Здоровьесберегающие технологии при работе с детьми раннего возраста .

Дети - это наше будущее, и сегодня от нас зависит, какое оно будет. В современном обществе отмечается повышение требований к физическому, психическому, личностному развитию детей. Одна из мер, обеспечивающих более успешное их развитие - предоставление государством возможности воспитания детей раннего возраста. Восстановление системы общественного воспитания детей раннего возраста происходит в обстановке меняющейся экономической и политической ситуации. Складывается парадигма новой государственности, идет поиск путей возрождения России на основе ее многонациональной культуры. Сохранить здоровье и интеллект нации на современном этапе - главная задача, в решении которой проблема развития детей раннего возраста в условиях семьи и общественного воспитания является центральной.

Реализуемые нами программы и технологии помогают наиболее полному личностному развитию воспитанников. Их содержание, а также построение воспитательно-образовательного процесса на основе сотрудничества, уважения к личности ребенка, обеспечивает хороший уровень компетентности детей в различных сферах.

В начале учебного года, составив карты здоровья, заполнив и проанализировав листы адаптации, мы провели диагностику исходного уровня развития детей. В процессе диагностики мы использовали: метод наблюдений, беседы, дидактические игры, подобранные соответственно возрасту. Изучив полученные результаты, мы наметили план дальнейшей работы и доставили для себя цель: создать у себя в группе такую здоровьесберегающую среду, которая могла бы обеспечить воспитаннику возможность сохранения здоровья. А также использование в работе с детьми здоровьесберегающих технологий, которые помогут в создании благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирования основы базовой культуры личности, лучшему усвоению знаний детей и будут способствовать их гармоничному и всестороннему развитию. Всю свою педагогическую деятельность мы строим в соответствии с психофизическими особенностями каждого ребенка, что позволяет осуществлять контроль за здоровьем детей и полнее раскрыть их творческий потенциал. Педагогический процесс полностью оснащен необходимыми материалами и пособиями, программой развития ясельной группы, конспекты и дидактические игры. В целях обеспечения индивидуально-дифференцированного подхода к каждому ребенку мы организуем, педагогический процесс на основе диагностики достижений детей и в результате ее выстраиваем перспективу работы с каждым ребенком, зону его ближайшего и перспективного развития.

В группе мы стараемся создать домашнюю обстановку, чтобы обеспечить все условия для разностороннего развития детей, чтобы они чувствовали себя уютно и комфортно. Для достижения поставленной цели необходимо:

организация здоровьесберегающей и развивающей среды, способствующих конструированию вариантов здорового образа жизни, повышению сопротивляемости и защитных свойств организма ребенка.

создание условий для обеспечения психологической безопасности личности ребенка; формирование у детей жизненно необходимых двигательных умений и навыков в различных видах деятельности.

Проведение с детьми раннего возраста спортивных занятий два раза в неделю способствует не только физическому развитию малышей, но и формирует у них навыки, которые непосредственно закрепляются на занятиях в группе.

Воспитатели группы развивают посредством ходьбы в своих воспитанниках весь опорно-двигательный аппарат ребенка, движения, формирующие правильную осанку. В этом участвуют 56% мышц тела малышей. Другими важными навыками, приобретаемыми детьми раннего возраста в группе, являются бег (циклическое движение, в котором отталкивание от опоры ногой чередуется с полетом); прыжки (вид основного движения не являющейся циклическим); катание, бросание, ловля и метание (игры с мячом во время прогулок в теплое время года); лазание, ползание (выполняемые ежедневно во время игры с воспитанниками); развитие в ребенке навыков равновесия (посредством ходьбы за счет сужения дорожки).

Следовательно, работа воспитателей является целостной системой, в которой сочетается охрана и укрепление здоровья ребенка, происходит совмещение функций детского организма и формируется физическое развитие.

Важнейшим ежедневным занятием с детьми раннего возраста являются подвижные игры. Предусмотренные планированием игры проводятся на утренних и вечерних прогулках в соответствии со временем года. Разработанные С.Н. Теплюк "Игры на прогулке с малышами" способствуют не только развитию игровых навыков ребенка, но и служат формированию здоровья малышей.

