**Доклад на тему: «К здоровью через сотрудничество»**

**Цель:** ознакомление общественности с деятельностью образовательного учреждения в вопросе приобщения к здоровому образу жизни участников образовательного процесса.

Условия жизни, нравственная и эмоциональная сфера, в которой развивается ребенок, зависит от взрослых, отвечающих за его счастье и здоровье. Сегодня на первый план выдвигаются задачи укрепления здоровья дошкольников и формирования у них ориентации на здоровый образ жизни. При этом в центре внимания оказываются вопросы готовности семьи к взаимодействию с педагогами, создания и эффективного использования здоровьесберегающей среды в ДОУ как одного из условий полноценного развития ребенка.

Укрепление здоровья подрастающего поколения не столько медицинская, сколько психолого-педагогическая задача. Очевидно, что в первую очередь у детей необходимо формировать потребность в сохранении и укреплении здоровья.

Анализ педагогами форм и методов работы с детьми в сфере физического воспитания и обучения в целом, организации режима, лечебно-профилактической, индивидуальной и групповой коррекционной работы, использования личностно-ориентированного подхода, организации предметно-развивающей среды в ДОУ способствовал разработке программы «Здоровье».

Работа в нашем дошкольном учреждении по приобщению к ценностям здорового образа жизни осуществляется в нескольких направлениях: с детьми, родителями и педагогами дошкольного учреждения.

*Рассмотрим каждое направление подробно.*

**Направление «Работа с детьми»**

**Диагностика –** комплекс мероприятий (наблюдение, анкетирование, тестирование, и др.), которые помогают глубоко узнать ребёнка «во всех отношениях», определить исходные показатели психического и физического здоровья, двигательной подготовленности, объективные и субъективные критерии здоровья.

В нашем дошкольном учреждении ведутся паспорта здоровья на каждого ребенка с первой младшей до подготовительной группы. Где педагоги, медики, узкие специалисты отражают индивидуальные особенности развития детей на всех возрастных этапах, уровень психологической готовности к школе. При выпуске детей из детского сада паспорта здоровья передаются родителями выпускников в школу.

**Полноценное питание**

Проводя ежедневный контроль за питанием детей в детском саду, мы пришли к выводу, что каждый ребенок имеет свои приоритеты в выборе пищи. Для улучшения питания детей было введено так называемое «Меню по заказу». Детям предлагается по два варианта завтрака, обеда, полдника и они самостоятельно выбирают наиболее понравившиеся им блюда. Возможность выбора блюд позитивно сказывается на настроении детей.

Дети старшего дошкольного возраста кушают в ресторане, где звучит спокойная музыка.

Чтобы дети получили удовольствие не только от еды, но и от общения со сверстниками и взрослыми, мы используем технологию семейного стола, заключающуюся в следующем:

- воспитатели кушают вместе с детьми (таким образом, создается дружеская атмосфера, дети приучаются к хорошим манерам, дети учатся расслабляться);

- дети учатся правильно пользоваться столовыми предметами (ножом, вилкой).

**Система эффективного закаливания**

Особое внимание в системе сохранения и укрепления здоровья детей уделяется проведению закаливающих процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости. В начале каждого года соответственно возрасту детей при взаимодействии администрации, медицинского работника и педагогов составляется и утверждается план закаливающих мероприятий. В него входят традиционные и нетрадиционные методики и технологии.

**К традиционным относятся:** четкая организация теплового и воздушного режима помещения, рациональная одежда для детей, соблюдение режима прогулок, гигиенические процедуры (умывание, полоскания горла водой комнатной температуры, туалет носа), сухие и влажные обтирания, воздушные и солнечные ванны, босохождение по солевым дорожкам после дневного сна в сочетании с музыкотерапией.

**К нетрадиционным методикам** оздоровления относятся: профилактика плоскостопия, укрепление мышечного корсета, пальчиковая и дыхательная гимнастика, самомассаж и точечный массаж.

