

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Файрузова Надежда Янсыбиновна

воспитатель

Гильмутдинова Миляуша Мугаллимовна

воспитатель

МАДОУ Д/С №15 «Родничок»

г. Бирск, Республика Башкортостан

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ВОСПИТАТЕЛЯ В ДЕТСКОМ САДУ

***Аннотация:** в статье представлен опыт работы педагогов МАДОУ Детский сад №15 «Родничок» по здоровьесбережению детей дошкольного возраста. Авторами описаны задачи, которые решают педагоги в процессе физического развития, здоровьесберегающие технологии, используемые в воспитательном процессе, взаимодействие с родителями воспитанников. Также в статье раскрываются вопросы использования средств обучения и воспитания.*

***Ключевые слова:** физическое воспитание, здоровьесберегающие технологии, сохранение и укрепление здоровья, воспитание основ здорового образа жизни, взаимодействие с родителями.*

В современных условиях возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья ребенка. Необходимо совершенствовать систему образования, активизировать детскую деятельность по здоровьесбережению, осуществлять индивидуально-дифференцированный подход в воспитании основ здорового образа жизни, обучении и развитии ребенка в условиях ДОУ и семьи. Большое внимание необходимо уделять организации и педагогической поддержке формирования полезных привычек, установок на здоровый образ жизни, понимания самоценности здоровья и способах его сохранения [1, с. 23].

Научить беречь свое здоровье, вести здоровый образ жизни – задача родителей и образовательных учреждений. В нашем детском саду эта задача решается через непосредственное обучение детей элементарным приемам здорового образа жизни (профилактическим методикам – оздоровительная, пальчиковая, дыхательная гимнастика, самомассаж и др.); привитие детям элементарных навыков гигиены (мытьё рук, использование носового платка при чихании и кашле и т.д.); через здоровьесберегающие технологии процесса обучения и развития с использованием физкультминуток и подвижных перемен; проветривания и влажной уборки помещений; ароматерапии, витаминотерапии; функциональной музыки; чередование занятий с высокой и низкой активностью; через специально организованную двигательную активность ребенка (занятия оздоровительной физкультурой, подвижные игры); в процессе массовых оздоровительных мероприятий (тематические праздники здоровья, спортивные развлечения); а также в работе с семьей, с педагогическим коллективом.

Для решения этих задач в детском саду созданы соответствующие условия: оборудован физкультурный зал, оснащённый гимнастическими скамейками, шведскими стенками, спортивными матами, массажными ковриками для профилактики плоскостопия, дугами для подлезания, мячами, обручами, кеглями, кольцебросами и т.д. Стандартное и нестандартное оборудование используется для проведения эстафет, игр, общеразвивающих упражнений, для развития основных видов движений, обогащает двигательный опыт детей.

На территории ДООУ имеется спортивная площадка, оснащённая необходимым оборудованием, где проводится организованная физкультурная деятельность, спортивные праздники и развлечения, эстафеты. В зимнее время года территория детского сада превращается в сказочную страну. Педагоги радуют ребятшек не только традиционными снежными горками, ледяными дорожками, но и сюжетными постройками, которые служат развитию физических качеств детей. Сколько веселья, радости и удовольствия доставляют детям игры в снежки, катание на лыжах и санках, спуски с ледяных горок. Для того, чтобы вдохновить

педагогов на создание снежных построек, в ДОО ежегодно организуется смотр-конкурс зимних участков.

Мы, воспитатели, в тесном взаимодействии с родителями воспитанников, с медицинским работником и специалистами детского сада планируем свою работу с учетом приоритетов сохранения и укрепления здоровья участников педагогического процесса. Основопологающей целью здоровьесберегающих образовательных технологий мы считаем обеспечение детям возможности сохранения здоровья в период пребывания в ДОО, формирование у него необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни, использованию полученных знаний в повседневной жизни [2, с. 56].

Так с детьми используются разнообразные формы работы: образовательная деятельность, беседы, чтение художественной литературы, утренняя гимнастика, подвижные, дидактические и сюжетно-ролевые игры, прогулки и закаливающие мероприятия. Систематически проводится познавательная деятельность на темы: «Я и мой организм», «Витамины – наши друзья», «В гостях у Мойдодыра» и др. Правильная организация занятий физической культурой способствует развитию жизненно необходимых физических качеств детей: ловкости, быстроты, силы, выносливости.

Особую роль в работе с детьми педагоги отводят организации и проведению спортивных праздников и развлечений «Быть здоровыми хотим», «Сильные, смелые, ловкие», «Малые олимпийские игры». Это наиболее естественный и радостный вид деятельности, позволяющий развивать у дошкольников физические качества.

Таким образом, для сохранения здоровья дошкольников в воспитательно-образовательном процессе мы реализуем принципы, формы и методы здоровьесохраняющего обучения и воспитания.

Список литературы

1. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход [Текст] / Под ред. Ахутиной Т.В. – М.: Школа здоровья – 2000. – 136 с.
2. Педагогика и психология здоровья / Под ред. Н.К. Смирнова. – М.: АП-КиПРО, 2003. – 304 с.