«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»

Нормативно-правовая база:

- Конституция РФ
- Конвенция о правах ребенка
- Федеральный Государственный Образовательный Стандарт
- Устав ДОУ

Здоровьесберегающие технологии - это

- Система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах обучения и развития

Актуальность

- **Внедрение здоровьесберегающих технологий способствует воспитанию интереса ребёнка к процессу обучения, повышает познавательную активность и, самое главное, улучшает психоэмоциональное самочувствие и здоровье детей. Способствует снижению заболеваемости, повышению уровня физической подготовленности, сформированности осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.**

Требования ФГОС:

- Гарантия охраны и укрепление физического и психического здоровья детей;
- обеспечение эмоционального состояния детей;
- Создание условий для развивающего вариативного дошкольного образования;
- Обеспечение открытости дошкольного образования;
- Создание условий для участия родителей в образовательной деятельности

Принципы ФГОС

- **Полифункциональности:** предметная развивающая среда должна открывать перед детьми множество возможностей, обеспечивать все составляющие образовательного процесса;
- **трансформируемости:** предоставляет возможность изменений, позволяющих, по ситуации, вынести на первый план ту или иную функцию пространства;
- **вариативности**: предполагается периодическая сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих исследовательскую, познавательную, игровую, двигательную активность детей

- **насыщенности:** среда соответствует содержанию образовательной программы, разработанной на основе одной из примерных программ, а также возрастным особенностям детей;
- **доступности:** среда обеспечивает свободный доступ детей к играм, игрушкам, материалам, пособиям;
- **безопасности:** среда предполагает соответствие ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности.

Цель здоровьесберегающих технологий в ДОУ:

- **Применительно к ребенку** – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитанника детского сада
- воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека
- знания о здоровье и умения оберегать, поддерживать и охранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни
- безопасное поведение, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.
- **Применительно к взрослым** – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.

