**«Здоровье детей – забота общая»**

**И.К. Воронцова**

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад присмотра и оздоровления № 52г. Армавир**

***« Человек - часть природы и должен жить по её законам. Тогда здоровье восстанавливается и сохраняется естественным путём»***

 Наверное, высокая и вечная мечта человечества о великом, прекрасном, мудром единении человека с природой дарована людям свыше. Как всякую мечту, мы несём это ощущение в себе по жизни.

Здоровье – это не отсутствие болезней как таковой или физических недостатков, а состояние полного физического, душевного, социального благополучия (из Устава Всемирной организации здравоохранения).

Н.М. Амосов полагает, что здоровье организма определяется его количеством, которое можно оценить максимальной производительностью органов при сохранении качественных пределов их функций.

В.П. Казначеев трактует здоровье как «процесс сохранения и развития биологических, физиологических и психических функций, оптимальной трудоспособности, социальной активности при максимальной продолжительности жизни».

В.А. Сухомлинский утверждал, что «Забота о здоровье ребенка - это комплекс санитарно-гигиенических норм и правил… не свод требований к режиму, питанию, труду и отдыху. Это, прежде всего, забота в гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».

Основными задачами детского сада по физическому развитию детей являются:

* охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;
* формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
* созданий условий для реализации потребности детей в двигательной активности; воспитание потребности в здоровом образе жизни.

Эти задачи решаются благодаря целостной системе по сохранению физического, психического и социального благополучия детей, способствующей приобщению к ценностям здорового образа жизни.

Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду. Вся жизнедеятельность ребенка в дошкольном учреждении должна быть направлена на сохранение и укрепление здоровья. Основой являются еженедельные познавательные, физкультурные и интегрированные занятия, партнерская совместная деятельность педагога и ребенка в течение дня. Целью оздоровительной работы в ДОУ является создание устойчивой мотивации потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих.

Поэтому очень важно правильно сконструировать содержание воспитательно- образовательного процесса по всем направлениям развития ребенка, отобрать современные программы, обеспечивающие приобщение к ценностям, и прежде всего, - к ценностям здорового образа жизни.

В нашем дошкольном учреждении разработана комплексная система оздоровления тубинфифированных и тубвиражных детей в условиях ДОУ, представляющую фундамент для организации физкультурно - оздоровительной работы и воспитательно - образовательного процесса в режиме здоровьесбережения:

Индивидуальная психодиагностика: особенности психического развития, диагностика уровня готовности к школе, эмоциональное состояние, степень сформированности социальных отношений.

Коррекционно-развивающие занятия. Минутки релаксации на занятиях. Психолого-педагогическое просвещение педагогов: консультации по вопросам охраны психического здоровья ребенка, семинары, семинары-практикумы, тренинги. Информирование о результатах диагностики, с целью поиска путей дальнейшего развития ребёнка.

Психолого-педагогическое просвещение родителей:

работа консультативного пункта, семейный клуб «Школа здоровья для родителей»,

 родительские собрания,

наглядная информация для родителей.

**Психологическое сопровождение**

Индивидуальная психодиагностика: особенности психического развития, диагностика уровня готовности к школе, эмоциональное состояние, степень сформированности социальных отношений.

Коррекционно-развивающие занятия. Минутки релаксации на занятиях. Психолого-педагогическое просвещение педагогов: консультации по вопросам охраны психического здоровья ребенка, семинары, семинары-практикумы, тренинги. Информирование о результатах диагностики, с целью поиска путей дальнейшего развития ребёнка.

Психолого-педагогическое просвещение родителей:

работа консультативного пункта, семейный клуб «Школа здоровья для родителей»,

 родительские собрания,

наглядная информация для родителей.

