Управление образования Администрация Юргинского района Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Пятковский детский сад «Малышок»

**Специфика внедрения**

**здоровьесберегающих технологий**

Автор-составитель: Павлова И. Л. воспитатель

2014

**Содержание**

**Вступление**

**1. Создание здоровьесберегающей среды в детском саду.**

**2*.* Организация санитарно-эпидемиологического режима и создание гигиенических условий.**

**3. Физкультурно-оздоровительная работа.**

**4. Обеспечение психологической безопасности детей во время их пребывания в детском саду.**

**5. Работа с родителями.**

**6. Результаты.**

**7. Перспектива по данной проблеме.**

**8. Вывод.**

**Визитка**

**Слайд № 1**

Уж так устроено природой

Из года в год, из века в век.

На свете каждую минуту

В мир входит новый человек.

Каким он вырастет, кем будет, кем он станет,

И кто поможет воплотить его мечты.

Пока еще никто из нас не знает,

Но верит каждый в силу доброты!

Ну что ж, пришла пора узнать вам **кто я!**

**Слайд № 2**

И где могли вы **встретиться** со мной.

А я ведь с **каждым** здесь уже давно знакома.

Из **детства** к каждому вхожу я смело в дом!

**Слайд № 3**

Я – Фея, я – Волшебница, я – Сказка!

Хозяйка мудрой и загадочной страны.

Я – Книжка, я – Затея, Театр, Маска!

Со мной вы каждый день с зари и до зари.

**Слайд № 4**

«Движение – жизнь»

Этому девизу следуют многие люди. Сегодня модно быть здоровым, активным и жизнерадостным. Наша профессия требует развития именно этих качеств, так как воспитатель ДОУ является примером для своих воспитанников, их родителей.

Ведь что происходит на нашей планете,

Где интернетом измучены дети?

Пыльные куклы на стульях сидят,

А страшные монстры в руках у ребят

ЧТО будет с детьми на этой планете,

Если играть не научатся дети?

В жмурки, скакалки, молчанки, ловишки,

Забытые всеми простые игрушки.

В салки, лапту, догонялки, мячи,

Футбол, баскетбол и городки.

Дружить, веселиться, играя в ладошки,

Забытые добрые куклы – матрешки.

Любить и расти, играть и смеяться,

Счастливое детство должно состояться!

**Слайды**

Но самое важное не позабыть –

Детей дошколят должны мы любить. **№ 5**

Растить их здоровыми, дать им наиграться, **№ 6**

Детство с детсада должно состояться!!! **№ 7**

**Слайд № 8**

**Вступление**

Здоро­вье детей — богатство нации. Коль здоровье — богатство, то его необ­ходимо укреплять, а не просто сохранять. В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья народонаселения.

О проблемах здоровья говорят все больше, а здоровых детей год от года становится все меньше. Статистика свидетельствует: физио­логически зрелыми сегодня рождаются не более 14% детей, количество здоровых дошкольников составляет 10%, то есть большин­ство сразу после рождения не готовы к физиологически полноценной жизни.

Наше ДОУ также не избежало этих проблем. Придя в прошлом году работать в детский сад, я проанализировала данные медицинского осмотра детей и увидела, что детей 1-ой группы здоровья 11%, 2-ой группы здоровья 81%, а 3-ей группы 8%. Пропуски по болезни на сентябрь 2012 года составили 18,5%

Кроме этого анкетирование родителей по основам здорового образа жизни показало, что проблема сохранения и укрепления здоровья в семьях занимает не самые ведущие позиции: для родителей важным были проблемы «накормить и одеть», а проблемы формирования культуры здоровья и ее основ не существовало вообще.

Не следует также забывать, что только в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

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

Поэтому свою работу по созданию здоровьесберегающей среды я стараюсь строить на формировании осознанного отношения ребенка к своему здоровью, которое, в свою очередь, должно стать системообразующим фактором модернизации оздоровительной деятельности современного детского сада.

