**Формирование здоровьесберегающей среды в группе.**

Педагогическая среда имеет огромное значение для здоровья ребенка, потому что ребе­нок находится в ней большую часть времени бодрствова­ния. При этом среду детского сада необходимо рассматри­вать не только как социальную среду, но и как простран­ство, в котором формируется и укрепляется психологичес­кое и физическое здоровье.

Детский сад создаёт все определенные условия для формирования здоровьесберегающей среды в группе.

Задачами формирования здоровьесберегающей среды являются:

* создание экологической и психологической комфорт­ности образовательной среды;
* создание игровой развивающей среды;
* обеспечение безопасности жизни детей;
* обеспечение условий для укрепления здоровья и зака­ливания организма каждого из них.

Самостоя­тельная двигательная активность детей на шестом-седьмом году жизни все больше ограничивается созданными усло­виями в детском саду и в семье (увеличивается продолжи­тельность образовательной деятельности, родители определяют детей в дополнительные школы). В связи с этим именно у детей этого возраста уже может сформироваться привычка к малоподвижному образу жизни.

Следует сделать вывод, что необходимо научиться управлять процессами здоровьесбережения!

Развивающая среда в нашей группе организована с учётом потребностей и интересов детей. Мы эстетично оформили ин­терьер групповой, раздевальной, спальной комнат, чтобы дети чувствовали себя комфортно в уютной обстановке. В приёмной детей и родителей всегда встречают все персонажи УМК «Предшкола нового поколения» (оформлен уголок для родителей). Почти в каждом уголке группы и игровой зоне «живёт» персонаж УМК. В уголке природы Маша помогает ребятам наблюдать за погодой и отмечать её особенности, а Маленькая Корова следит за порядком среди комнатных растений, где ребята стараются бережно за ними ухаживать. В «царстве» сюжетно – ролевых игр хозяйничает Маленький Барашек и очень с ребятами любит играть в «Школу». В патриотическом уголке всегда рада видеть ребят Белка, а в уголке космонавтики много интересного может ребятам рассказать Миша. Эмоциональное благополучие ребёнка дости­гается за счёт проведения разнообразных, интересных и увлека­тельных развлечений, подвижных игр, тематических досугов, праздников.

В группе, силами воспитателей и родителей, оборудова­н «уголок уединения», где дети могут рассмотреть коллекции: открыток, различных фантиков, марок, календариков, фотографии своей семьи (оформлены альбомы «Генеалогическое древо моей семьи», поиграть с любимой игрушкой, расслабиться на диванчике. В этот уголок ребята любят брать с собой Кронтика и его друзей. Очень нравится играть детям в пальчиковый театр с персонажами УМК «Предшкола нового поколения», где они обыгрывают различные ситуации.

Снижение утомляемости ребёнка на занятиях достигаем мотивацией к занятию, построением занятия на интересе ребён­ка и индивидуальный подход к каждому ребёнку, проведением динамических пауз, физкультурных минуток. Ребята с удовольствием занимаются дыхательной гимнастикой и релаксацией под музыку.

Занятия мы строим таким образом, чтобы один вид деятельности сменялся другим. Это позволяет сделать работу детей динамичной, насыщенной и менее утомительной. Обязательно проведение зрительной гимнастики в сочетании с двигательной активностью, особенно на занятиях, предполагающих большую зрительную нагрузку (составление рассказов по серии картинок или рассматривание картины, раскрашивание карандашами сюжетных картинок и т.п.). Для проведения зрительной гимнастики используем Кронтика на палочке, предлагая детям проследить глазами за движущимся персонажем; игры на развитие глазомера «Закинь шарик».

Предупредить дефекты осанки значительно легче, чем их лечить. Профилактика нарушений осанки осуществляется у нас в двух направлениях: создание оптимальных гигиенических условий (хорошее освещение, систематическое проветривание помещения, соблюдение режима дня, соответствующая росту ребенка мебель) и целенаправленная воспитательная работа. Ежедневно проводим утреннюю гимнастику, гимнастику после сна. Создали картотеку упражнений «Гимнастика после сна и релаксация».

