**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ВОПРОСАХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА В ДОУ.**

Т.А. Никифорова

ГБДОУ №36 Московского района Санкт-Петербурга

Студенка 5 курса Института Детства

 РГПУ им. А.И.Герцена

"Я не боюсь еще и еще раз

повторить:

забота о здоровье ребенка –

это важнейший труд воспитателя"

В.А. Сухомлинский.

 В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать нам, педагогам. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Федеральный государственный образовательный  стандарт дошкольного образования определяет как одну из важнейших задач: охрану и укрепление здоровья воспитанников. Это задача, которая требует постоянного поиска новых форм и методов работы.

 Особую значимость приобретают здоровьесберегающие технологии, ценностные ориентиры здоровья и образовательное пространство физической культуры их формирующее. Значительный спектр таких технологий предлагается отечественными учеными (В.Ф. Базарный, В.К. Бальсевич, М.М Безруких и др). Здоровьесбережение - процесс специально организованных для полноценно здоровой жизни на каждом этапе возрастного развития человека физкультурно-оздоровительных, образовательных, санитарно-гигиенических, лечебно-профиктических и других мероприятий. В понятии «здоровьесберегающие технологии» интегрируются образовательный и оздоровительный процессы, оказывающие разноплановое воздействие на ребенка: педагогическое-через личность педагога и применяемые им методы; оздоровительное-оказываемое группой специалистов (врач, педагог по физической культуре, психолог и т.д.); семейное - через родителей; административное - кадровое, материально-техническое, информационное и методическое обеспечение сферы физической культуры.

 Здоровьесбережение реализуется путем внедрения специальных технологий. Все технологии должны быть основаны на систематичности, последовательности и регулярности использования.

Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в работе любого дошкольного учреждения.

 Концепция здоровьесберегающего образования включает такие направления деятельности как:

* Здоровьесберегающее обучение;
* Активизация физической деятельности;
* Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил;
* Пропаганда здорового образа жизни;

 В результате медицинского обследования детей, мы видим совсем не радостные показатели здоровья детей. Проблемы с осанкой, плоскостопие, нарушение зрения, частые простудные заболевания и это не весь перечень проблем. Мы задумались над тем, как же улучшить ситуацию в пользу наших воспитанников? Пришли к твердому выводу о том, что проект здоровьесберегающих методов в ДОУ должен подразумевать четкий алгоритм деятельности всего персонала учреждения (администрации, педагогов, медицинских сотрудников, музыкального руководителя, физкультурного работника, логопеда) по созданию здоровьесберегающей среды.

Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в системе дошкольного образования, отражают две линии оздоровительно-развивающей работы:

* Приобщение детей к физической культуре.
* Использование развивающих форм оздоровительной работы.

 К основным направлениям здоровье сберегающей деятельности в нашем детском саду относятся:

 - организация санитарно-эпидемиологического режима и создание

гигиенических условий жизнедеятельности детей;

 -организация здорового сбалансированного питания;

 -обеспечение психологической безопасности детей;

 -физическое воспитание детей.

Какие же технологии здоровьесбережения используем мы в ГБДОУ?

Во - первых это физкультурные занятия, им уделяется особое внимание. Они включают в себя ежедневную утреннюю гимнастику, тематические физкультурные занятия, досуги, подвижные игры и упражнения на свежем воздухе.

 Большое внимание уделяем закаливающим процедурам, которые проводим круглогодично, учитывая при этом возрастные и индивидуальные особенности каждого ребенка. Закаливание – эффективное средство укрепления здоровья ребенка. Особенно велика его роль в профилактике простудных заболеваний: закаленные дети, как правило, не простужаются. Закаливание повышает устойчивость организма ребенка к инфекционным заболеваниям, усиливая иммунные реакции. У нас осуществляются следующие виды закаливания: гимнастика пробуждения, босохождение после сна по напольному массажному покрытию Орто- «Камни» (профилактика плоскостопия), умывание, оздоровительный бег, физические упражнения после дневного сна, дыхательная гимнастика, нахождение детей в групповой комнате в течение дня в облегченной одежде, прогулки на свежем воздухе, при правильной организации прогулка является одним из важных моментов закаливания.

