**Опыт работы по использованию здоровьесберегающих технологий в работе воспитателя ДОУ.**

*Пархоменко Надежда Ювинальевна, воспитатель*

**Содержание**

Введение

Факторы здоровьесберегающей педагогической среды в дошкольном образовании.

Сущность здоровьесберегающих технологий: понятия, критерии, технологии.

Использование здоровьесберегающих технологий в ДОУ, их классификация, методические рекомендации к работе.

Основные подходы к организации здоровьесберегающей среды в ДОУ

Заключение.

**Введение**

Здоровье является важнейшим интегральным показателем, отражающем биологические характеристики ребенка, социально -экономическое состояние страны, условия воспитания и образования детей, их жизнь в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете - отношение государства к проблемам материнства и детства. Хорошее здоровье - один из главных источников счастья, радости человека, неоценимое его богатство, которое медленно и с трудом накапливается, но которое можно быстро и легко растерять.

Во все времена проблема охраны жизни и укрепления здоровья детей была и остается приоритетной в деятельности дошкольного учреждения. Ведь дошкольный возраст - это уникальный возраст для развития личности. В отличие от всех последующих возрастных этапов именно в этот период формируются представления ребенка об окружающем мире, происходит его интенсивное физическое и психическое развитие.

Повышенного внимания требует укрепление нервной системы, охрана зрения, слуха, голоса, формирование правильной осанки у наших дошкольников. Поэтому необходим поиск новых методов и подходов к оздоровлению, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий.

Существует много способов сохранения и укрепления здоровья детей. Однако сегодня уже ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что формирование здоровья - не только и не столько задача медицинских работников, сколько психолого-педагогическая проблема. Поэтому я считаю, что только общими усилиями педагогов, специалистов и семьи при комплексном использовании здоровьесберегающих технологий можно воспитать физически здоровых, крепких детей. В данном направлении стремится работать наш коллектив.

**Факторы здоровьесберегающей педагогической среды в дошкольном образовании.**

По данной теме, была изучена литература по физическому воспитанию дошкольников: задачи, средства, пути решения проблемы укрепления, развития и сохранения здоровья детей дошкольного возраста.

Было выяснено, какое место занимают задачи здоровьесбрегающих технологий в физическом воспитании дошкольников.

Так, известный теоретик Ю.К. Бабанский выделил задачи физического воспитания:

Укрепление здоровья и закаливание, содействие правильному физическому развитию и повышению работоспособности.

Формирование двигательных умений и навыков.

Развитие основных двигательных качеств.

Привитие гигиенических навыков, сообщение знаний по гигиене.

Воспитание воли, смелости, дисциплины.

Формирование привычки и интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями. Привитие организаторских навыков.

А.В. Кенеман, Г.В. Хухлаева сформулировали три группы задач:

Оздоровительные - развитие и укрепление костной, мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем, внутренних органов: развитие движений, а также закаливание организма ребенка.

Образовательные - формирование навыков выполнения основных движений; привитие навыков правильной осанки, навыков гигиены, освоение знаний о своем организме, о здоровье; формирование представлений о режиме, об активности и отдыхе.

Воспитательные задачи - формирование нравственно-физических навыков; выработать у детей потребность, привычку к ежедневным занятиям физическими упражнениями как потребность в физическом совершенстве; воспитание культурно-гигиенических качеств.

В этих же работах выделяются средства физического воспитания как средства оздоровления ребенка*.* В качестве средств физического воспитания авторы рассматривают:

оздоровительные силы природы,

полноценное питание,

рациональный режим жизни,

физическую активность самих детей и даже художественные средства - литературу, фольклор, кинофильмы и мультфильмы, произведения музыкального и изобразительного искусства и т.п.

Рассматривая проблему здоровьесберегающей системы в современном дошкольном образовании, надо выделить, что здоровьесберегающая система в условиях дошкольного учреждения -одно из условий обеспечения качества дошкольного образования. Основные идеи здоровьесберегающей системы реализуются в базисной программе воспитания и обучения детей в дошкольном учреждении, вариативных программах и методиках отечественных авторов.