Цель работы: выявление механизмов и методов внедрения здоровьесберегающих технологий, с помощью которых можно организовать физическое воспитание в ДОУ таким образом, чтобы оно обеспечивало каждому ребенку гармоничное развитие, помогало ему использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышения его уровня; приобщение детей к здоровому образу жизни.

Задачи **Слайд № 9**

Оздоровительные

Образовательные

Воспитательные

1. **Создание здоровьесберегающей среды в детском саду.**

Существует более 300 определений понятия «здоровье». Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников, увеличение количества детей с нарушениями психического и речевого развития, диктует необходимость поиска механизмов, позволяющая изменить эту ситуацию.

**Цель здоровьесберегающей технологии** - обеспечить дошкольнику **высокий уровень реального здоровья**, вооружив его необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья.

Здоровьесберегающие педагогические технологии реализуются на основе личностно-ориентированного подхода. Они должны обеспечить развитие природных способностей ребенка: его ума, нравственных и эстетических чувств, потребности в деятельности, овладении первоначальным опытом общения с людьми, природой, искусством.

Технологии бывают: **Слайд № 10**

Целью нашего дошкольного учреждения является: сохранение и укрепление здоровья воспитанников путем создания здоровьесберегающей среды в детском саду.

В дошкольном учреждении все мы стараемся создать психологические условия организации здоровьесберегающего процесса воспитания и развития детей  **Слайд № 11**

А так же создать педагогические условия здоровьесберегающего процесса воспитания и развития детей в дошкольном учреждении, основными из которых являются: организация разных видов деятельности детей в игровой форме; оснащение деятельности детей оборудованием, игрушками, играми, игровыми упражнениями и пособиями.

Вся эта работа осуществляется комплексно, в течение всего дня и с участием воспитателя.

**Слайд № 12**

Являясь участниками этого общего процесса, мы уделяем особое внимание содержанию образовательной области «Здоровье» из примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Вераксы, по которой работает наш детский сад, которая направлена на достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

- воспитание культурно-гигиенических навыков;

- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Необходимость комплексного подхода к организации здоровьесберегающего пространства в дошкольном учреждении не вызывает ни у кого сомнения. Поэтому понимая государственную значимость работы по формированию, укреплению, сохранению здоровья своих воспитанников коллектив детского сада целенаправленно работает ***над созданием благоприятного здоровьесберегающего пространства,*** ищет новые современные методы и приемы, адекватные возрасту дошкольников, использует в работе передовой опыт.

Из выше указанного вытекают основные направления создания здоровьесберегающего пространства в детском саду:

* 1. Организация санитарно-эпидемиологического режима и создание гигиенических условий жизнедеятельности детей.
  2. Физическое воспитание
  3. Обеспечение психологической безопасности детей во время их пребывания в детском саду.

**2. Организация санитарно-эпидемиологического режима и создание гигиенических условий**

***Организация санитарно-эпидемиологического режима и создание гигиенических условий*** регламентируются целой серией нормативно-правовых и инструктивных документов. Основными документами для нас являются СаНПиН и «Гигиенические требования к максимальной учебной нагрузке на занятиях с детьми дошкольного возраста».

**В своей работе по *организации санитарно-эпидемиологического режима и создание гигиенических условий в группе я также руководствуюсь требованиями СаНПиН:***

**Составлены: индивидуальный график проветривания и влажной уборки группы.**

**Для частоболеющих детей используется щадящий режим**

В приемной группы имеется «Уголок здоровья», где я помещаю не только рекомендации по укреплению здоровья детей, но и извлечения из СаНПиНа и методических рекомендаций.