 Мы считаем, что закаливание будет эффективным только тогда, когда оно обеспечивается в течение всего времени пребывания ребёнка в детском саду.

В нашем детском саду находится бассейн, где два раза в неделю проводятся занятия. Водные процедуры играют важную роль в процессе формирования детского иммунитета. Плавание укрепляет сердечно сосудистую систему, разгружает опорно-двигательный аппарат, благотворно влияет на работу центральной нервной системы, улучшает кровообращение.

Обязательным условием является организация рационального питания детей. Данному вопросу в детском саду уделяется особое внимание. В ДОУ имеется вся необходимая документация по питанию, которая ведется по форме и заполняется своевременно. Питание детей находится под постоянным контролем медсестры, которая следит за выполнением норм питания. Проводится противоэпидемическая работа в соответствии с действующими санитарно-гигиеническими правилами, а так же витаминопрофилактика.

Используем технологии сохранения и стимулирования здоровья**:**стретчинг (специальные упражнения под музыку) упражнения стретчинга носят имитационный характер и выполняются в ходе физкультурного  занятия. Стретчинг повышает общую двигательную активность, такие упражнения направлены на формирование правильной осанки. Кроме этого развивается эластичность мышц, воспитывается выносливость и старательность. Ритмопластику  проводит музыкальный руководитель по программе И. Бурениной один раз в неделю во второй половине дня в музыкальном зале. Динамические паузы применяются воспитателями в ходе непосредственно образовательной деятельности 2 – 5 мин. по мере утомляемости детей. Комплексы физкультминуток включают дыхательную гимнастику, гимнастику для глаз. Проводятся дополнительные занятия по фитболу. Они проходят один раз в неделю во второй половине дня в физкультурном или музыкальном залах. Фитбол проводится на специальных мячах. Мяч по своим свойствам многофункционален и поэтому может использоваться в комплексах упражнений как массажер, ориентир, амортизатор, тренажер, предмет отягощения или препятствия. Ответственный за него - инструктор по физической культуре. Подвижные и спортивные игры используются как часть непосредственно образовательной деятельности области «Физическая культура», на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно. Игры проводятся инструктором по физической культуре и воспитателями и подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивных игр.

 Просветительно-воспитательная работа с детьми представлена методическими разработками бесед, направленных на воспитание здорового образа жизни у дошкольников.

  Просветительно-воспитательная работа с родителями  проводится в форме консультаций на родительских собраниях и индивидуально, через папки – передвижки, а так же используем ИКТ для общения с родителями онлайн. На информационных стендах для родителей в каждой группе работают рубрики, освещающие вопросы оздоровления без лекарств (комплексы упражнений для профилактики). Приобщаем родителей  к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДОУ (соревнования, спортивные праздники, Дни и недели здоровья, встречи детей ДОУ с родителями-спортсменами и др.);

 Как писал В.А. Сухомлинский: «Забота о человеческом здоровье, тем более о здоровье ребенка,— это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил, не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это прежде всего забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».

 В нашей работе мы используем такие технологии как:

* сказкотерапия, проводится воспитателями два раза в месяц во второй половине дня в совместной деятельности;
* технологии музыкального воздействия (внесены в музыкальные занятия и в режимные моменты во второй половине дня, которые проводятся музыкальным руководителем в музыкальном зале).

Дети - это наше будущее! И сегодня только от нас зависит, какое оно будет.  Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

 Таким образом, целью нашей работы является помощь детям проявить их собственные потенциальные возможности, чтобы, взрослея, они были готовы вести здоровый образ жизни, ценили свое здоровье и здоровье окружающих.

Литература

1.Алямовская, В.Г. Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении /В.Г. Алямовская //Дошкольное образование. - 2004.

2. Ефименко Н. "Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста".

3.Ланда Б.Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений: обучающие методика и технология: учебное пособие.

4. В.А.Сухомлинский. "О воспитании" Москва, 1973 г.