Анализ содержания литературы позволяет сделать выводы о том, что, несмотря на различия в концепциях, подходах, методах и средствах решения проблемы оздоровления дошкольников, в содержании каждого материала авторами, проблема сохранения здоровья детей признается приоритетной и ей уделяется первостепенное значение. Программы предлагают быть активными в работе не только педагогов, но и самих детей, родителей.

Таким образом, можно выделить общие задачи сохранения здоровья детей:

осознание негативных проблем, воздействующих на здоровье детей в условиях дошкольного учреждения и необходимости их решения;

признание педагогами своей ответственности за неблагополучие состояния здоровья воспитанников;

овладение определенными здоровьесберегающими технологиями и их реализация на практике в тесном взаимодействии всех специалистов дошкольного учреждения с родителями;

повышение экологической культуры.

**Сущность здоровьесберегающих технологий: понятия, критерии, технологии.**

Здоровье — состояние физического, психического и социального благополучия человека.

Здоровьесберегающий педагогический процесс ДОУ — в широком смысле слова — процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьеобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка. Здоровьесбережение и здоровьеобогащение — важнейшие условия организации педагогического процесса в ДУ.

В более узком смысле слова — это специально организованное, развивающееся во времени и в рамках определенной образовательной системы взаимодействие детей и педагогов, направленное на достижение целей здоровьесбережения и здоровьеобогащения в ходе образования, воспитания и обучения.

Технология — это инструмент профессиональной деятельности педагога, соответственно характеризующаяся качественным прилагательным — педагогическая.

Педагогическую технологию отличают:

конкретность и четкость цели и задач;

наличие этапов;

первичной диагностики;

отбора содержания, форм, способов и приемов его реализации;

использования совокупности средств в определенной логике с организацией промежуточной диагностики для достижения  
обозначенной цели;

итоговой диагностики достижения цели, критериальной оценки результатов.

Важнейшей характеристикой педагогической технологии является ее воспроизводимость.

Любая педагогическая технология должна быть здоровьесберегающей.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании — технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования — задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку — обеспечение высокого уровня реального здоровья дошкольника и воспитание валеологической культуры, как

совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью человека,

знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Применительно к взрослым — содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и просвещению родителей.

Медико-профилактические технологии в дошкольном образовании — технологии, обеспечивающие хранение и приумножение здоровья под руководством медицинского персонала ДУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании — технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры на тренажерах, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду -это, прежде всего технологии воспитания культуры здоровья дошкольников, комфортное пребывание ребёнка в детском саду, которое не вызывало бы повышения тревожности.

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка - технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка-дошкольника.

Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования — технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.

Технологии просвещения родителей — задача данных технологий — обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОУ, технологии личностного взаимоотношения.

**Использование здоровьесберегающих технологий в ДОУ, их классификация, методические рекомендации к работе.**

Концепция модернизации российского образования предусматривает создание условий для повышения качества общего образования и в этих целях, наряду с другими мероприятиями, предполагает создание в образовательных учреждениях условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников. Согласно современным представлениям целью образования является всестороннее развитие ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья.

Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий зависит от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий дошкольного образовательного учреждения (ДОУ), профессиональной компетентности педагогов, а также показаний заболеваемости детей