**3. физкультурно-оздоровительная работа**

**В нашем ДОУ функционирует две разновозрастные группы, где в младшей группе находятся дети от 1 года до 3 лет и в старшей группе - дети от 3 до 7лет. В здоровьесберегающем пространстве нашего детского сада особое, самое важное место занимает физкультурно-оздоровительная работа и правильная организация двигательной деятельности воспитанников** с учетом возрастных психофизиологических и индивидуальных особенностей детей, времени года и режима работы детского сада. Физкультурная площадка и спортивные групповые уголки оборудованы в соответствии с требованиями СаНПиНа. Педагоги успешно используют в своей работе такие здоровьесберегающие программы «Здоровье» В.Г. Алямовской, «Здравствуй» М.Л.Лазарева.

В детском саду отработана система физкультурно-оздоровительных мероприятий в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка. Каждый день ребенка в детском саду начинается с утренней гимнастики по возможности на свежем воздухе, которая позволяет получить заряд бодрости, дает стимул к рабочей активности на занятии.

В утренний отрезок времени на детей ложится наиболее сильная нагрузка в это время проходят занятия. Занятия требуют от детей длительного напряжения, связанного с поддержанием определенной позы и значительными зрительными нагрузками. В связи с этим в учебно-воспитательный процесс мы включаем оздоровительные мероприятия:

**Слайд № 13**

Крайне важно и необходимо формировать у детей каждой возрастной группы спокойную мотивацию выработки гигиенических навыков, умений, привычек, ведущих к сохранению здоровья, обеспечению здорового образа жизни. Подобная задача может быть решена только совместными усилиями воспитателей и родителей.

. *В детском саду проводится обширный комплекс оздоровительных мероприятий:*  **Слайд № 14**

В своей работе уделяю особое внимание обучению дошкольников основным движениям и навыкам здорового образа жизни применяя на практике внедрение различных методов и приемов для создания среды здоровьесберегающего процесса группе это:

**Утренняя гимнастика.** Это заряд бодрости на весь день.

**Физкультурные занятия**

**Гимнастика бодрящая.** Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам. Проводит воспитатель.

**Динамические паузы слайд № 15**

**Подвижные и спортивные игры**  **слайд № 16**

**Гимнастика пальчиковая. Слайд № 17**

**Гимнастика для глаз Слайд № 18**

**Гимнастика дыхательная. Слайд № 19**

**Технологии музыкального воздействия. Слайд № 20**

**Воспитание культурно-гигиенических навыков**

Дополнительно использую методы оздоровления:

- умывание холодной водой после дневного сна.

- босохождение в сочетании с воздушными ваннами проводится на занятиях по физической культуре и после дневного сна.

- провожу консультации и беседы с родителями по поводу профилактики болезней, соблюдением личной гигиены, пользе дополнительных прогулок

**4. Обеспечение психологической безопасности детей во время их пребывания в детском саду**

Обеспечение психологической безопасности детей во время их пребывания в детском саду должно строиться на сотрудничестве психолога со всеми структурными подразделениями учреждения.

Но так как данный специалист отсутствует в нашем ДОУ, то работа по ***Обеспечению психологической безопасности детей во время их пребывания в детском саду*** частично ложится на плечи педагогов и выражается в создании психологического комфорта для воспитанников их эмоционального состояния.

Сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребенку.

В создании психологического комфорта для воспитанников своей группы и их эмоционального состояния я постоянно поддерживаю позитивный эмоциональный настрой через:

Улыбку. Здоровье детей станет крепче и от улыбки взрослого, потому что в улыбающемся человеке дети видят друга, а процесс обучения проходит плодотворней. А ещё у детей появляется ответная улыбка, которая поднимает настроение.

**Театрализованную деятельность**, которая способствует развитию эмоциональной сферы, мелкой моторики, развитию речи, координации движений. Для этого в группе оформлен театрализованный уголок с разными видами театров, набором пальчиковых гимнастик.

**Минуты шалости** - Игры для поднятия настроения, развития двигательных навыков, координации

Эмоциональное развитие дошкольника является одним из важнейших условий его воспитания.

Очень полезно использовать в минутах шалости коммуникативные танцы и игры **Слайд № 21**

Эти занятия способствуют улучшению психологического самочувствия детей, поэтому я стараюсь неукоснительно выполнять главную заповедь дошкольного воспитания – «не навреди».

