**Цейлер Е.А., заведующий**

**МБДОУ детский сад № 44 «Золушка»**

**Социальные и психолого-педагогические аспекты здоровьесберегающей деятельности субъектов образовательного процесса в ДОУ**

Инновационные процессы на современном этапе развития общества затрагивают в первую очередь систему дошкольного образования, как начальную ступень формирования личности.

Проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения в последние годы приобретает все большую актуальность. По данным Министерства здравоохранения всего 13% детей 6-7-летнего возраста могут считаться здоровыми, и одна из существующих причин сложившейся ситуации – отсутствие у детей ценностного отношения к собственному здоровью.

В дошкольный период у ребенка закладываются основные навыки по формированию здоровья, это самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. Кроме этого, именно в этом возрасте отмечается более тесная связь ребенка с семьей и воспитателем, чем в школьный период, что помогает наиболее эффективно воздействовать не только на ребенка, но и на членов его семьи.

В системе дошкольного образования широко применяются технологии развивающего и проблемного обучения, игровые, компьютерные, альтернативные технологии. Наряду с перечисленными, все чаще звучит термин «здоровьесберегащие технологии». Что же такое «здоровьесберегащие технологии»?

По мнению В.Д. Сонькина, здоровьесберегающие технологии **–** условия обучения ребенка (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания); рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);   соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

В.А.Деркунская предлагает **классификацию здоровьесберегающих технологий. Она выделяет основные задачи и средства здоровьесбережения:**

* медико-профилактические (организация мониторинга здоровья дошкольников; разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания, физического развития и закаливания дошкольников; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды в ДОУ);
* физкультурно-оздоровительные (развитие физических качеств и становление физической культуры дошкольников; дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж; профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки; воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье);
* обеспечения социально-психологического благополучия ребенка (психологическое или психолого-педагогическое сопровождение развития ребенка);
* здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования (развитие культуры здоровья педагогов, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни);
* валеологического просвещения родителей (папки-передвижки, беседы, личный пример педагога, нетрадиционные формы работы с родителями, практические показы (практикумы) и др.).

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий – обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить ис­пользовать полученные знания в повседневной жизни. Основной показатель, отличающий все здоровьесберегающие образовательные технологии — регулярная экспресс-диагностика состояния детей и отслеживание основных параметров развития организма в динамике (начало — конец учебного года), что позволяет сделать соответствующие выводы о состоянии их здоровья.

Одним из аспектов укрепления здоровья участников педагогического процесса ДОУ выступает создание здоровьесберегающей среды. Л. Волошина определяет ее как комплекс социально-гигиенических, психолого-педагогических, морально-этических, экологических, физкультурно-оздоровительных, образовательных системных мер обеспечивающих ребенку психическое и физическое благополучие, комфортную моральную и бытовую среду в семье и ДОУ. В основу разработки концептуальных направлений здоровьесберегающей среды заложены следующие задачи:

* формирование здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для конкретного дошкольного учреждения средств физического воспитания, оптимизация двигательной деятельности на свежем воздухе;
* использование в образовательной деятельности ДОУ духовно-нравственного и культурного потенциала города, микрорайона, ближайшего окружения, воспитание детей на традициях русской культуры;
* конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении их здоровья, развитии творческого потенциала;
* обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни.

В качестве средств, позволяющих решить данные задачи, может выступать:

* + непосредственное обучение детей элементарным приемам здорового образа жизни (оздоровительная, пальцевая, корригирующая, дыхательная гимнастика, самомассаж) и простейшим навыкам оказания первой медицинской помощи при порезах, ссадинах, ожогах, укусах; а также привитие детям элементарных культурно-гигиенических навыков;
  + реабилитационные мероприятия (фитотерапия, витаминотерапия, ароматерапия, ингаляция, функциональная музыка, лечебная физкультура, массаж, психогимнастика, тренинги);
  + специально организованная двигательная активность ребенка (физкультминутки, занятия оздоровительной физкультурой, подвижные игры, спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии).

