**ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА В ДОО**

Пусть педагог всегда спешит к детям,

радуется каждой встрече с ними!

Тогда и дети будут спешить и

от всего сердца радоваться каждой

встрече со своим педагогом.

Ш.А. Амонашвили

Формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма – одна из основных проблем в современном обществе. В соответствии с Законом «Об образовании» здоровье детей относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования.

Дошкольный возраст – наиболее важный период в жизни человека. Именно в этом возрастном периоде закладываются основы здоровья, правильного физического развития, происходит становление двигательных способностей, формируется интерес к физической культуре и спорту, воспитываются личностные, морально-волевые и поведенческие качества**.**

Медики отмечают тенденцию к увеличению числа дошкольников, имеющих различные функциональные отклонения, хронические и аллергические заболевания.

В настоящее время идет постоянный поиск новых и совершенствование старых форм, средств и методов оздоровления детей дошкольного возраста в условиях организованных детских коллективов. Роль дошкольного учреждения на сегодняшний день состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье ребенка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью.

Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей.

Кроме того, серьезной задачей является и обеспечение максимально высокого уровня реального здоровья воспитанников детских садов, воспитание валеологической культуры для формирования осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни как собственных, так и других людей.

Стратегией здоровьесберегающей образовательной технологии является организация образовательного пространства в условиях детского сада, при которой обучение, воспитание и развитие детей происходит без нанесения ущерба их здоровью. Одновременно решаются такие задачи, как формирование и укрепление здоровья, воспитание здорового образа жизни.

Здоровьесберегающее пространство включает в себя не только организованную среду в группе и ДОО, но и воспитательно-образовательную работу проводимую педагогами с детьми.

Здоровьесбережение – это специально организованное взаимодействие детей и педагогов, направленное на достижение целей здоровьясбережения в ходе воспитательно-образовательного процесса.

Создание  здоровьесберегающего пространства в условиях детского сада (охрана и укрепление здоровья воспитанников, всестороннее физическое развитие) – одно из ведущих направлений деятельности нашего учреждения, поскольку полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности. Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием.

В ходе совместной деятельности с детьми и сотрудничества с семьей дошкольное учреждение должно обеспечивать восхождение дошкольника к культуре здоровья. Поэтому, очень важно, именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.

Начиная с младшего дошкольного возраста, мы создаем условия для формирования у детей основ здорового образа жизни в процессе различных форм работы и поддержания здоровья дошкольников с использованием здоровьесберегающих технологий.

Для создания в дошкольном учреждении единого здоровьесберегающего пространства следует подчеркнуть важность условий, обеспечивающих  физическое, психическое и социальное благополучие ребенка, организации двигательной развивающей среды. Ведь от степени развития естественной потребности ребенка в движении во многом зависит развитие двигательных навыков, мыслительной деятельности, памяти, внимания, восприятия, эмоциональной сферы.

Созданный нами «Центр физкультуры и здоровья» включает в себя не только спортивный инвентарь, но и разного рода массажёры, тренажёры для развития, коврики для профилактики плоскостопия, дорожки здоровья, дидактические игры, картотеки подвижных игр, считалок, альбом «Виды спорта», книги и иллюстрации.

В нашем учреждении проводилась профилактическая работа с детьми, имеющими аллергопатологию, поэтому свою работу мы начинали совместно с работой специалистов: врача – аллерголога, врача – физиотерапевта, врача ЛФК, старшей медицинской сестры, диетсестры, инструктора ЛФК, медсестры по массажу.

Дыхательная гимнастика – эта форма работы уже давно знакома нашим детям. Дыхание - важнейший физиологический процесс, происходящий автоматически, рефлекторно. Важно научить ребенка чувствовать свое дыхание, то есть обращать внимание на то, как он дышит: ртом и носом, задерживает ли дыхание.

Совместно со специалистами наш педагогический коллектив проводит работу по формированию и закреплению навыков правильного дыхания и упражнений дыхательной гимнастики.

Подвижные игры создают положительный эмоциональный подъем, вызывают у детей веселое бодрое настроение, снимают физическое и психоэмоциональное напряжение.

Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния. В нашей работе мы используем музыку в качестве вспомогательного средства, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя, в процессе игровых образовательных ситуаций. Включаем спокойную, мелодичную, мягкую музыку перед сном, чтобы помочь трудно засыпающим детям успокоиться и расслабиться.

Пальчиковую гимнастику мы проводим ежедневно в процессе режимных моментов или в совместной и самостоятельной деятельности индивидуально, либо с подгруппой детей. Эти игровые упражнения тренируют мелкую моторику, стимулируют речь, пространственное мышление, внимание.

Утро всегда начинается с утренней гимнастики, которая проводится без принуждения с целью создания у детей хорошего настроения и поднятия мышечного тонуса.

Гимнастику после дневного сна мы проводим ежедневно в игровой форме. В сочетании с контрастными воздушными ваннами она помогает поднять настроение детей, мышечный тонус, а так же способствует профилактике нарушений осанки и стопы. В комплекс гимнастики входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки.

Самомассаж мы проводим с детьми ежедневно в игровой форме в виде динамической паузы в процессе образовательных ситуаций. Он способствует формированию осознанного отношения к своему здоровью, активизации биологически активных точек, повышению функциональной деятельности головного мозга, защитных свойств организма, расслаблению мышц и снятию нервно-эмоционального напряжения.

Также в образовательной деятельности мы используем физкультминутки, в основе которых дыхательные упражнения.

