

Здоровьесберегающие технологии (из опыта работы)

Здоровьесбережение и здоровьесобогащение – важнейшие условия организации педагогического процесса.

В своей работе большое внимание уделяю здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей.

В детском саду созданы необходимые условия для того, чтобы здоровьесберегающие технологии проводились планомерно, систематически: имеется спортивная площадка – стадион; музыкально - спортивный зал с оборудованием, пособиями и атрибутами, необходимыми для физического развития ребёнка, медицинский кабинет. В группах оборудованы уголки двигательной активности, которые, как и музыкально - спортивный зал оснащены согласно возрасту детей необходимым оборудованием, а также соответствуют технике безопасности.

В своей педагогической деятельности первостепенное внимание уделяю охране жизни и укреплению здоровья детей. В летний период мною, совместно со старшей медицинской сестрой детского сада разрабатывается цикл закаливающих и профилактических мероприятий, способствующих укреплению здоровья детей (*профилактика плоскостопия, сколиоза, нарушения осанки и др.*). Для профилактики плоскостопия используем упражнения на укрепление мышц, сохраняющих свод. Массажная дорожка делает ходьбу по ней отличной тренировкой мышц стопы.

Дидактическая игра «Здоровые ножки» укрепляет мышцы и связки ног и стоп посредством выполнения корригирующих физических упражнений. В течение всего учебного года закаливающие и профилактические мероприятия (согласно сезону, способствующие укреплению здоровья детей проводятся планомерно, систематически, успешно и активное участие в них принимают все участники образовательного процесса, а это формирует у детей ценностное и осознанное отношение к своему здоровью, приобщение к ЗОЖ и желание заниматься физкультурой.

Обязательно соблюдаю все правила и требования на основании СанПиН 2.4.3648-20 от 28.09.2020 г.: проветриваю музыкально – спортивный зал в отсутствие детей, систематически провожу кварцевание, проверяю оборудование на исправность.

В летний период совместно со старшим воспитателем детского сада «Сказка» составляем перспективный план спортивных праздников, физкультурных досугов, куда активно включаем участие не только детей и педагогов, но и родителей.

Основные мероприятия с детьми:

- Организация и проведение НОД;

- Просветительско-воспитательная работа с дошкольниками (проведение дней здоровья, конкурсов, спортивных соревнований, спортивных праздников, досугов и т. д.);
- Организация физкультурно-оздоровительной работы (индивидуальные занятия по коррекции физического развития и профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата; организация физкультминуток; регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий).

Необходимое условие при этом – доброжелательное отношение к детям со стороны педагога. Я проявляю к ребенку искренний интерес, помогаю ему преодолевать неудачи, радуюсь вместе с ним его успехам. Я стараюсь, чтобы все упражнения выполнялись на фоне позитивных ответных реакций ребенка, доставляя ему не только мышечную, но и эмоциональную радость.

На протяжении многих лет идёт взаимодействие детского сада с социальными институтами: с ДЮШС г. Нефтегорска (*спортивная школа*) и МАУ «ЦФКС» муниципального района Нефтегорский в направлении «*Физическое развитие*».

Я стараюсь развивать у детей интерес к спорту и формировать потребность к здоровому образу жизни. И после детского сада многие воспитанники продолжают заниматься в спортивных секциях, достигая высоких результатов.

В своей педагогической работе сложилась система взаимодействия с семьями воспитанников. Родители, не владея в достаточной мере знаниями возрастных особенностей физического развития ребёнка, порой осуществляют воспитание вслепую. Именно поэтому необходимо тесно сотрудничать с родителями, предоставляя им информацию о развитии и воспитании детей, а также знакомить со спортивной жизнью детского сада. В музыкально – спортивном зале имеется информационный стенд, где размещается информация для родителей в рубриках «*Для вас родители*», «*Наши награды*».

Информация обновляется в соответствии с темой недели, а в рубрике «*Наши награды*» родители могут посмотреть спортивные достижения по мере участия в мероприятиях города.

В каждой группе в раздевальной комнате есть уголки для родителей, где еженедельно я размещаю информацию о том, чем дети занимаются на физкультуре. Так же даю рекомендации родителям (прочитать сказку - если занятие построено на сказках, поупражнять детей в каком либо упражнении, или принести для занятия «*руль*», либо другой атрибут для выполнения ОРУ «*Едем на машинах*» или для подвижной игры, чтобы вызвать и сохранить интерес у детей на протяжении всего занятия).

В родительских уголках размещаю памятки, буклеты, брошюры рекомендации по здоровьесбережению воспитанников, которые всё больше пользуются у родителей спросом.

Регулярно провожу родительские собрания, мастер – классы, консультации и беседы с родителями, касающиеся здоровьесбережения и здоровьесбережения детей, освещаю эти вопросы не только на родительских собраниях, но и через информационные уголки и СМИ.

Родители принимают активное участие в спортивных мероприятиях на уровне ДООУ и города.

Работа с педагогами детского сада по данной технологии тоже ведётся регулярно. Для этого я поставила перед собой задачи, которые помогут мне реализовать цели моей педагогической деятельности:

- повысить профессиональную компетенцию педагогов в вопросах здоровьесбережения и здоровьесбережения детей дошкольного возраста;
- активизировать, систематизировать и обобщать работу ДООУ по формированию ЗОЖ у дошкольников через вариативные формы обучения

Системный подход к организации деятельности с педагогами позволяет повысить уровень их профессиональной компетентности в воспитании у дошкольников здорового образа жизни, создавать необходимые условия для творческого поиска более эффективных методов и форм работы с детьми, добиваться хороших результатов по сохранению и укреплению здоровья дошкольников.

Систематически проводимые оздоровительные мероприятия способствуют укреплению организма, предупреждают отклонения в физическом развитии, развивают умение заботиться о своём здоровье. Они интересны всем участникам образовательного процесса и дают положительный результат.

Совместно со старшей медицинской сестрой ДООУ состояние здоровья детей определяем комплексной оценкой уровня здоровья и физической работоспособности.

Ежегодно в детском саду «Сказка» врачи Нефтегорской Центральной Районной Больницы проводят медицинский осмотр детей. Результаты медицинского осмотра дают положительные результаты.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод:

Используемые в ДООУ здоровьесберегающие технологии, формируют у детей дошкольного возраста стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.