Закаливание детей раннего возраста также является важным фактором, способствующим укреплению здоровья малышей. Под закаливанием понимают повышение сопротивляемости организма главным образом низким температурам, поскольку в возникновении ряда заболеваний играет важную роль охлаждение организма (болезни верхних дыхательных путей, воспаление легких, нефриты, ревматизм и т. п.). Цель закаливания - выработать способность организма быстро изменять работу органов и систем в связи с постоянно меняющейся внешней средой. Способность организма приспосабливаться к определенным условиям внешней среды вырабатывается многократным повторением воздействия того или иного фактора (холода, тепла и т. п.) и постепенного повышения его дозировки. В процессе закаливания в организме ребенка происходят весьма сложные изменения. Клетки покровов тела и слизистых оболочек, нервные окончания и связанные с ними нервные центры начинают быстрее и целесообразнее реагировать на изменения окружающей среды. Все физиологические процессы в тканях и органах, в том числе расширение и сокращение кровеносных сосудов, протекают экономнее, быстрее и совершеннее. Кроме того, окрепшие под влиянием закаливания кожа и слизистые оболочки становятся менее чувствительными и проницаемыми для ряда болезнетворных микробов и их ядов, а способность организма к борьбе с уже проникшими в него микробами возрастает. В результате закаливания ребенок становится менее восприимчивым не только к резким изменениям температуры и простудным заболеваниям, но и к другим инфекционным болезням. Закаленные дети обладают хорошим здоровьем, аппетитом, спокойны, уравновешенны, отличаются бодростью, жизнерадостностью, высокой работоспособностью. Однако всех этих результатов можно добиться лишь при правильном выполнении закаливающих процедур.

В группе проводятся закаливающие процедуры, предусмотренные планированием в строгом соответствии с возрастом ребенка и временем года, в которое они проводятся. Это воздушные и водные процедуры, солнечные ванны.

Большое внимание воспитатели группы уделяют использованию дорожек здоровья, используя их в установленное расписанием время после дневного отдыха малышей.

Планированием работы в группе предусмотрены закаливающие мероприятия, которые проводятся в группе в течение всего календарного года. Система закаливания организма ребенка полностью зависит от времени года, в которое оно проводится. Из приведенной ниже таблицы следует серьезное отношение всего коллектива группы к здоровьесбережению малышей.

См. таблицу:Закаливающие мероприятия Осень 1. Закаливание воздухом

Соблюдение времени пребывания на прогулке, согласно режиму дня

Поддерживание нормальной температуры воздуха в помещении (1 мл. гр. +19: +20)

Зима 1. Закаливание воздухом

Соблюдение времени пребывания на прогулке, согласно режиму дня

Поддерживание нормальной температуры воздуха в помещении (1 мл. гр. +19: +20)

Весна 1. Закаливание воздухом

Соблюдение времени пребывания на прогулке, согласно режиму дня

Поддерживание нормальной температуры воздуха в помещении (1 мл. гр. +19: +20)

Воздушные ванны после дневного сна с проведением физических упражнений

Правильный подбор одежды, облегченная одежда

2. Закаливание водой

Ходьба по ребристым дорожкам, проложенным смоченными полотенцами

Ходьба по ребристым дорожкам

Лето 1. Закаливание воздухом

Соблюдение времени пребывания на прогулке, согласно режиму дня

Утренняя гимнастика на свежем воздухе

Поддерживание нормальной температуры воздуха в помещении (1 мл. гр. +19: +20)

Воздушные ванны после дневного сна с проведением физических упражнений

Правильный подбор одежды, облегченная одежда

2. Закаливание водой

Ходьба по ребристым дорожкам, проложенным смоченными полотенцами

Обширное умывание

3. Закаливание солнечными лучами

Происходит после воздушных и водных процедур в середине прогулки. Время постепенно увеличивается, зависит от возраста детей

Особое внимание, мы уделяем проведению закаливающих процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости. В начале учебного года мы начинаем постепенное обучение элементам умывания по мере прохождения адаптационного периода, ходьба босиком, воздушные ванны после сна и во время физкультурных занятий. А также ходьба по дорожкам здоровья, солнечные и воздушные ванны. Играем с детьми в игры, которые лечат. Для часто болеющих детей хорошо помогает дыхательная, артикуляционная гимнастика. Организуем двигательный режим (согласно возрасту).