Таблица 1

Современные здоровьесберегающие технологии

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Виды здоровьесбере-  гающих педагоги ческих технологий | | Время проведения в режиме дня | | Особенности методики проведения | | Ответственный | | |
| 1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья | | | | | | | | |
| Динамические паузы | | Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей | | Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия | | Воспитатели | | |
| Подвижные и спортивные игры | | Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате -малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп | | Игры подбираются е соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр | | Воспитатели, руководитель физического воспитания | | |
| Релаксация | | В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп | | Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы | | Воспитатели,  руководитель  физического  воспитания,  психолог | | |
| Технологии  эстетической  направленности | | Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др. Для всех возрастных групп | | Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса | | Все педагоги ДОУ | | |
| Гимнастика пальчиковая | | С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно | | Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время) | | Воспитатели, логопед | | |
| Гимнастика для глаз | | Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста | | Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога | | Все педагоги | | |
| Гимнастика дыхательная | | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | | Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры | | Все педагоги | | |
| Гимнастика бодрящая | | Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. | | Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ | | Воспитатели | | |
| Гимнастика корригирующая | | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | | Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей | | Воспитатели, руководитель физического воспитания | | |
| Гимнастика ортопедическая | | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | | Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы | | Воспитатели, руководитель физического воспитания | | |
| 2. Технологии обучения здоровому образу жизни | | | | | | |  |
| Физкультурное занятие | 2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Ранний возраст - в групповой комнате, 10  мин. Младший возраст-15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший возраст - 25-30 мин. | | Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение | | Воспитатели, руководитель физического воспитания | | |
| Проблемно-игровые  (игротреннинги и игротерапия) | В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом | | Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности | | Воспитатели, психолог | | |
| Коммуникатив­ные игры | 1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста | | Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и | | Воспитатели, психолог | | |
| Занятия ОБЖ | 1 раз в неделю по 30 мин. со ст. возраста | | Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития | | Воспитатели,  руководитель  физического  воспитания | | |
| Самомассаж | В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы | | Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму | | Воспитатели,  медсестра,  руководитель  физического  воспитания | | |
| Точечный самомассаж | Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего возраста | | Проводится строго по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов. Используется наглядный материал | | Воспитатели, ст.  медсестра,  руководитель  физического  воспитания | | |
| Биологическая обратная связь (БОС) | От 10 до 15 сеансов работы с компьютером по 5-10 мин. в специальном помещении. Рекомендуется со старшего возраста | | Необходимы соблюдение правил работы за компьютером. Рекомендуется специальная методика для дошкольников | | Педагог-валеолог, специально обученный педагог | | |
| 3. Коррекционные технологии | | | | | | | |
| Технологии  музыкального  воздействия | В различных формах  физкультурно-  оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей | | Используются в качестве  вспомогательного средства как  часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр. | | Все педагоги | | |
| Технологии  воздействия  цветом | Как специальное  занятие 2-4 раза в месяц  в зависимости от поставленных задач | | Необходимо уделять особое  внимание цветовой гамме  интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка | | Воспитатели,  психолог | | |
| Технологии  коррекции  поведения | Сеансами по 10-12  занятий по 25-30 мин.  со старшего возраста | | Проводятся по специальным  методикам в малых группах по  6-8 человек. Группы составляются не по одному признаку - дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический инструментарий и протоколы занятий | | Воспитатели,  психолог | | |
| Психогимнастика | 1-2 раза в неделю со  старшего возраста по  25-30 мин. | | Занятия проводятся по  специальным методикам | | Воспитатели,  психолог | | |
| Фонетическая  ритмика | 2 раза в неделю с  младшего возраста не  раньше чем через 30  мин. после приема  пищи. В физкультурном  или музыкальном залах. Мл. возраст-15 мин., старший возраст-30 мин | | Занятия рекомендованы детям  с проблемами слуха либо в  профилактических целях. Цель  занятий - фонетическая  грамотная речь без движений | | Воспитатели,  руководитель  физического  воспитания,  логопед | | |

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, если будут созданы условия для возможности корректировки технологий, в зависимости от конкретных условий и специализации ДОУ; если, опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; будут сформированы положительные мотивации у педагогов ДОУ и родителей детей.

Главными факторами здоровьесбережения детей в образовательном процессе:

это комфортное пребывание ребёнка в ДОУ, которое не вызывает повышенной тревожности,

это личностное в системе взаимоотношения воспитатель-ребёнок,

это экологическая грамотность и здоровый образ жизни родителей, а также все выше перечисленные здоровьесберегающие технологии.

Основные подходы к организации здоровьесберегающей среды в ДОУ.

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);

учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся.

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.

Существует более 300 определений здоровья. В Уставе Всемирной организации здравоохранения: здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Большинство педагогов придерживаются определения здоровья, часто имея в виду его физическую составляющую, забывая о социально-психологической и духовно-нравственной. Важно переломить эту тенденцию и руководствоваться определением здоровья как многогранного понятия, включающего физический, социально-психологический и духовно-нравственный аспект.

