Королёва Елена Анатольевна
воспитатель
МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №2 «Чулпан п.г.т. Кукмор»
п.г.т. Кукмор, Республика Татарстан

ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНО–ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ДОУ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Аннотация: *данная статья раскрывает использование различных здоровьесберегающих технологий с дошкольниками.*

Все родители мечтают, чтобы их ребёнок рос здоровым, умным. Полноценное физическое и психическое развитие и здоровье ребёнка – это основа формирования личности, важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, сильной воли, дарований, природных способностей. И именно дошкольный возраст – особенно важный и ответственный период, когда происходит перестройка функционирования многих систем организма. Это время установления базовых отношений ребёнка с миром. Определение здоровья, которое приведено в преамбуле Устава Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) в 1948 году и которым принято пользоваться до сих пор трактуется следующим образом «здоровье – это такое состояние человека, которому свойственно не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, душевное и социальное благополучие».

Сохранение и укрепление здоровья воспитанников ДОУ – основная задача дошкольных учреждений. В Концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, отводится ведущее место. Подчёркивается важность создания условий, обеспечивающих и физическое, и психическое здоровье ребёнка.

По своей природе проблема здоровья выходит за рамки медицинской науки. Различные её аспекты изучаются не только врачами, но и специалистами в области педагогики, психологии, биологии, социологии и права.

Быть здоровым – естественное стремление человека. Необходимо научить и наших детей. Сегодня медики не в состоянии справиться с проблемами ухудшения здоровья, поэтому встает вопрос о превентивной работе, о формировании осознанного отношения к здоровью и здоровому образу жизни (ЗОЖ). Пропедевтическая работа в данном направлении ложится на плечи педагогов.

Основными задачами воспитательно-образовательного процесса на основе ЗОЖ являются: охрана жизни и укрепление здоровья детей; обеспечение эмоциональной комфортности и хорошего самочувствия; закаливание организма и совершенствование его функций; формирование умений и навыков правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности. Большое внимание уделяется выработке правильной осанки. Необходимо учить детей осознавать ценности ЗОЖ, воспитывать потребность бережно относиться к своему здоровью, знакомить детей с элементарными правилами безопасного поведения.

Использование здоровьесберегающих технологий в организации воспитательно–образовательного процесса в детском саду является одним из инновационных и наиболее эффективных способов укрепления здоровья детей–дошкольников. Термин «здоровьесберегающие образовательные технологии» можно рассматривать как совокупность тех принципов, методов педагогической работы, которые дополняя традиционные технологии воспитания и обучения, наделяют их признаком здоровьесбережения. Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребёнку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание культуры здоровья как совокупности осознанного отношения ребёнка к своему здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его. Здоровьесберегающие образовательные технологии наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей. Главный их признак – *использование психолого–педагогических приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем*. Их можно выделить в *три подгруппы:*

– организационно–педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующую предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;

– психолого–педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми (сюда же относится и психолого–педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса);

– образовательно–воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья дошкольников.

Процесс организации здоровьесберегающего воспитания и обучения носит комплексный характер. При выборе здоровьесберегающих педагогических технологий педагоги ориентируются на программу, по которой работает дошкольное учреждение, конкретные условия дошкольного образовательного учреждения, а также показания заболеваемости детей.

Основными задачами воспитательно–образовательного процесса на основе ЗОЖ являются: охрана жизни и укрепление здоровья детей; обеспечение эмоциональной комфортности и хорошего самочувствия; закаливание организма и совершенствование его функций; формирование умений и навыков правильного выполнения движений в различных формах организации двигательной деятельности. Большое внимание уделяется выработке правильной осанки. Необходимо учить детей осознавать ценности ЗОЖ, воспитывать потребность береж-

но относиться к своему здоровью, знакомить детей с элементарными правилами безопасного поведения.

Решая данные задачи, педагоги используют в своей работе разнообразные формы и методы. С целью сохранения и стимулирования здоровья детей во время занятий проводятся физминутки по 2–5 минут, по мере утомляемости детей, на начальном этапе утомления, так как при сильном утомлении выполнение упражнений не даёт желаемого результата. В зависимости от вида занятия могут включать в себя различные элементы (на занятиях по изо – гимнастика для глаз, корригирующие упражнения на формирование осанки и т. д.). Используются разнообразные упражнения, так как однообразие снижает интерес, следовательно, и результативность.