**Создание условий организации оздоровительных режимов для детей**

Центральное место в оздоровительной работе занимает режим дня, организация которого складывается в соответствии с возрастом, сезонными особенностями.

Режим дня предусматривает максимальное пребывание детей на свежем воздухе, соответствующую возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

**Организация рациональной двигательной активности**

С целью укрепления здоровья ребенка и совершенствования организма средствами физической культуры особое внимание в нашем детском саду уделяется физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

В образовательной деятельности педагоги используют разнообразные формы организации физической активности детей. Хочется остановиться на утренней гимнастике – это один из важнейших компонентов укрепления и оздоровления детского организма, а также организации двигательного режима ребёнка.

Утренняя гимнастика в любой возрастной группе длиться не менее получаса, т.к. исследованиями установлено, что только на 20-й минуте начинаются наблюдаться положительные явления функционирования организма.

Большую роль в оздоровлении детей играют прогулки, на которых дети в полном объеме реализуют свои двигательные потребности. Утренняя прогулка проводится в два этапа: после завтрака (без двигательной активности), после занятий (с высокой двигательной активностью). В начале и конце второй прогулки дети выполняют пробежку вокруг здания детского сада, после чего переходят на ходьбу с выполнением упражнения на дыхание, после этого в течение 2 – 3 минут выполняются упражнения на расслабление.

Активные движения повышают устойчивость ребенка к заболеваниям, вызывают мобилизацию защитных сил организма, содействуют овладению необходимыми движениями.

**Оснащение предметно-развивающей среды**

В ходе реализации программы «Здоровье» составлен план работы по организации предметно-развивающей среды по направлению «Здоровье и физическое развитие».

На сегодняшний день организация предметно-развивающей среды строится на основе интеграции содержания и видов деятельности. Согласно намеченным задачам программы «Здоровье» в дошкольном учреждении созданы соответствующие условия.

В ДОУ оборудован физкультурный зал со спортивным комплексом, представлено разнообразное физкультурное оборудование, а так же пособия, изготовленные своими руками, которые повышают интерес к физической культуре, увеличивают эффективность занятий.

*Спортивная площадка для занятий на воздухе* оснащена необходимым инвентарем и оборудованием. На площадке проводятся физкультурные занятия, праздники, «Дни здоровья», к активному участию которых привлекаются родители воспитанников.

Для укрепления здоровья детей в летний период с использованием естественных, природных, целительных факторов на территории детского сада была организована «Тропа здоровья», которая позволяет:

- улучшить координацию движений, функции сердечно-сосудистой и дыхательной системы, эмоционально-психического состояния;

- повысить сопротивляемость заболеваемости к инфекционным заболеваниям;

- провести профилактику плоскостопия.

В каждой группе созданы спортивные уголки, имеются пособия для профилактики плоскостопия, картотеки подвижных игр и упражнений общеразвивающего воздействия. Воспитатели проявляют творчество и изобретательность в изготовлении пособий из бросового материала для пополнения физкультурных уголков.

Кроме того в группах созданы *уголки уединения* для снятия эмоционального напряжения. Палатка, «шатёр» из прозрачной ткани, домик, уголок отделенный ширмой.

Таким образом, можно сказать, предметно-развивающая среда нашего ДОУ является естественной комфортабельной, рационально организованной обстановкой, насыщенной разнообразным оборудованием и материалами.

**Создание представлений и здоровом образе жизни**

Обучение ЗОЖ предполагает проведение игровых, практических интегрированных занятий и бесед с дошкольниками о необходимости соблюдения режима дня, важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, функционирования организма и правилах заботы о нем (*слайды с фото и подписанными мероприятиями).*

Основываясь на программу «Детство», нами было разработано планирование по валеологии и ОБЖ для детей старшего дошкольного возраста *(слайд «Азбука здорового человека»).*

Желательно, чтобы здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в образовательном учреждении, находил каждодневную поддержку дома.