Основными направлениями по реализации комплексного использования здоровьесберегающих технологий для сохранения здоровья детей являются:

медицинское направление;

педагогическое направление;

социально-психологическое направление;

физкультурно-оздоровительное направление.

Схема 1

Основные направления **по реализации комплексного использования здоровьесберегающих технологий для сохранения здоровья детей**

В нашем ДОУ внедряются медико-профилактические технологии.

К ним они относятся следующие технологии:

организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;

организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания;

организация профилактических мероприятий в детском саду;

организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНа;

организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

Педагогическое направление включает комплексную, системную работу всех участников образовательного процесса дошкольного учреждения. Она позволяет обеспечить результативность и эффективность труда всего педагогического коллектива в удовлетворении естественной биологической потребности ребенка в движении, в положительных эмоциях, в желании играть и с удовольствием ходить в детский сад.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий:

становление осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека;

накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать, поддерживать и сохранять его;

обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения;

задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Работу с детьми провожу с учетом личностных особенностей ребенка, индивидуальной логики его развития, детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения. Построение педагогического процесса с ориентацией на личность ребенка закономерным образом содействует его благополучному существованию, а значит и здоровью.

Считаю, что первоначальными условиями для работы по профилактике здоровья детей в детском саду выступают обеспечение здорового ритма жизни и физические упражнения. С данной целью в группе создана предметно – развивающая среда, которая обеспечивает не только разные виды активности дошкольников, но и лежит в основе их самостоятельной деятельности.

В работе с детьми применяю следующие здоровьесберегающие мероприятия:

* утреннюю гимнастику;
* прогулки с включением подвижных игр;
* оздоровительную гимнастику после дневного сна;
* ходьбу по массажным коврикам (босохождение);
* закаливание;
* физкультминутки и паузы (на малоподвижных занятиях);
* оздоровительные досуги или развлечения.

Каждое утро мы с ребятами начинаем с весёлой гимнастики, которая включает в себя: приветствие друг друга, где движения сочетаются с произносимым текстом, гимнастические упражнения, подвижную игру. Цель утренней разминки – создание эмоционально-благоприятной, дружелюбной, комфортной обстановки в детском коллективе.

Во время прогулок стараюсь использовать различные подвижные игры: игры с ходьбой и бегом: «Ловишки», «Лохматый пес», «Горелки», «Кракатам»; игры с прыжками: «Бездомный заяц», «Волк во рву», «Удочка»; игры с метанием: «Попади в цель», «Сбей кеглю», «Охотники и утки»; игры с лазанием: «Колдунчики», «Тай-тай-выручай» и очень много других игр.

После прогулок мы с ребятами располагаемся на ковре, проводим небольшие упражнения на релаксацию, снятие мышечного напряжения и возбуждения.

По окончании дневного сна провожу упражнения, направленные на медленное восстановление тонуса организма. Дети выполняют упражнения, лёжа в кроватках, плавно, без рывков и резких движений. Использую структурные дорожки для профилактики плоскостопия, ступая по которым стопа ребёнка получает специальную разминку для мышц, поддерживающих её в правильном положении, одновременно происходит массаж акопунктурных точек нижней части стопы.

Закаливающие процедуры являются немаловажной частью в комплексе мероприятий по здоровьесбережению, проводимых мною с детьми. Для поддержания микроклимата в нашей группе постоянно проводится кратковременное проветривание групповой комнаты перед занятиями, спальной комнаты до наступления «тихого часа» и сквозное проветривание помещений в отсутствие детей.

Предлагаю детям обширное умывание, которое предполагает ополаскивание лица, шеи, рук до плеч водой комнатной температуры. Частью обширного умывания является сезонное летнее мытьё ног после прогулок. В зависимости от адаптации детей к данному виду закаливания, температура воды постепенно снижается, что повышает сопротивляемость организма.

Много положительных эмоций, следовательно, здоровья, получают дети на оздоровительных досугах и развлечениях. Традиционно в нашем учреждении проходят «Весёлые старты», «Дни здоровья», игровые и спортивно – познавательные программы, театрализованные представления. В ходе данных мероприятий дети показывают уровень своего физического развития и получают эмоциональный заряд от своих достижений. Им нравится, когда в развлечениях и досугах активное участие принимают мамы и папы.

