

Баласанян Марине Максимовна

воспитатель

МАДОУ «ЦРР – Д/С №272»

г. Пермь, Пермский край

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДОУ

***Аннотация:** в данной статье рассмотрена проблема создания условий, обеспечивающих формирование и укрепление здоровья детей в дошкольном образовательном учреждении. Отражены факторы, формирующие здоровье детей дошкольного возраста. Обобщен практический опыт организации работы, направленной на сохранение и укрепление здоровья дошкольника.*

***Ключевые слова:** здоровьесберегающие технологии, дошкольники, дошкольное образовательное учреждение, физическое развитие, здоровье.*

Здоровье – это состояние физического и социального благополучия человека.

Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе воспитателя дошкольного учреждения. Именно здоровье является условием успешного роста и развития личности, её духовного и физического совершенствования, а в дальнейшем во многом успешной жизни.

Приказом Министерства Образования и науки РФ от 17.10.2013 г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» представлена система необходимых условий, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья воспитанников. Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Одной из главных задач дошкольного учреждения – создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья воспитанников, приобретение знаний о себе и о своём здоровье. Ведь здоровье человека – проблема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в настоящее время она становится первостепенной. Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают и статистические показатели.

Исследованиями учёных установлено, что здоровье человека лишь на 7–8% зависит от успехов здравоохранения и на 50% от образа жизни. Воспитание уважительного отношения к здоровью необходимо начинать с раннего детства. По мнению специалистов, 75% всех болезней человека заложено в детские годы. И педагог может сделать для здоровья воспитанника не меньше, чем врач.

Образовательная среда должна быть здоровьесберегающей и здоровьесодействующей. Здоровьесберегающий процесс – это специально организованное, развивающееся во времени и в рамках определенной образовательной системы взаимодействие детей дошкольного возраста и педагогов, направленное на достижение целей здоровьесбережения и здоровьесобогащения в ходе образования, воспитания и обучения.

Развитие навыков здорового образа жизни ребенка происходит не самопроизвольно, а в процессе систематического, целенаправленного воспитания и образования, в условиях здоровьесберегающего сопровождения.

Весь режим дошкольного учреждения, характер отношений и методы воспитательной работы, разные виды деятельности – все это должно способствовать укреплению здоровья и позволять обеспечить необходимую двигательную активность детей в течение всего дня, формировать осознанное отношение ребенка к своему здоровью.

Задача для педагога – создать условия для правильного физического развития ребенка, обеспечить оптимальный режим двигательной активности, способствующий современному развитию моторных функций, правильному формированию важнейших органов и систем в соответствии с возрастными особенностями дошкольников.

Здоровьесберегающая деятельность в нашем детском саду осуществляется с использованием следующих технологий:

Медико-профилактическая технология. Которая обеспечивает сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОО в соответствии с медицинскими требованиями и нормами.

Задачи этой деятельности:

- организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- организация и контроль питания детей, физического развития, закаливания;
- организация профилактических мероприятий, способствующих резистентности детского организма (например, иммунизация, щадящий режим в период адаптации и т. д.);
- организация контроля и помощи в обеспечении требований санитарно-эпидемиологических нормативов – СанПиН;
- организация здоровьесберегающей среды в ДОО.

Физкультурно-оздоровительная технология. Направлена на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка.

Задачи этой деятельности:

- развитие физических качеств;
- контроль за двигательной активностью и становление физической культуры дошкольников;
- формирование правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;
- воспитание привычки повседневной физической активности;
- оздоровление средствами закаливания.

Технология обеспечения социально-психологического благополучия ребенка. Задача этой деятельности – обеспечение эмоционального комфорта и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду, семье. К ней относится технология

психологического или психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в педагогическом процессе ДОУ.

Одной из основных задач физического воспитания дошкольников является использование разнообразных форм работы с детьми, которые способствуют функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делают его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды, т.е. создают условия для того, чтобы дети росли здоровыми. Эти формы работы нацелены не на оттачивание техники выполнения тех или иных упражнений, а на воспитание положительных эмоций, высокую двигательную активность, свободное и непринужденное взаимопонимание и на гармоничное развитие детей.