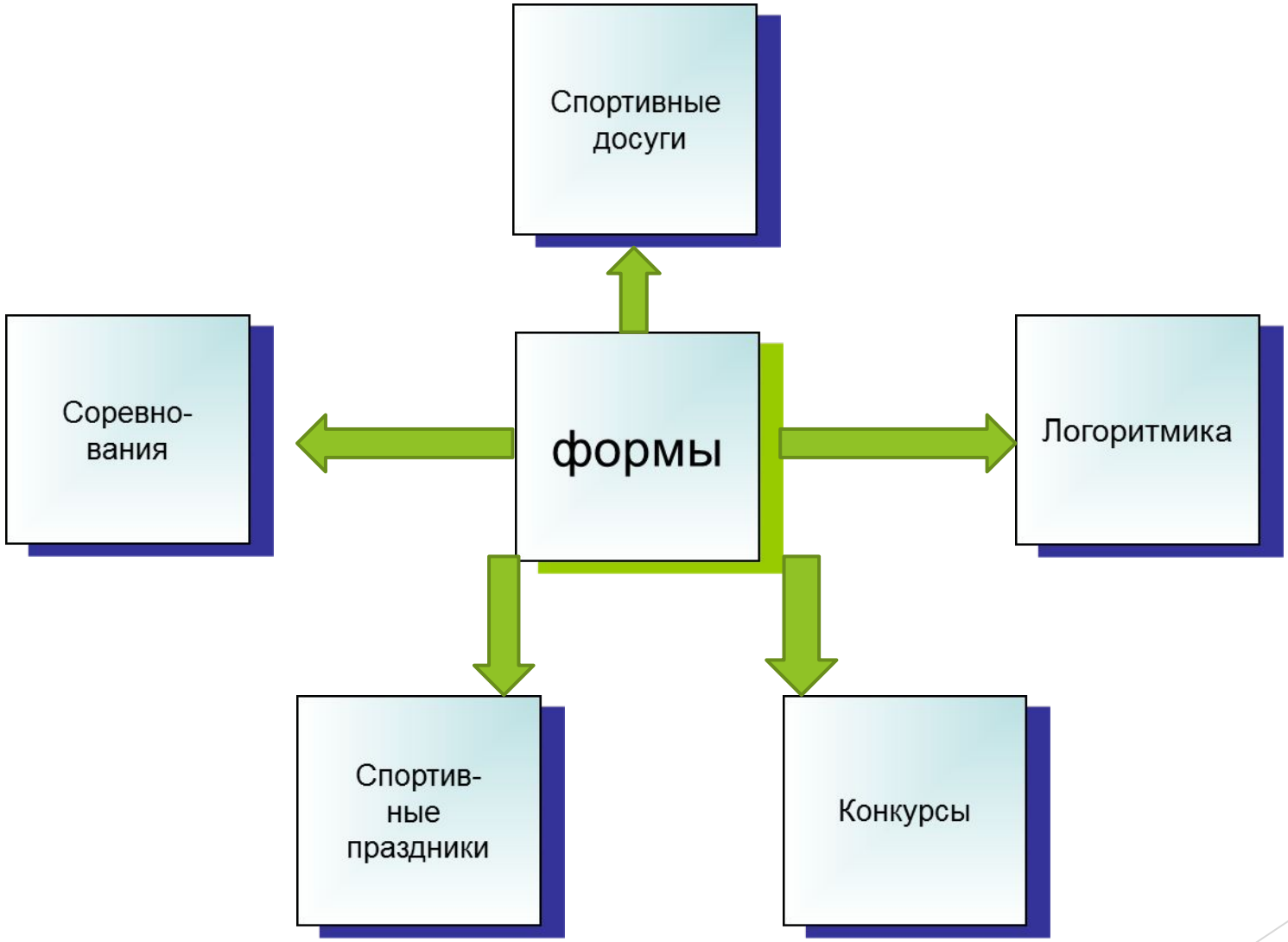
Задачи
по здоровьесбережению в ДОУ

- Сохранение и укрепление здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания, оптимизации двигательной деятельности на свежем воздухе;
- Обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни;
- Конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении их здоровья, развитии творческого потенциала;
- развитие физических качеств;
- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников;
- формирование правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;
- воспитание привычки повседневной физической активности;

Система здоровьесбережения в ДОУ:

- оздоровительные режимы;
- комплекс закаливающих мероприятий (хождение по “дорожкам здоровья”, пребывание детей на свежем воздухе, бодрящая гимнастика);
- непосредственная образовательная деятельность по физической культуре;
- оптимизация двигательного режима: традиционная двигательная деятельность детей (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, проведение подвижных игр, прогулки) и инновационные технологии оздоровления и профилактики (логоритмика);
- организация рационального питания;
- медико-профилактическая работа с детьми и родителями;
- соблюдение требований СанПиНа к организации педагогического процесса;
- комплекс мероприятий по сохранению физического и психологического здоровья педагогов.

Формы физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ



Профилактические мероприятия:

- Кварцевание групповой и спальни
- Гимнастика после сна
- Дыхательная гимнастика
- Проветривание групповой и спальни
- Прогулки на свежем воздухе
- Релаксация

Здоровьесбережение в работе с педагогами ДОУ

- Активное участие педагогов в оздоровительных мероприятиях для детей
- Консультации для педагогов «Признаки утомляемости ребёнка дошкольника», «Запрещённые физические упражнения для детей дошкольного возраста», «Как правильно провести гимнастику (различные виды) с дошкольниками», «Профилактика утомляемости дошкольников в ДОУ» «Работа воспитателя по разделам программы «Основы безопасности и жизнедеятельности детей» и др.
- Обсуждение вопросов здоровьесбережения на педагогических совещаниях

Взаимодействие ДОУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей.

- Информационные стенды для родителей в каждой возрастной группе, освещающие вопросы оздоровления (комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры.)
- Информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми в ДОУ
- Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДОУ (соревнования, спортивные праздники, дни открытых дверей, Дни и Недели здоровья)
- Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.

Результаты внедрения здровьесберегающих технологий в ДОУ

Для детей:

- Сформированные навыки здорового образа жизни.
- Правильное физическое развитие детского организма, повышение его сопротивляемости инфекциям.
- Улучшение показателей здоровья и показателей физической подготовленности.
- Сформированность гигиенической культуры, наличие потребности в здоровом образе жизни.

Для родителей:

- Сформированная активная родительская позиция.
- Повышение компетентности родителей в вопросах физического развития и здоровья.
- Активное участие родителей в жизнедеятельности ДОУ.

ВСЕМ
Здоровья, добра, благополучия!

ЯНАО, МДОУ «Детский сад «Журавлёнок г.Надыма»

Деркач Алена Сергеевна

Воспитатель