Ни для кого не секрет, что семья и детский сад – две основные социальные структуры, которые определяют уровень здоровья ребёнка. Ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценный результат, если она не решается совместно с семьёй.

Для повышения родительской компетентности провожу беседы о профилактике здорового образа жизни дошкольников. В информационном уголке располагаю статьи о формировании гигиенических знаний, рекомендации по безопасности жизнедеятельности, воспитание ответственности за своё здоровье и здоровье окружающих, советы по правильному питанию, о пользе водных процедур и необходимости посещения бассейна. В данном направлении создала буклеты для родителей с советами правильного поведения во время прогулок в лес, во время купания.

Использую различные формы распространения информации, большое внимание уделяю родительским собраниям и индивидуальным консультациям в вечернее время. Данными действиями добиваюсь активной помощи родителей в соблюдении режима дня, ограничения употребления вредных пищевых продуктов и охраны жизни ребёнка в условиях нахождения вне стен детского сада.

Большую роль отвожу родителям в участии и организации активного отдыха. Оказывая помощь педагогу в составе сопровождающих лиц, они выезжают на экскурсию в тундру. Родители помогают организовывать спортивные развлечения для детей: «Мама, папа, я – спортивная семья», «Сильные, ловкие, умелые». Совместное участие в мероприятиях укрепляет отношения детей и родителей, сплачивает взрослых, соединяя в команду людей неравнодушных к воспитанию здорового, любознательного, активного ребёнка.

Для эффективности работы по оздоравливанию детей использую и постоянно пополняю имеющийся в группе методический материал, где собраны упражнения по постановке речевого дыхания, пальчиковые гимнастики, гимнастики для глаз, физминутки, динамические паузы и подвижные игры, удовлетворяющие детей в двигательной активности.

Основы здоровья человека закладываются в детстве. Они базируются на физическом и психическом здоровье родителей и их знания психологии, педагогики и гигиены. Знаменательный вклад в это дело может и должна вносить система образования и воспитания.

Во-первых, через привитие жизненно необходимых умений и навыков, физическое развитие детей.

Во-вторых, через создание в дошкольных учреждениях благоприятных условий для здоровья и безопасной деятельности.

Поэтому одной из основных задач дошкольного учреждения является поиск и апробация новых форм физкультурно-оздоровительной работы, которые можно было бы использовать не только в образовательном процессе дошкольного учреждения, но и в домашних условиях, а также не требующих дополнительных материальных затрат, что очень важно, на объекты физкультурно-оздоровительного назначения, спортивный инвентарь и оборудование. Данные формы в работе должны являться действенным средством пропаганды здорового образа жизни.

Воспитательные функции семьи и дошкольного учреждения различны, но для того, чтобы ребенок рос всесторонне развитым и здоровым, необходимо их взаимодействие.

Как подтверждает практика, ни одна, даже самая лучшая оздоровительная программа не сможет дать положительных результатов, если ее задачи не решаются семьей, если в дошкольном учреждении не создано сообщество «дети - родители - педагоги».

Не будет преувеличением, если сказать, что семья и дошкольное учреждение - это социальные структуры, которые в основном и определяют уровень здоровья ребенка.

В результате такого взаимодействия определяются новые пути  
интеграции образовательного учреждения и семьи, вырабатываются  
общие стратегии действий по вопросам развития личности ребенка,  
формируется общее образовательное пространство. В совокупности это  
позволяет педагогам и родителям обмениваться информацией,  
воспитательным опытом, совершенствоваться, осваивать

гуманистические и демократические принципы жизнедеятельности, выражающиеся в той или иной воспитательной позиции родителей, совершенствующих свою педагогическую культуру.

Основная задача технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка — обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника. Реализацией данных технологий занимается воспитатель дошкольного образования в текущем педагогическом процессе ДОУ.

В группах раннего возраста широко используются мягко-набивные напольные шнуровки: жук, божья коровка, осьминог, которые развивают у детей мелкую моторику рук, внимание, речь, способствуют сенсорному и познавательному развитию ребенка.