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберсгающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения для детей дошкольного возраста.

Для создания целостной системы здоровьесбережения детей очень важным является организация предметно-развивающей среды в ДОУ. Анализ созданных условий показал, что в нашем учреждении созданы благоприятные условия для повышения двигательной активности детей, проведения физкультурно-оздоровительных и профилактических мероприятий.

В ДОУ оборудован физкультурный зал, имеется спортивный комплекс, различные тренажеры, а также пособия, изготовленные инструктором по физической культуре, которые повышают интерес детей к физкультуре и спорту, развивают жизненно-важные качества, увеличивают эффективность занятий.

Педагогами нашего учреждения уделяется большое внимание организации физкультурно-оздоровительной работы на свежем воздухе. На участке ДОУ имеется спортивная площадка, оборудованная беговой дорожкой, полосой препятствий, ямой с песком для прыжков, а также оформлено разнообразное спортивно-игровое оборудование.

Для совершенствования навыков, полученных на физкультурных занятиях, в группах созданы физкультурные уголки, которые учитывают возрастные особенности детей, их интересы. Для упражнений в ходьбе, беге, прыжках, развития равновесия используются различные дорожки, косички, змейки; для подлезания – дуги, а в младших группах изготовлены составные цветные модули «Гусеница», «Туннель». Во всех группах имеются пособия для профилактики плоскостопия, для организации подвижных игр и упражнений общеразвивающего воздействия. Воспитатели проявляют творчество и изобретательность в изготовлении пособий из бросового материала для пополнения физкультурных уголков. Все физкультурное оборудование доступно для детей.

Реализация оздоровительной деятельности ДОУ - это четкая интеграция профилактического и организационного направления, педагогического и физически - формирующего воздействия на ребенка специфическими и неспецифическими средствами, целостной организацией педагогического процесса.

С целью повышения иммунитета два раза в год все воспитанники получают, витамины «Ревит», витаминизированный компот. Для профилактики инфекционных заболеваний гриппа, ОРВИ используются в пищу лук, чеснок, лимоны, проводятся смазывания носа оксолиновой мазью, употребление фитонцидов (чесночные бусы).

С целью содействия развивающему образу жизни ребенка в детском саду в образовательный процесс включены занятия с психологом во всех возрастных группах. Занятия проводятся 1 раз в неделю по подгруппам.

Работа по физическому воспитанию строится на основе диагностики, которую проводит инструктор по физической культуре. Вся физкультурно-оздоровительная работа в детском саду строится с учётом структуры усовершенствованного двигательного режима для детей младшего, среднего, старшего дошкольного возраста. Используется принцип чередования активной деятельности с упражнениями на дыхание, релаксацией.

Поднимающие настроение и мышечный тонус утренняя гимнастика, аэробика, физкультминутки, бодрящая гимнастика после дневного сна в сочетании с закаливающими процедурами, спортивные праздники и досуги, «Недели здоровья» стали естественными и необходимыми в нашем детском саду. Особенно детям нравится, когда в праздниках активное участие принимают мамы и папы. Такие праздники носят название "Семейные старты", "Папа, мама, я - спортивная семья".

Только при условии положительных результатов всей физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками, родители начнут доверять рекомендациям воспитателей и охотно пойдут с ними на контакт.

В совместной работе детского сада и семьи мы широко используем консультации для родителей, родительские собрания, беседы, тематические выставки, конкурсы (поделок из бросового материала), анкетирование. Наиболее эффективными признаны педагогические тренинги, практикумы, диспуты, встречи со специалистами, где родители учатся ближе видеть сложный многогранный процесс воспитания ребёнка, осваивают практические навыки.

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

Таким образом, целостная система образования, оздоровления,

психолого-педагогического сопровождения, основанная на классических

образцах и педагогических инновациях способствует гармоничному развитию детей.