Важно подчеркнуть, что основой полноценного физического воспитания является учет индивидуальных особенностей каждого ребенка (состояние здоровья, уровень физической подготовленности, эмоционального состояния) при дозировке физической нагрузки, дифференцированный подход при выборе вариантов физических упражнений и организации содержательной стороны двигательной деятельности для дошкольников.

Утро у нас в детском саду начинается радостных встреч с детьми. Доброжелательное отношение к каждому ребенку, атмосфера дружеского отношения позволяют положительно настроить детей на предстоящий день, снять тревожность, усталость, замкнутость. Этому способствуют музыка, коммуникативные игры, и игры, повышающие настроение детей, которые мы с успехом используем в утренние часы приема детей. Такие игры по своему замыслу предполагают рукопожатие, поглаживание, теплые, ободряющие слова, заинтересованное отношение к настроению, самочувствию друг друга, юмор, улыбки и смех детей. Они развивают умение лучше понимать себя и других, умение подчиняться определенным правилам, развивают способности к самовыражению, умение регулировать свое поведение, обучают элементам техники выразительных движений, при-

емам снятия психического напряжения, создают здоровое эмоциональное возбуждение, бодрое настроение. Эти игры проводим не только в утренние часы, но и во второй половине дня и в минуты свободного общения.

Самое главное в нашей работе – сохранение и укрепление здоровья дошкольников, формирование у них желания заниматься физкультурой, приобретение знаний о себе и о своём здоровье.

Одной из основных задач физического воспитания дошкольников является использование разнообразных форм работы с детьми, которые способствуют функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делают его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды, т.е. создают условия для того, чтобы дети росли здоровыми. Эти формы работы нацелены не на оттачивание техники выполнения тех или иных упражнений, нам важно достичь такого результата, чтобы наши дети, переступая порог «взрослой жизни», не только имели высокий потенциал здоровья, позволяющий вести здоровый образ жизни, но и имели багаж знаний, позволяющий им делать это правильно.

В работе с детьми очень важен индивидуальный подход, мы учитываем индивидуальные особенности каждого ребенка (состояние здоровья, уровень физической подготовленности, эмоционального состояния). Особого внимания обращаем на малоактивных детей, стимулируем их деятельность. Таких детей включаем в игры, а на занятиях создаем условия, чтобы они чувствовали себя свободно.

Все мероприятия с детьми по данному направлению реализуются нами в воспитательно-образовательном процессе через такие средства двигательной направленности, как гимнастика, физкультурные занятия, закаливание, игры (спортивные, подвижные), свободная деятельность (прогулки, экскурсии), досуги, развлечения.

При проведении спортивных праздников, организации тематических досугов и развлечений дети получают возможность проявлять большую активность,

самостоятельность и инициативу в действиях, используются не только разнообразные двигательные задания, но и танцы, песни, стихи, загадки. Все эти физкультурно-оздоровительные мероприятия помогают детям реализовать на практике накопленный опыт, решать поставленные цели и задачи, сохраняют добрые традиции и являются необходимыми условиями для обеспечения здоровья детей на долгие годы.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения для детей дошкольного возраста.

Список литературы

1. Абаев А.М. Здоровьесберегающий подход к изучению и формированию образовательной среды / А.М. Абаев // Педагогика Образования. – №3. – 2012.
2. Деркунская В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников / В.А. Деркунская. – М.: Педагогическое общество России, 2006.
3. Сухарев А.Г. Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России / А.Г. Сухарев.
4. «Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях» / А.М. Сивцова // Методист. – 2007.
5. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе педагога / Н.К. Смирнов.
6. Рамзаева И.В. Реализации здоровьесберегающих технологий в практике работы воспитателя детского сада [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2014/07/14/referat-na-temu-realizatsii-zdorovesberegayushchikh> (дата обращения: 26.06.2017).