Совместно с воспитателем ДОУ для занятий по физической культуре были изготовлены нетрадиционными методами разнообразное спортивное оборудование (канат из пробок, канат из киндерсюрпризов, канат из каштанов, кегли из пластмассовых бутылок, массажёры из пластмассовых пробок, деревянные брусочки для ходьбы и мн.другое).

Представления об основах здорового образа жизни формируем у детей через проведение интегрированных физкультурно-познавательных игровых занятий.

Физкультурно-оздоровительное направление включает в себе двигательно-образовательную деятельность, активный отдых.

Реализация физкультурно-оздоровительных технологий осуществляется в условиях специально организованных форм оздоровительной работы.

Отдельные приемы этих технологий широко используются в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимные моменты и в свободной деятельности детей, в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребенком и др.

Заключение.

Итогом комплексного подхода к укреплению здоровья детей и их физическому развитию, применению здоровьесберегающих технологий является положительная динамика состояния здоровья детей.

Функционирование нашего дошкольного учреждения прослеживается тенденция к снижению заболеваемости. Это очевидно по следующим показателям:

количеству дней, пропущенных одним ребенком по болезни;

по инфекционным заболеваниям;

по количеству часто и длительно болеющих детей.

Анализ состояния здоровья детей показал, что скоординированная работа медицинских работников, педагогов и родителей способствует уменьшению числа случаев заболеваемости детей.

Следует отметить, что анализ анкетирования родителей указал: родители довольны проводимой работой в ДУ по здоровьсбережению детей. Родителей устраивает работа педагогов и родителей считают, что воспитатели учитывают индивидуальные особенности детей.

Дошкольное учреждение будет продолжать работу по комплексному использованию здоровьесберегающих технологий для сохранения и укрепления здоровья.

Таким образом, модель оздоровления детей, является эффективным и результативным способом сохранения и укрепления здоровья дошкольников.

Педагогический коллектив стремится превратить наш детский сад в дом для детей с определёнными обычаями, определённым уровнем культуры. Дом, в котором и детям и взрослым уютно и комфортно, в котором ребёнка ждут и любят. Дом, где основной стиль взаимоотношений - сотрудничество и сотворчество. Родители в этом доме являются равноправными членами общей семьи и участвуют в его жизни.

Литература

1. Алямовская В. Г. «Как воспитать здорового ребенка» М, 1993 г.
2. Алямовская В. Г. «Профилактика психоэмоционального напряжения детей средствами физического воспитания»
3. Антонов Ю. Е. «Здоровый дошкольник. Оздоровительные технологии

21 века», «Аркти» М. , 2001 г.

1. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. -М.: Просвещение, 1981.
2. Глазырина Л. Д. «Физическая культура дошкольникам» «Владос» М.,2001 г.
3. Доскин В.А., Голубева Л.Г. Как сохранить и укрепить здоровье ребёнка. Москва «Просвещение» 2006.
4. Кудрявцев В. Т. , Нестерюк Т. В. , «Развитие двигательной активности и оздоровительная работа с детьми 4-7 лет», М. ,1997 г.
5. Кенеман А.В., Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М., " Просвещение" 1972.
6. Лобынько Л.В.. Обеспечение здоровьесберегающего процесса воспитания и обучения детей дошкольного возраста: пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошкольного образования. - Мн.: Зорныверасень, 2006.
7. Материалы Всероссийского совещания «Пути оптимизации здоровья и физического развития детей в ДОУ» М. , 2001 г.
8. Манахеева М. Д. «Воспитание здорового ребенка», «Аркти», М. , 2000 г.
9. Осокина Т.И. Физическая культура в детском саду. - М.: Просвещение,  
   1986.С 3-7.
10. Полтавцева Н.В., Гордова Н.А. Физическая культура в дошкольном детстве. Москва «Просвещение» 2005.
11. Праздников В. П. «Закаливание детей дошкольного возраста» «Медицина» 1988 г.
12. Шишкина В.А. В детский сад - за здоровьем: пособие для педагогов,  
    обеспечивающих получение дошкольного образования. - Мн.: Зорны  
    верасень, 2006.
13. Шишкина В.А. Журнал мониторинга здоровья, физического и двигательного  
    развития детей. Мозырь: ООО ИД «Белый Ветер», 2005.