**Коррекционная работа**

Коррекционно-развивающая деятельность представляет собой целостную систему работы с детьми, имеющими общие и речевые нарушения, которая опирается на взаимодействие всех участников коррекционно-развивающего пространства ДОУ, что в свою очередь обеспечивает высокий, надежный уровень развития ребенка.

Команда специалистов сопровождения выявляет характер трудностей, возникающих у ребенка, устанавливает их причины и определяет ведущего специалиста в коррекционно – развивающей деятельности в зависимости от проблем в развитии. Если проблема связана с развитием речи, ведущий специалист – логопед, если проблемы психологического плана – психолог, если проблемы в двигательной активности – инструктор по ФизО. Ведущий специалист организует и координирует деятельность всех специалистов в процессе реализации программ, несет ответственность за эффективность сопровождения.

**Лечебно – профилактическая работа**

Одно из основных условий успешной реализации комплексно-оздоровительной работы – это постоянный и тесный контакт с медицинскими работниками детского сада. В лечебно-профилактическую работу, осуществляемую медицинской сестрой, входят:

* Массаж (общеукреляющий, лечебный).
* Профилактика нарушения осанки и плоскостопия.
* Фитотерапия.
* Витаминотерапия.
* Физиотерапия.
* Имунномодуляторы.
* Кислородный коктейль.

Данная работа проводится в системе и дает положительный результат.

**Направление «Работа с родителями»**

Сцелью повышения педагогической компетенции родителей в вопросах воспитания здорового ребенка в домашних условиях разработана система взаимодействия с семьёй.

С родителями воспитанников организуется совместная с педагогами работа по укреплению здоровья детей, родительские собрания, консультации специалистов (учителя-логопеда, педагога-психолога, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре, медицинской сестры), валеологическое образование родителей, информационные уголки специалистов с практическими рекомендациями, «Недели здоровья», итоговые занятия-практикумы, семейные спартакиады. Анкетирование, которое помогает наметить дифференцированный подход к разным категориям семей. Родители, имеющие положительный опыт в воспитании у детей здорового образа жизни, стали нашими помощниками.

Таким образом, можно надеяться, что со временем занятия физической культурой и спортом, здоровый образ жизни войдут в повседневную жизнь каждой семьи.

**Направление «Работа с педагогами»**

Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей.

Зная о том, что результаты работы ДОУ зависят от профессиональной подготовки кадров, мы продумываем всестороннюю методическую работу по совершенствованию мастерства воспитателей через:

* консультации, беседы;
* выставки методических пособий, статей и журналов;
* семинары-практикумы, мастер-классы;
* круглые столы;
* взаимодействие с педагогами МОУ Белая СОШ.
* тренинги.

Одно из важных направлений в работе детского сада – обеспечение психологического благополучия педагогов и воспитанников.

Педагог-психолог проводит тренинги, консультации, семинары – практикумы, которые помогают справиться с эмоциональным напряжением, снять накопившуюся усталость, повысить стрессоустойчивость.

**Достигнутые результаты**

Проблема оздоровления детей – целенаправленная, систематически спланированная работа на длительный период всех участников образовательного процесса.

В результате проведенной работы снизились показатели заболеваемости детей.

Мониторинг развития физических качеств у детей показал достаточный уровень развития основных движений.

Результаты работы мониторинга воспитанников показал эффективность работы с часто длительно болеющими детьми.

Результативность нашей работы прослеживается и в процессе сбора данных учителями МОУ Белая СОШ о выпускниках ДОУ.

Выпускники нашего детского сада жизнерадостны, подвижны, активно участвуют в соревнованиях, посещают спортивные секции, танцевальные кружки.

Таким образом, работа ДОУ по приобщению к здоровому образу жизни детей и родителей, повышает престиж детского сада, поднимает на более высокий уровень профессионализм педагогов, организует учебно-воспитательную деятельность, создает условия для сохранения и укрепления здоровья детей. А здоровье детей – это богатство нации. Так что будем думать о здоровье детей и укреплять его.