**Психологическое сопровождение**

**Направления работы**: физкультурно – оздоровительное, медико – профилактическое, психологическое.

**Физкультурно – оздоровительное направление** **представляет три блока**.

* Воспитательно-образовательный : диагностика возрастно – половых показателей физической подготовленности детей. Физкультурные занятия, включая занятия с экологическим сюжетом и нетрадиционными техниками оздоровления, занятия по ЗОЖ, музыкально-ритмические занятия, утренняя гимнастика, пробуждения после дневного сна, оздоровительный бег, физкультурные минутки, пальчиковая гимнастика. Игры и упражнения для профилактики коррекции осанки и плоскостопия. Самостоятельная двигательная активность детей.
* Оздоровительный блок: Диагностика узких специалистов (врачи УМП, физдиспансер). Занятия в секции коррекционно - профилактической гимнастики «Здоровей-ка». Использование коррекционно-развивающих упражнений в работе кружка фитбол –гимнастики « Веселый мяч» . Закаливающие мероприятия воздухом: утренний приём на воздухе; прогулки; подвижные игры. Закаливающие процедуры (ходьба босиком по дорожкам с различным покрытием и наполнителем); Режим проветривания. Закаливание водой: обширное умывание лица и рук, купание летом. Активный отдых: каникулы, Дни здоровья, спортивные развлечения, досуги, праздники, турпоходы.
* Коррекционно-развивающий блок: Занятия в секции коррекционно- профилактической гимнастики «Здоровей-ка». Психогимнастика по М.И.Чистяковой, Алябьевой. Самомассаж по А.М.Уманской. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой. Гимнастика для глаз по Э.С.Аветисову. Игры на развитие познавательной и эмоционально- волевой сферы. Диагностика возрастно - половых показателей физической подготовленности детей.
* Медико – профилактический блок включает: Осмотр детей во время приёма. Осмотр врачом фтизиатром. Осмотр узкими специалистами. Оперативное наблюдение ЧБД, детей диспансерной группы. Мониторинг антропометрических показателей ребёнка. Лечение по назначению врача: химико-терапевтическое лечение + общеукрепляющее. Физиотерапевтические процедуры (электрофорез, ультрафиолетовое облучение, МКУЦСП «Доверие»). Профилактический прием дибазола, элеутерококка, оксалиновой мази для носа. Масляные и травяные ингаляции дыхательных путей. Поливитамины. Обеспечение рационального питания, витаминизированый второй завтрак. Витаминизация третьих блюд. Луковая и чесночная закуски. Дезинфекция групп бактерицидной лампой. Ежемесячный выпуск газет» Неболей-ка». Создание в уголках для родителей рубрик «Копилка семейного здоровья», «Советы доктора».
* Психологическое сопровождение**:** *Индивидуальная психодиагностика:* особенности психического развития, диагностика уровня готовности к школе, эмоциональное состояние, степень сформированности социальных отношений.

Коррекционно-развивающие занятия. Минутки релаксации на занятиях. *Психолого-педагогическое просвещение педагогов*: консультации по вопросам охраны психического здоровья ребенка, семинары, семинары-практикумы, тренинги. Информирование о результатах диагностики, с целью поиска путей дальнейшего развития ребёнка.

*Психолого-педагогическое просвещение родителей:* работа консультативного пункта, семейный клуб «Школа здоровья для родителей», родительские собрания, наглядная информация для родителей. Дни здоровья, День открытых дверей «Я и дома, и в саду с физкультурой дружу»; конкурсы стенгазет «Спорт в нашей семье», «Чтоб расти и закаляться!»;

конкурс «Лучший спортивный герб семьи»; конкурс коллажей «Полезная и вредная еда» и др.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей. Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры.

В работе нашего дошкольного учреждения широко применяются здоровесберегающие технологии в организованной образовательной деятельности и в режимных моментах: релаксациоционные минутки, пальчиковая гимнастика, динамические паузы между занятиями, физкультминутки, современные методики оздоровления: массаж биологически активных точек, самомассаж по Уманской, дыхательная гимнастика П.П.Бордучили, гимнастика пробуждения Н.Н.Ефименко, упражнения на коррекцию зрения и осанки. В игровой, сказочной форме дети осваивают приемы самомассажа, дыхательную гимнастику, гимнастику для глаз, развивают двигательные навыки, знакомятся со строением тела, значением каждого жизненно важного органа для человека и т. п.

Изучение программы В.Т. Кудрявцева и Б.Б. Егорова «Развивающая педагогика оздоровления» помогло нам внедрить в работу с детьми такие формы оздоровления, как психогимнастику, самомассаж, мимическую гимнастику, что значительно обогатило режимные моменты, а использование нетрадиционных форм и методов оздоровления явилось средством обогащения развития личности каждого нашего воспитанника. Введение нетрадиционных форм оздоровления во все занятия позволило вовремя снимать мышечное напряжение, увеличить плотность занятий и работоспособность дошкольников. Кроме этого, вводя каждый раз что-то новое (текст, музыку и т.д.), мы способствуем не только повышению заинтересованности детей, но и развитию у них познавательных способностей.

Физическое развитие ребенка тесно связано с его познавательно-речевым и художественно-эстетическим развитием. Использование не только на занятиях, но и вне организованной деятельности различных форм оздоровления детей, развивает у них все психические процессы. Регулярное применение нетрадиционных форм оздоровления, способствует развитию у детей координационных способностей и подготовки руки к письму, а использование элементов психогимнастики помогает снять интеллектуальное, эмоциональное напряжение, способствует предупреждению утомляемости детей и повышению их работоспособности, развитию у них творческих способностей.

Список литературы

Береснева З.И. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ, М., 2004

Волкова В.А. заведующий МДОУ Д/с 10 г.Лесосибирск .Создание системы мониторинга как средства управления ДОУ //Управление ДОУ №3,4, 2006.

Волкова В.А., Соколова Н.Б. Воспитательная система ДОУ М., ТЦ «Сфера» 2007.

Ввозная В.И., Коновалова И.Т. Организация воспитательной и оздоровительной работы в ДОУ М., ТЦ Сфера, 2006

Гордеева В.А. Инновационные подходы к физкультурно-оздоровительной работе в ДОУ //Управление ДОУ №8, 2006.

Данилина Т.А. Взаимодействие ДОУ с социумом – М.:АРКТИ, 2004.

Волгоград. Проектирование как здоровьесберегающая технология в ДОУ //Управление ДОУ №1,2004.

Зуйкова М.Б. Режим – путь к здоровью. //Управление ДОУ №1,2006.

Филиппова Л.В. Опыт социальной работы ДОУ в микрорайоне.//Управление ДОУ №4,2003.