**Эссе**

**Наше здоровое будущее**

Автор: Щербак З.Ф.

ГБДОУ детский сад №112

Выборгского района

«Воспитатель, который не сковывает, а освобождает, не подавляет, а возносит, не комкает, а формирует, не диктует, а учит, не требует, а спрашивает, переживает вместе с ребенком много вдохновенных минут… »

Я. Корчак

«Воспитатель - человек, который воспитывает или воспитал кого-нибудь», – гласит толковый словарь русского языка С. И. Ожегова. Скучно… Не правда ли? Но если заглянуть в нашу работу глубже, то попадешь в удивительный мир детства, радости и счастья. Еще Экзепюри говорил: «Все мы родом из детства, с той красочной волшебной планеты, на которой царствует Доброта и Верность, Дружба и Счастье, планеты мечтаний и фантазеров». Детство проходит очень быстро, и остаются лишь радостные воспоминания. И только воспитатель снова и снова проживает эти радужные, сказочные моменты.

Здоровье – это достояние каждого человека, всего общества. При встрече со знакомыми, с близкими и дорогими людьми мы желаем им доброго и крепкого здоровья, так как именно оно является основным условием и залогом полноценной и счастливой жизни. Хорошее здоровье - один из главных источников счастья, радости человека, неоценимое богатство, которое можно быстро и легко потерять.

На современном этапе проблема профилактики здоровья детей является одной из самых актуальных. Именно поэтому утверждение здорового образа жизни подрастающего поколения должно сегодня рассматриваться в практике работы детских садов, как одно из приоритетных направлений гуманизации образования, так как от того, насколько успешно удаётся сформировать и закрепить навыки здорового образа жизни в раннем возрасте, зависит в последующем реальный образ жизни и здоровье человека.

В дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего, гармоничного развития личности. Правильно организованная воспитательно-образовательная работа в дошкольном учреждении нередко в большей степени, чем медико-гигиенические мероприятия, обеспечивает полноценное здоровье, предупреждает развитие заболеваний ребёнка на самых ранних стадиях.

Для успешного воспитания здорового ребёнка у нас в группе созданы следующие **условия:**

- педагог всегда готов к осуществлению образования детей;

-личностно-ориентированное взаимодействие взрослого и ребёнка в процессе работы;

- активное участие родителей в воспитательном процессе;

На протяжении нескольких лет мы работаем над выполнением следующих **задач,** это:

- формирование и развитие теоретических знаний и практических умений у детей, необходимых для понимания многомерного и многосложного понятия здоровья и процесса его укрепления и сохранения;

- получение основ знаний и практических умений с использованием современных методик оздоровления;

- формирование элементов валеологического мировоззрения, овладение элементарной оздоровительной терминологией;

- целесообразное комплексирование знаний, практических умений детей в оздоровлении человека в разных видах учебной, игровой, трудовой, бытовой деятельности;

- формирование у каждого ребёнка умственных умений анализа своего личного состояния с целью своевременной самопомощи;

- воспитание желания и потребности детей в использовании теоретических и практических знаний в оздоровлении членов своей семьи, других людей.

Для решения поставленных задач я использую методику Е,Д, Сафроновой

« Интеллектуальное развитие дошкольников. Обучение на основе интеллектуального тренинга». Данная методика позволяет работать над разными видами проектов без умственных и психо-физических перегрузок. Дети очень быстро адаптируются к учебному процессу, научились рациональным приёмам обработки информации.

Огромный поток информации и невозможность справиться с его обработкой самостоятельно – это печальная реальность, в которой оказались наши дети. Отсюда ранние неврозы, логоневрозы, различные психические отклонения. Данная методика позволяет избежать подобных проблем. Благодаря данной методике, дети опережают своих сверстников по уровню развития общих способностей.

Мне удалось разработать особый вид совместной деятельности, при котором дети занимаются без физического, эмоционального и психического перенапряжения. В течении одного НОД можно выполнить до 10 видов упражнений.

Практически постоянно использую в работе мнемотаблицы. Они позволяют развивать умение анализировать любую информацию, перекодировать её, решать дидактические задачи, развивают логическое и образное мышление.

Использование коллажей позволяет закреплять различные виды запоминания, развивают фотографическую память, расширяют словарный запас, образное восприятие, умение говорить и рассказывать. И, что самое главное, они вмещают самую различную информацию.

Использование различных видов тренинга помогает развивать слуховую память и внимание у детей.

Кодирование информации, работа со схемами помогает детям усваивать материал без напряжения и перегрузок.

Сейчас у нас подготовительная группа и можно с уверенностью сказать, что дети полностью готовы к школе. Такое обучение помогает ребёнку приобрести вкус к интеллектуальной и творческой работе, оно способствует «запуску» механизмов развития. У наших детей развиты способности для быстрого и лёгкого усвоения учебного материала. И будет больше свободного времени для занятий спортом, для заботы о своём здоровье.