**5. Работа с родителями.**

Главными воспитателями ребенка являются родители. От того, как правильно организован режим дня ребенка, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка, зависит его настроение, состояние физического комфорта.

Поэтому ***начиная свою работу по формированию у детей основ культуры здоровья, я провела беседу с родителями, что позволило выяснить отношение их к оздоравливающим мероприятиям и составить план оздоровительной работы, учитывая запросы родителей.***

Для себя я определила следующие задачи работы с родителями:

- Повышение педагогической культуры родителей, позитивного отношения к здоровому образу жизни.

- Установка на совместную работу с целью решения здоровьесберегающих задач.

- Привлечение родителей в воспитательно-образовательный процесс.

Для этого использовала следующие формы и методы работы с родителями:

проведение родительского собрания на тему «Чтобы ребенок рос здоровым», анкетирование «Как мы укрепляем здоровье в своей семье», консультации «Здоровье в порядке – спасибо зарядке», «Пальчиковая гимнастика», педагогические беседы (индивидуальные и групповые), совместные мероприятия «День здоровья», посещение семьи, наблюдение за ребенком,

беседы с ребенком

**6. Результаты:**

В ходе работы по данным медосмотра, проведенного в 2013 детей 1-ой группы здоровья 11%, 2-ой группы здоровья 81%, а 3-ей группы 8%. Пропуски по болезни на сентябрь 2013 года составили 10,5 %

Родители стали:

- уделять больше внимания здоровью детей,

- интересоваться жизнью детей в группе,

- проявлять интерес к совместным мероприятиям, предлагать свою помощь в их проведении.

А также у родителей появилось позитивное отношение к здоровому образу жизни

**7. Перспектива работы по данной проблеме**

Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний, за счет реализации индивидуального подхода к каждому воспитаннику и системы оздоравливающих мероприятий.

Совершенствование системы физического воспитания на основе внедрения новых методик и технологий.

Создание программы мониторинга и систематическое отслеживание уровня психологического и физического здоровья детей, педагогов.

**8. Вывод**

Таким образом, каждая из применяемых нами в ДОУ технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребёнка привычку к здоровому образу жизни. Поэтому дальнейший поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников должен предусматривать повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания. Важное место в решении этих социально значимых задач занимает детский сад, который может выступить в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни, воспитания культуры семьи, формирования у родителей знаний, умений и навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья как детей, так и взрослых. Лишь при условии совместной целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей, характеризующих здоровье детей и их ориентацию на здоровый образ жизни.

**Слайд № 22**

Говорят, что героиня-мать,

Если у неё детишек пять.

Говорят медалью награждают,

Если семь детишек воспитает.

Как же воспитателя назвать,

Если у неё пять раз по пять?

Куча славных, шумных ребятишек,

Озорных девчонок и мальчишек.

Как же воспитателя назвать?

Семь по трижды

Героиня-мать!

**Слайд № 23**

**Список использованной и рекомендуемой литературы**

1. Богина Т.И. Современные методы оздоровления дошкольников. — М.: Издательство МИПКРО, 2001.
2. Алямовская В.Г. Программа «Как воспитать здорового ребенка».
3. Брагина Т.Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. — М.: Мозаика-Синтез, 2005.
4. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ — М.: Сфе­ра, 2007.
5. Голицына Н.С., Щумова И.М. Воспитание основ здорового образа жиз­ни у малышей. — М.: Скрипторий 2003, 2007.

Доскин В.А. Растем здоровыми: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры. — М.: Просвещение, 2002.

1. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка. — М: АРКТИ, 2000.
2. Пензулаева Л.И. Растем здоровыми и крепкими: Книга для родителей и детей 5-6 лет. — М.: Дрофа, 2000.

8. Федорцева М. Б., Шелкунова Т. В. Здоровьесберегающая деятельность педагога дошкольного образовательного учреждения – МОУ ДПО ИПК Новокузнецк 2009