Огромное значение имеет психологический климат в группе, на занятиях. Если педагог создаёт ситуацию успеха, то тогда исчезает излишняя тревожность детей. Настоящий педагог старается для детей с различным типов характера создать оптимальные условия: для детей быстрых, активных придумает новое задание, если ребёнок медлительный, нерешительный– снижает темп, упрощает задачу. Лишь в таком случае ребёнок получает только положительные эмоции, ощущает комфорт, защищённость и испытывает интерес к окружающему миру.

Ежедневно на прогулке проводятся подвижные игры, которые подбираются в соответствии с возрастом детей и рекомендованы программой. Организуя подвижные игры, педагоги учитывают предшествующую деятельность детей. В дни, когда проводятся физкультурные и музыкальные занятия, планируется самостоятельная деятельность детей на прогулке.

К сожалению, в настоящее время имеется немалое количество детей с речевыми проблемами. Педагоги систематически проводят работу по развитию мелкой моторики по 3–5 минут ежедневно. С этой целью используются разнообразные игры и упражнения (шнуровка, нанизывание бус и т.д.) Для формирования тонких движений пальцев рук проводятся пальчиковые игры, сопровождаемые чтением стихов, которые создают благоприятный фон, обеспечивают хорошую тренировку пальцев, учат улавливать ритм речи. Кроме этого для тренировки тонких движений пальцев рук используются разнообразные упражнения без речевого сопровождения.

В зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, широко используется гимнастика для глаз, которые благотворно влияют на работоспособность как зрительного анализатора, так и всего организма в целом. Основным приёмом проведения офтальмологических пауз является наглядный показ действий педагога. Для поднятия интереса при выполнении упражнений используются знакомые детские стишки, потешки.

Ежедневно после дневного сна проводится закаливание. Комплекс закаливания включает дыхательную гимнастику, корригирующую гимнастику на выработку правильной осанки, ортопедическую гимнастику на профилактику плоскостопия. В комплекс закаливания включаются элементы самомассажа.

Для сближения детей, сплочения детского коллектива проводятся коммуникативные игры. Данные игры помогают создать эмоционально благоприятную обстановку в группе. В занятия по познавательному развитию педагоги включают занятия из серии «Здоровье». На данных занятиях учат детей бережному отношению к своему здоровью.

Педагоги используют в своей работе технологии музыкального воздействия. Для снятия психоэмоционального напряжения, перед сном включают детям спокойную классическую музыку. Звучание музыки перед сном даёт ребёнку возможность успокоиться, снять раздражение.

Пальчиковые игры – это тоже форма закаливания, нетрадиционная, но легко входящая в жизнь ребёнка. Известно, что истоки способностей и дарований ребёнка – на кончиках их пальцев. Поэтому пальчиковые игры трудно переоценить: они развивают ловкость и подвижность пальцев, а массаж активных точек положительно сказывается на самочувствии в целом и улучшает работу мозга.

Таким образом, педагоги используют в своей работе различные виды здоровьесберегающих педагогических технологий, которые играют важную роль в организации воспитательно–образовательной работы. Считаем, что применение в работе данных технологий повышает результативность воспитательно–образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

Конечно же, задачу сохранения здоровья детей не под силу решить одному педагогу, но если каждый из нас задастся этой целью, и будет стремиться к ней, выиграют, в конечном счёте, наши дети, наше будущее.

Список литературы

1. Здоровый дошкольник: социально-оздоровительная технология XXI века: Пособие для исследователей и практических работников/Авт.-состю. Ю.Е.Антонов и др. – М.: Аркти, 2000. – 88с.
2. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях: Учебное пособие / Под ред. В.И. Орла и С.Н.Агаджановой – Спб.: «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2006. – 171с.
3. Прищепа С.С. Физическое развитие и здоровье детей 3 – 7 лет: обзор программ дошкольного образования / С.С. Прищепа. – М.: ТЦ Сфера, 2009. – 128 с.