

Здоровьесбережение детей дошкольного возраста.

В воспитательно-образовательном процессе ДОО можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий: медико-профилактические; физкультурно-оздоровительные; технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка; здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов дошкольного образования; валеологического просвещения родителей; здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

Среди множества факторов, оказывающих влияние на рост, развитие и состояние здоровья ребёнка, двигательной активности принадлежит едва ли не основная роль. От развития естественной потребности ребенка в движении во многом зависят развитие двигательных навыков, памяти, восприятия, эмоции, мышления. Поэтому очень важно обогащать двигательный опыт ребёнка.

В связи с этим мы считаем, что проблема оздоровления детей не дело одного дня, одного человека, а систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный срок.

Главным в качественной реализации здоровьесберегающих технологий для нас является:

- Проведение мониторинга состояния работы по здоровьесбережению детей:
 - исследований состояния здоровья детей,
 - диагностика физической подготовленности дошкольников;
 - тематическая проверка состояния физкультурно-оздоровительной работы,
 - исследование среди родителей, "Какое место занимает физкультура в вашей семье".
- Анализ созданных условий в детском саду.
- Изучение современных нормативных документов, регламентирующих деятельность МДОУ по здоровьесбережению.
- Изучение и внедрение современных инноваций в области физического развития детей.
- Проектирование модели целостной системы здоровьесбережения

Работа по физическому воспитанию в дошкольном учреждении строится на основе **диагностики**, которую проводит инструктор по физической культуре. Результаты работы обсуждаются на педагогических совещаниях.

Медико-педагогический контроль над организацией физического воспитания в детском саду осуществляют заведующая МДОУ, медсестра, врач, закреплённый поликлиникой.

В ходе мониторинга проведено анкетирование среди родителей: "Какое место занимает физкультура в вашей семье" с целью выявления и распространения лучшего опыта, нахождения существующих проблем и их причин. На основе этого выработана модель стратегии и тактики работы педагогов с родителями.

Для создания целостной системы здоровьесбережения детей очень важным является **организация двигательной развивающей среды** в дошкольном учреждении. Анализ созданных условий показал, что в нашем детском саду имеются необходимые условия для повышения двигательной активности детей, а так же для их расслабления и отдыха. Оборудован физкультурный зал со спортивным комплексом, а так же пособия, изготовленные своими руками, которые повышают интерес к физической культуре. Уделяется большое внимание организации физкультурно-оздоровительной работы на свежем воздухе. На участке ДОО имеется спортивная площадка. Для обеспечения страховки, предотвращения травматизма имеются гимнастические маты. Для упражнений в ходьбе, беге, прыжках, равновесии используются различные дорожки, для «подлезания» - дуги. Во всех группах имеются пособия для профилактики плоскостопия, для подвижных игр и упражнений общеразвивающего воздействия. Воспитатели проявляют творчество и изобретательность в изготовлении пособий из бросового материала для пополнения физкультурных уголков. Мелкое физкультурное оборудование размещено так, что оно доступно для детей.

Таким образом, можно сказать, оздоровительная среда нашего МДОУ является естественной

комфортабельной обстановкой, рационально организованной и насыщенной разнообразным оборудованием и материалами.

Основная цель, которую ставит перед собой коллектив МДОУ - это сохранение и укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса с учётом индивидуальных возможностей и способностей; формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Педагогическим коллективом нашего детского сада были разработаны **принципы организации деятельности педагогов**. Это:

- принцип научности - подкрепление всех мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками;
- принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего воспитательно-образовательного процесса;
- принцип активности, сознательности - участие всего коллектива в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей;
- принцип адресованности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учёт разноуровневого развития и состояния здоровья;
- принцип результативности и гарантированности - реализация прав детей на получение помощи и поддержки, гарантия положительного результата.

В процессе нашей деятельности мы стремимся **решить следующие задачи**:

- обеспечить условия для физического и психологического благополучия участников воспитательно-образовательного процесса;
- формировать доступные представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах;
- реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей;
- формировать основы безопасности жизнедеятельности;
- оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни.

Наиболее эффективными **формами взаимодействия** являются:

- утренняя гимнастика;
- гимнастика после дневного сна .
- занятия, прогулки, походы;
- спортивные праздники и развлечения;

На повышение двигательного статуса детей оказывает большое влияние двигательный режим. Вся физкультурно-оздоровительная работа в детском саду строится с учётом структуры двигательного режима для детей младшего и среднего, старшего дошкольного возраста. Двигательному режиму отводится, таким образом, ведущая роль в воспитании здорового ребёнка.

Организованной формой в этом двигательном режиме являются **физкультурные занятия**.

Параллельно с физическим развитием идёт обучение детей основам культуры здоровья. С детьми разучиваются комплексы упражнений, направленных на профилактику плоскостопия, дыхательной системы, формируются навыки самомассажа.

Поднимающие настроение и мышечный тонус утренняя гимнастика, физкультминутки, бодрящая гимнастика после дневного сна стали естественными и необходимыми в нашем детском саду.

Нами разработана **система оздоровительной работы** по следующим направлениям:

- разнообразие видов организации режима двигательной активности ребёнка;
- система работы с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни;

В целях оздоровления организма ребёнка во всех группах проводятся различные виды закаливания. В яслях это воздушные ванны и ходьба по корригирующим дорожкам. В младшей и средней группах добавляется дыхательная гимнастика. В старших группах - массаж стопы, гимнастика на постели.

А сколько положительных эмоций, а следовательно и здоровья получают дети на спортивных праздниках и досугах.

Программа деятельности МДОУ по расширению двигательного статуса детей предусматривает **взаимодействие с социумом.**

Все эти формы взаимодействия с детьми позволяют выработать разумное отношение детей к своему организму, привить необходимые культурно-гигиенические навыки, наилучшим образом приспособить ребёнка к постоянно изменяющимся условиям окружающей среды.

Таким образом, проводимая нами физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении.

Мы считаем, что созданная в детском саду система по здоровьесбережению позволяет качественно решать цель развития физически развитой, творческой личности.

Ориентация на успех, высокая эмоциональная насыщенность занятий, постоянная опора на интерес, воспитание чувства ответственности за порученное дело - все это дает положительный эффект в нашей работе: у большинства детей наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использованию доступных средств для его укрепления, стремления к расширению двигательного опыта.

Дети показывают высокий уровень развития физических качеств, отдельных качественных сторон двигательных возможностей человека: быстроты, силы, гибкости, равновесия, выносливости и ловкости, достаточный уровень развития основных движений у детей.

Таким образом, целостная система образования, оздоровления, психолого-педагогического сопровождения, основанная на классических образцах и педагогических инновациях способствует гармоничному физическому развитию детей дошкольного учреждения.