Консультация на тему:

«Создание современной модели здоровьесбережения и здоровьеформирования дошкольника в условиях ДОУ».

 Первостепенной задачей ДОУ является задача охраны жизни и здоровья детей, их физического развития. Здоровье определяется как жизнерадостность, устойчивость к патологическим, болезненным и экстремальным воздействиям, высокий уровень выносливости и работоспособности. Следовательно, проблема здоровья не только медицинская, но и педагогическая. В связи с этим на систему образования в целом как на государственную структуру, обеспечивающую социальное развитие личности, помимо специальных задач ложиться и задача сохранения психо - физического и нравственного здоровья детей.

 В современном законодательстве («Закон об образовании в РФ», «ФГОС ДО», и т.д.) образования по вопросам оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста в образовательных учреждениях процессу формирования культуры здорового и безопасного образа жизни придается большое значение

 **Целью вышесказанного является*:*** Необходимость создания воспитательно-образовательных, коррекционно-развивающих и здоровьеформирующих условий в ДОУ, способствующих полноценному развитию и социализации дошкольника, его здоровьесбережению и здоровьеобогащению, а именно, создание современного здоровьесберегающего педагогического процесса ДОУ, процесса, направленного на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.

 Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада.
 **«Здоровьесберегающая технология» - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.**
**Здоровьесберегающие образовательные технологии** наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей. Главный их признак – использование психолого-педагогических приемов, методов, средств и подходов к решению задач и 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 и методики по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья воспитанников.
 **Классификация здоровьесберегающих технологий** в дошкольном образовании определяется по доминированию целей и решаемых задач, а также ведущих средств здоровьесбережения и здоровьеобогащения субъектов педагогического процесса в детском саду. Эти технологии занимают одно из важнейших направлений в психолого-педагогическом сопровождении педагогов в условиях реализации ФГОС. В связи с этим можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий, которые можно использовать   в ДОУ:

* *медико-профилактическая технология;*
* *физкультурно-оздоровительные технологии (технология сохранения и стимулирования здоровья);*
* *технология обучения здоровому образу жизни;*
* *коррекционные технологии;*
* *технология просвещения родителей по здоровьесбережению;*
* *технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка.*

Сейчас я раскрою содержание некоторых форм и методик здоровьесберегающих технологий, которые могут использоваться в организации педагогического процесса.

 **Медико-профилактическая** деятельность обеспечивает сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского работника ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами.
Здоровьесберегающая деятельность осуществляется в следующих формах:

* организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
* организация профилактических мероприятий, способствующих резистентности детского организма (иммунизация, чеснокотерапия, точечный массаж, полоскание горла водой комнатной температурой, щадящий режим в период адаптации, витаминотерапия);
* организация и контроль питания детей, физического развития, закаливания;
* организация контроля и помощи в обеспечении требований санитарно-эпидемиологических нормативов – СанПиНов.

 Результатами лечебно-оздоровительной работы в ДОУ можно считать улучшение состояния здоровья детей, низкий уровень заболеваемости в период эпидемий гриппа, сокращение числа пропусков по причине болезни.
 **Физкультурно-оздоровительные технологии**(технология сохранения и стимулирования здоровья) направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка.
Задачи этой деятельности:

* развитие физических качеств;
* контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников;
* формирование правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;
* воспитание привычки повседневной физической активности;
* оздоровление средствами закаливания (солнце, воздух и вода).

 Физкультурно-оздоровительная деятельность осуществляется не только инструктором по физической культуре на занятиях по физическому воспитанию, но и педагогами с помощью различных форм и методов, таких, как:

* Физкультурные занятия. Физкультминутки, динамические и релаксационные паузы во время занятий.
* Ритмопластика.
* Подвижные и спортивные игры.
* Упражнения для глаз, тела, лица, корригирующие упражнения (коррекция плоскостопия и осанки и т.д.).
* Солнечные ванны (в летний период).
* Прогулки: дневная, вечерняя.
* Ароматерапия.
* Гимнастика (утренняя, ритмическая, оздоровительная игровая, корригирующая, бодрящая, оздоровительная гимнастика после дневного сна, гимнастика для глаз, восточная …).
* Разные виды массажа и самомассаж.
* Закаливающие мероприятия.

 **Технология обучения здоровому образу жизни** - это в первую очередь технология воспитания валеологической культуры (интегральная наука о сохранении здоровья и здоровом образе жизни) или культуры здоровья малышей. Цели этой технологии:

 - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека,

 -накопление знаний о здоровье и развитие умения 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.

Данные цели достигаются:

* Путем привития детям гигиенических навыков.
* Обучением простейшим навыкам оказания первой помощи (при ушибах и ссадинах).
* Специально организованными занятиями оздоровительной физкультурой
* Массовыми оздоровительными мероприятиями («День здоровья» « Неделя здоровья»,..).
* Активным отдыхом (турпоходы, физ. и музыкальный досуг, спортивные праздники,….).
* Специально организованными занятиями о здоровом и правильном питании, о пользе лекарственных трав.

 Здоровьесберегающие технологии – неотъемлемая часть **коррекционной работы.** Каков психологический портрет ребёнка, имеющего речевую и психологическую патологию? Это ребёнок с низкой работоспособностью, повышенной утомляемостью, с несформированной произвольностью психических процессов, вдобавок ещё и часто болеющий.
Преодоление этих трудностей возможно только через создание здоровьесберегающей среды и правильного выбора форм, методов и приёмов коррекционной работы воспитателя, руководителя изостудии, музыкального руководителя, педагога-психолога и учителя-логопеда, через:

* коммуникативные игры;
* игры – релаксации;
* фонетическая ритмика;
* логопедический и оздоравливающий самомассаж;
* гимнастика (пальчиковая, дыхательная, артикуляционная, логоритмическая);
* арт-терапия (лечение искусством, творчеством);
* Психогимнастика;
* Цветотерапия;
* логоритмические упражнения и игры, в т.ч. и на развитие мелкой моторики;
* технологии музыкального воздействия – музыкотерапия;
* проблемно-игровые (игротреннинги и игротерапия);
* восточная гимнастика: хатха-йога;
* сказкотерапия и т.д.

 **Технология просвещения родителей по здоровьесбережению.** Здоровьесберегающую деятельность невозможно осуществить без тесного сотрудничества с семьями воспитанников. Как известно, развитие и воспитание ребенка во многом зависит от взрослых, которые его окружают. Поэтому сознательное отношение к собственному здоровью и здоровью детей в первую очередь следует формировать у родителей.

 В процессе организации единого здоровьесберегающего пространства ДОУ и семьи, используются разнообразные формы работы, такие как:

-открытые занятия с детьми для родителей;

- педагогические беседы с родителями - общие и групповые родительские собрания;

- консультации;

-занятия с участием родителей;

-выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями;

-Дни открытых дверей;

-участие родителей в подготовке и проведении праздников, физкультурных досугов;

-совместное создание предметно – развивающей среды;

-работа с родительским комитетом группы;

- анкетирование;

- наглядные стенды.

**Технологии обеспечения социально-психологического благополучия** ребенка**.**
**Задачи этой деятельности:**

* обеспечение эмоционального комфорта и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду, семье;
* обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника, т.к. эмоциональный настрой, психическое благополучие, бодрое настроение детей является важным для их здоровья;
* Создание здоровьесберегающего пространства в ДОУ.

 Применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, а у ребёнка - стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

 Стабильная положительная динамика критериальных показателей здоровья детей (заболеваемость, группа здоровья, физическое развитие, физическая подготовленность), а также создание устойчивой здровьесберегающей системы может свидетельствовать о результатах проводимой работы.