На занятиях по физическому развитию в общеразвивающих упражнениях, ОВД и подвижных играх педагоги и инструктор по ФИЗО используют дыхательные упражнения.

На занятиях по художественно-эстетическому развитию музыкальный руководитель проводит дыхательные упражнения в групповой, подгрупповой и индивидуальной работе.

В своей работе мы используем так же такой метод, как релаксация.Техника релаксации направлена на снятие наружного напряжения, связанного с переутомлением, нарушением осанки, недостатком потребности организма в движении.

Физкультминутки мы проводим для снятия физического и психоэмоционального напряжения в процессе образовательной деятельности и между ней. Они включают в себя элементы дыхательной, пальчиковой гимнастики, самомассаж.

Ещё одной формой приобщения детей к здоровому образу жизни является игровая деятельность. Она является основным видом деятельности в дошкольном возрасте и позволяет не только сформировать у детей интерес к своему здоровью, но и необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Разнообразные дидактические игры, такие как «Азбука здоровья», «Если ты простудился», «Если малыш поранился», «Здоровый малыш», «Как избежать неприятностей» способствуют формированию познавательного интереса, расширению и уточнению элементарных представлений детей о здоровье. Дети узнают, какие продукты полезны для организма, какие витамины содержатся во фруктах и овощах, знакомятся со строением тела человека, правилами личной гигиены и безопасным поведением в быту и на природе. Малыши не только узнают новую информацию, но и закрепляют знания, полученные в процессе образовательной деятельности.

Театрализованные игры «Айболит», «Мойдодыр», «Айболит спешит на помощь», игры - драматизации вызывают у детей интерес к вопросам здоровья, в ненавязчивой форме предлагают положительный пример поведения, помогают узнать о пользе соблюдения культурно-гигиенических навыков, способах заботы о своем здоровье.

Разнообразные плакаты «Правила гигиены», «Дневник твоего здоровья», «Строение тела человека», «Полезные и вредные продукты» и т.д. вызывают у детей интерес, расширяют представления детей о своем здоровье.

Использование нестандартного здоровьесберегающего оборудования способствует формированию у детей интереса к выполнению упражнений. В предметно-пространственной среде, которую создают наши педагоги, очень много нестандартного оборудования для развития правильного дыхания («футбол», «ветерок в бутылке», «цветы-насекомые», «гнездо-птичка», «кувшинка-лягушка», вертушки и другие). Нами сделана «Дорожка здоровья», которая позволяет проводить профилактику и коррекцию здоровья детей в игровой форме.

Мы стараемся активно использовать в своей работе различные формы работы с родителями.

Красочные наглядные стенды в приемных знакомят родителей с жизнью детского сада, с Конвенцией о правах ребенка, с возрастными особенностями детей. В уголках для родителей необходимо поместить информацию практической направленности, приводить интересные факты, давать рекомендации воспитателей и специалистов. В результате такой работы, использовании различных форм и методов общения с родителями, должна повыситься педагогическая грамотность родителей; повыситься культура межличностного взаимодействия детей в детском саду.

Также для достижения целей здоровьесберегающих технологий в нашем дошкольном учреждении проводятся различные мероприятия (консультации, круглые столы и др.) при подготовке к педагогическому совету «Организация образовательного здоровьесберегающего пространства в ДОО». Ведь педагогический совет – это площадка, где проявляется новаторство каждого педагога, осуществляется поиск решений проблем и обобщение опыта.

Итак, за время работы с использованием здоровьесберегающих технологий уровень заболеваемости детей в нашей группе и в целом по дошкольному учреждению значительно снизился, а уровень сформированности культуры здоровья детей значительно вырос. Повысился интерес родителей к здоровому образу жизни, физкультурно-оздоровительной работе с детьми.

Таким образом, создание единого здоровьесберегающего пространства в МБДОУ для детей дошкольного возраста является одним из основных составляющих здоровья ребенка. А внедрение в деятельность ДОО здоровьесберегающих технологий позволяет использовать их как мощный фактор оздоровления детей и снижения заболеваемости.

Несмотря на изменения, произошедшие в настоящее время в системе дошкольного образования, и сокращение медицинского персонала, педагоги нашего дошкольного учреждения продолжают свою работу по развитию здоровьесберегающего образовательного пространства ДОУ. Свою работу мы планируем продолжать и закреплять в дальнейшей деятельности. А также разнообразить формы работы с родителями по данной проблеме. Разработать и реализовать серию детско-родительских проектов оздоровительной направленности.

**Библиографический список**

1. Волошина Л. Организация здоровьесберегающего пространства//Дошкольное воспитание. – 2004. №1 с.114-117.
2. Крылова Н.И. Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения: проектирование, тренинги, занятия / сост. Н.И. Крылова. – Волгоград: Учитель, 2009. – 218 с.
3. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии. Учебное пособие. — М.: Академия, 2010. – 192 с.
4. Николаева Е.Н., Федорук В.И. Захарина Е.Ю. Здоровьесбережение и здоровьеформирование в условиях детского сада. Методическое пособие. ФГОС / Изд. Детство-Пресс, 2014. – 240 с.
5. Смирнов Н.К. Руководство по здоровьесберегающей педагогике – М.: АРКТИ, 2008. — 288 с.
6. Сундукова А.К., Калайтанова Г.Н., Майгурова Е.В. Практический опыт здоровьесберегающей деятельности в ДОУ. – М.: АРКТИ, 2010 – 104 с.