем и органов (по ознакомлению с окружающим, логопедические занятия);– формирование представлений о многообразии физических и спортивных;– упражнений, назначении и способах использования движений, их практической значимости (подвижные игры и физические упражнения, игры с элементами спорта и акробатики, ритмическая гимнастика, занятия по физической культуре);– приемы самоконтроля и саморегуляции в процессе разных форм двигательной активности (игровые упражнения, дыхательная гимнастика, релаксационные упражнения).

Педагогическое

(способствует накоплению детьми знаний о здоровье и развитии, умений оберегать и поддерживать, сохранять его; дает первоначальные представления социального характера, позволяет включить детей в систему социальных отношений; способствует повышению уровня знаний родителей в области здоровьесбережения, обучение отдельным методам оздоровления).

- рациональный режим дня, построенный с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей, физической и умственной работоспособности;
- оптимальный двигательный режим;
- эффективное закаливание;
- обеспечение благоприятной гигиенической обстановки;
- преобладание положительных эмоций у детей;
- занятия, беседы, игры, игровые упражнения, художественная литература, просмотры видеофильмов, направленные на формирование у детей ценности здоровья и здорового образа жизни;
- занятия, направленные на формирование представлений о строении своего тела и отдельных систем и органов (по ознакомлению с окружающим, логопедические занятия);
- приемы направленные на активную роль ребенка в укреплении своего здоровья в разных формах познавательной и двигательной деятельности (занятия по ознакомлению с окружающим, дидактические игры с включением активных действий, подвижные игры, сюжетно-ролевые игры с включением динамического компонента);
- привлечение семьи к формированию у детей здорового образа жизни и культуры здоровья.
- коллективное сотрудничество (родительские собрания, круглые столы, тренинги, деловые игры, семинары, досуги, открытые занятия), дни здоровья;
- индивидуальное сотрудничество (анкетирование, «обратная связь», консультации, беседы, психологические акции);
- наглядно-информационное сотрудничество (стенды, «памятки», выставки работ, рабочих тетрадей детей);
- активное участие родителей в жизни ребенка (подвижные игры, совместные занятия, соревнования, тренинги).

Коррекционно-развивающее

(включает в себя технологии, направленные на оздоровление ребенка в целом).

- развитие всех психических функций;
- психокоррекционная работа (индивидуальная, групповая);
- текущее обследование;
- элементы психотренинга (консультации для педагогов и родителей);
- психопрофилактика (элементы сказкотерапии, арттерапии, музыкотерапии релаксация, психогимнастика);
- гимнастика артикуляционная, пальчиковая, дыхательная, для глаз;
- массаж и самомассаж языка, лица; физкультминутки, упражнения на релаксацию;
- комплексы упражнений, направленные на профилактику нарушений зрения;
- развитие тактильной чувствительности, мелкой моторики;
- су-джок терапия;
- кинезиологические упражнения

Медицинское

- профилактика заболеваний;
- углубленный медицинский осмотр с участием узких специалистов, приходящих из поликлиники;
- коррекция, возникающих функциональных отклонений;
- отслеживание характера течения хронической патологии;
- реабилитация соматического состояния здоровья;
- противоэпидемическая работа и медицинский контроль работы пищеблока в соответствии с действующими санитарно-гигиеническими правилами;
- санитарно-гигиеническая деятельность всех служб ДОУ.

Организация работы по сохранению и укреплению здоровья детей и формированию у них основ здорового образа жизни предполагает наличие нескольких обязательных условий:

- создание среды, позволяющей всем участникам процесса развиваться, реализовывать свой внутренний потенциал на основе устойчивой мотивации;
- объединение всех служб с четким разграничением функций; организация мониторинга, профилактики, коррекции состояния и культуры здоровья;
- организация профессиональной деятельности педагогического и вспомогательного персонала на основе теоретической и научно-практической подготовки в рамках реализации задач по обеспечению здоровья и здорового образа жизни;
- постоянное совершенствование материальной базы;
- взаимодействие с общественными культурно-спортивными учреждениями; использование возможностей семьи и социума по организации здоровьесберегающих технологий и пропаганда здорового образа жизни.

Таблица 2

Данные мониторинга по использованию дыхательной гимнастики старших и подготовительных к школе групп за 2010–2013 гг.

Учебный год	Кол-во детей	Случаи ЛОР заболевания на конец I полугодия		Случаи ЛОР заболевания на конец II полугодия	
2010–2011	90	4	4,4%	2	2,2%
2011–2012	95	5	5,2%	3	3,1%
2012–2013	65	5	7,6%	2	3%

Таблица 3

Сводная таблица анализа заболеваемости детей по детскому саду

	2010	2011	2012
Списочный состав детей	154 ребенка	145 детей	145 детей
Число пропусков д/дней по болезни	22,4%	22%	21%
Число пропусков на одного ребенка	68,2%	62,6%	58,2%
Число часто болеющих детей	14	10	8
Число ни разу не болеющих детей	10	13	16
Показатель индекса здоровья	26%	24%	19%

Диагностика показала, что увеличивается количество детей не разу ни болевших, наметилось снижение количества часто болеющих детей. У большинства детей старшего дошкольного возраста наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использования доступных средств для его укрепления.

Таким образом, при творческом отношении к внедрению в практику работы с дошкольниками здоровьесберегающих технологий, можно обеспечить детям психофизическое здоровье, что так важно будущим школьникам.

Мы глубоко убеждены, что каждый человек должен быть уверен в своих силах и возможностях с детства. Это поможет ему быть доброжелательным, радостным, счастливым, более открытым людям и окружающему миру, а это под силу только здоровому человеку.