Использование дорожек здоровья способствует такому важному этапу в формировании здоровья ребенка, как профилактика плоскостопия у детей.

Плоская стопа и дефекты осанки у малышей. На первый взгляд, между этими явлениями нет никакой связи. А тем временем у 60-70% детей именно плоскостопие является причиной искривления позвоночника и других серьезных нарушений осанки. Даже небольшое отклонение от нормы формы стопы может серьезно ухудшить физическое развитие ребенка. Динамические возможности плоских стоп ограничены, объем движений в суставах минимален, а значительный наклон стопы в сторону вызывает сильную боль. Дети с таким недостатком не могут долго стоять, быстро устают, жалуются на боли в ногах и бедрах.

С детьми раннего возраста в целях закаливания и профилактики плоскостопия используются дорожки здоровья и босохождение.

В группе раннего возраста во всех проводимых занятиях применяются технологии направленные на сохранение и развитие здоровья малышей. Так как насколько здоров ребенок - настолько он и развит.

Для создания условий по сохранению, укреплению, формированию здоровья детей так же нужно разумное сочетание оздоровительных и образовательных задач, что обеспечит развитие детей не в ущерб здоровью. Цель которого: сформировать у ребенка мотивы самосохранения, воспитать привычку думать и заботиться о своем здоровье. Для достижения поставленной цели мы формируем навыки ухода за телом; создаем условия для закаливания; формируем навыки охраны личного здоровья и здоровья окружающих; даем представление и функциях тела; учим детей обращаться с опасными для здоровья вещами; демонстрируем значимость правильного отношения к здоровью и т.д.

В группе проводятся упражнения, способствующие: формированию осанки, профилактике плоскостопия, развитию органов дыхания, развитию опорно-двигательного аппарата и т.д. Как показывает наша практика, все выше перечисленные методы нам очень помогают в работе с детьми, мы и в дальнейшем будем их использовать, о чем свидетельствуют результаты.

Важнейшим фактором, который способствует развитию, сбережению и укреплению здоровья детей в группе младшего возраста являются ежедневные проветривания помещения, соблюдение температурного режима в туалетном помещении, чистота в группе, много света, спокойный, доброжелательный тон воспитателя, обязательные ежедневные прогулки утром и вечером в любое время года за исключением холодных температур (ниже 16oС). За всем этим строго следят воспитатели.

Работа с родителями для нас является важной составляющей всего педагогического процесса, ведь от нашего сотрудничества многое зависит. С момента поступления ребенка в детский сад мы должны строить совместную работу, которая поможет ему быстро и безболезненно адаптироваться и влиться в коллектив.

Для этого мы проводим с родителями беседы на темы: "Ваш ребенок идет в детский сад", "Особенности воспитания и обучения детей раннего возраста", "Оздоровление и закаливание детей раннего возраста" и многие другие; даем необходимые консультации (индивидуальные и групповые.), по вопросам адаптации детей к условиям ДОУ и на интересующие родителей темы. Проводим собрания, на которых выбирается актив группы, намечается план совместной работы с родителями, обсуждаются и рассматриваются различные вопросы касаемые воспитания и обучения детей. Мы стараемся привлечь родителей к участию в жизни группы и детского сада, родители посещают родительские собрания. Принимают активное участие в жизни группы.

Большое значение мы уделяем устному анкетированию родителей, ведь ответы родителей помогают нам выяснить увлечение взрослых и детей, проблемы, требующие педагогической помощи, узнать мнения родителей о нашей работе, найти новые пути сотрудничества.

Проанализировав результаты повторного тестирования детей, мы убеждаемся, что уровень знаний детей повышается, а уровень проблем и затруднений напротив снижается. Исходя из результатов повторного тестирования, можно сделать вывод: работу в данном направлении нужно продолжать, расширять и углублять, так как она дает неплохие результаты.

Одним словом коллектив группы работает в тесном сотрудничестве с родителями своих воспитанников. Это приводит к положительным результатам по опыту прошлых лет.