В нашей группе создан физкультурный уголок, где в доступном для детей месте находятся пособия для развития двигательной активности.

Уголок оснащен оборудованием, соответствующим возрасту детей, направленным на развитие всех основных движений. Все приобретенное и изготовленное самостоятельно оборудование отвечает санитарно-гигиеническим нормам, эстетично выполнено и безопасно в использовании.

В уголке доступно расположено как стандартное, так и нестандартное физкультурное оборудование. При создании оборудования учитывали взаимосочетание отдельных атрибутов по форме, цвету, величине. Применение нестандартных пособий вносит разнообразие в любое занятия и эффекты новизны, позволяет шире использовать знакомые упражнения, варьировать задания. Нестандартное оборудование создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности.

Как утверждал Гиппократ "Стопа - это фундамент, на котором стоит здание - наше тело", и поэтому мы внедряем в практику нестандартное оборудование для профилактики плоскостопия.  Дошкольники обязательно должны ходить босиком по разнообразным поверхностям.

Нестандартное оборудование используется в нашей группе во всех видах деятельности. Оно стимулирует интерес детей, желание двигаться, участвовать в играх; вызывает радость и положительные эмоции.

К созданию нестандартного оборудования привлекали детей, чтобы они почувствуют себя маленькими творцами.

Свою работу проводим в тесной связи с медицинским персоналом, соблюдая все нормы СанПиН, применяя работу по профилактике и снижению заболеваемости детей (дети принимают аскорбиновую кислоту, используют аксолиновую мазь).

Также используем различные виды закаливания. Под закаливанием понимаем использование естественных сил природы (воздуха, воды, солнца) для повышения устойчивости организма к простудным заболеваниям.

Дети систематически поласкают рот и горло водой комнатной температуры. Это способствует закаливанию носоглотки, предупреждает разрастание миндалин и аденоидов.

Весь повседневный быт ребенка строим так, чтобы он не изнеживался, а закалялся. Первым требованием является обеспечение чистого, свежего воздуха в помещении и правильное сочетание температуры воздуха и одежды ребенка.

Закаливание воздухом – это не только специальные процедуры, но и ежедневная влажная уборка, и многократное проветривание помещения, поддерживания в нем оптимальной температуры воздуха + 200 С; во время гимнастики и подвижных игр она может быть ниже + 160 С.

Зная, что положительных результатов можно добиться, лишь сделав своими союзниками родителей, мы постарались вызвать у них интерес к формированию здоровьесберегающей среды в группе. В связи с этим мы провели анкетирование родителей по теме «Растём здоровыми?». Анкетирование показало, что укреплением здоровья ребенка занимается в основном детский сад, дома же дети большую часть времени проводят в статическом положении у компьютера, за столами. Всего в двух семьях имеются спортивные уголки, родители признались, что мало времени проводят с ребенком на свежем воздухе.

Для родителей подготовили статьи: «Формирование правильного дыхания у детей», «Профилактика плоскостопия», «Оздоровительная минутка!». Провела с родителями консультации на тему: «Закаливание детей в семье», «Негативное влияние компьютера на здоровье». Работа с родителями способствовала обогащению здоровьесберегающей среды в группе, созданию в семье нестандартного спортивного оборудования и его использование.

Подведя итог вышеизложенному, можно сказать, что в группе созданы здоровьесберегающие условия: учебный процесс строится в соответствии с санитарными нормами и гигиеническими требованиями, высвобождено пространство для организации двигательной активности детей, создан спортивный уголок с нетрадиционным и физкультурным оборудованием, что позволяет проводить индивидуальную и подгрупповую работу.

**Литература:**

1. Научно - практический журнал «Управление ДОУ», 2011г., №1

2.«Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения: модели программ, рекомендации, разработки занятий» авт.-сост. М. А. Павлова, М. В. Лысогорская, канд. психол. наук. - Волгоград: Учитель, 2009.

3. Овчинникова Т. С. «Организация здоровьесберегающей деятельности в дошкольных образовательных учреждениях: Монография». - СПб.: КАРО, 2006.

Воспитатель

I квалификационной категории

МБДОУ детский сад №65 г. Балаково

Кулак Светлана Александровна