Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе ДОУ в условиях ФГОС

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать нам, педагогам дошкольных учреждений.

В действующем Законе “Об образовании” первоочередной задачей является “ здоровье человека и свободное развитие личности”. Охрана здоровья детей входит в число приоритетов деятельности образовательного учреждения. Именно здоровье является условием успешного роста и развития личности, её духовного и физического совершенствования, а в дальнейшем во многом успешной жизни.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий в нашем детском саду – обеспечить ребенку в условиях комплексной информатизации образования возможность сохранения здоровья, сформировать необходимые знания, умения и навыки не только общеобразовательного характера, но и здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Принципы здоровьесберегающих технологий: -“не навреди!”

- принцип сознательности и активности;

- принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса;

- принцип всестороннего и гармонического развития личности;

- принцип доступности и индивидуальности;

- принцип систематичности и последовательности;

- принцип системного чередования нагрузок и отдыха;

- принцип постепенного наращивания оздоровительных воздействий, адекватности.

Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий зависит от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий ДОУ, профессиональной компетентности педагогов, а также показаний заболеваемости детей.

Дошкольное образовательное учреждение имеет большие потенциальные возможности для формирования у детей здоровьесберегающей культуры, навыков здорового образа жизни.

Анализ состояния здоровья детей дошкольного возраста показывает, что за последнее десятилетие количество абсолютно здоровых детей снизилось с 26 до 14 % и увеличилось количество детей, имеющих хронические заболевания, с 19 до 16, 5 %. Неоспоримо, что основная задача детского сада - подготовить ребенка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определенные привычки. Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысило результативность воспитательно-образовательного процесса, сформировало у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, вносятся необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; формируются положительные мотивации у педагогов ДОУ и родителей детей. Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии формируют у детей стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. В нашем детском саду для каждой возрастной группы составлен режим двигательной активности. В каждый вид деятельности включены упражнения, игры, которые направлены на укрепление и здоровьесбережение детей. Дозировка и темп зависит от возраста детей. Ведь только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

*Здоровьесберегающая деятельность осуществляется в следующих формах:*

- оздоровительно-физкультурная технология.

- медико-профилактическая технология

- здоровьесберегающая и здоровьеобогащяющая технология педагогов

- технологии валеологического просвещения родителей.

Физкультурно-оздоровительная деятельность осуществляется инструктором по физической культуре на занятиях по физическому воспитанию 3 раза в неделю, где 1 проводится на свежем воздухе и 2 в спортивном зале. Так же проводяться занятия с ипользованием : ритмопластики, подвижных и спортивных игр, релаксации, технологий эстетической направленности, пальчиковой гимнастики, гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики, гимнастики после сна, корригирующей гимнастики , стретчинга и т.п. Ежегодно проводится мониторинг за состоянием здоровья и физическим развитием детей детского сада. Вся работа по физическому воспитанию детей в ДОУ строится с учётом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Для этого на основании индивидуальных медицинских карт медсестра дошкольного учреждения составляет по каждой возрастной группе сводную таблицу, которая помогает воспитателям и медицинским работникам иметь чёткую картину о состоянии здоровья детей всей группы и каждого ребёнка в отдельности. Педагог, стоящий на страже здоровья ребенка, воспитывающий культуру здоровья ребенка и родителей прежде всего сам должен быть здоров, иметь валеологические знания, не переутомлен работой, должен уметь объективно оценивать свои достоинства и недостатки, связанные с профессиональной деятельностью, составить план необходимой самокоррекции и приступить к его реализации. Проводятся различные семинары – тренинги, практикумы, выставки, консультации. Проводятся совместные мероприятия, педагогические советы, где обсуждаются вопросы о здоровьесбережении.

Разработана система мероприятий, в целях сотрудничества с родителями по формированию здорового образа жизни у детей, к которым относятся: родительские собрания на которых часто обсуждается пропаганда здорового образа жизни, консультации, индивидуальные беседы, совместные конкурсы, спортивные праздники, выставки, стенгазеты. Дни здоровья, папки-передвижки, беседы, участие в районных спортивных мероприятиях.

В учреждении созданы условия и развивающая среда. а так же здоровьесберегающая инфраструктура: физкультурный зал оснащен спортивным оборудованием, необходимым для реализации программы. В каждой группе оборудован физкультурный уголок, позволяющий детям реализовывать потребность в движении: дорожки для профилактики плоскостопия, необходимый материал для педагогов и родителей по физическому развитию детей дошкольного возраста, уголки здоровья, которые оснащены как традиционными пособиями (массажными ковриками, массажерами, спортивным инвентарем и т. д., так и нестандартным оборудованием, сделанным руками педагогов и родителей: «сухой аквариум»; коврик из пробок, для массажа стопы ног; султанчики, вертушки и др. для развития речевого дыхания и увеличения объема легких; дорожки с крупными пуговицами; самодельные массажеры для рук; коврики или веревки с узелками.

Продуманы и реализуются разнообразные формы и методы оздоровления воспитанников, осуществляется оздоровительно-профилактическая работа (полоскания горла, умывание и обливание рук до локтя прохладной водой, босохождение, точечный массаж, самомассаж, С- витаминизация, физические упражнения после сна, максимальное пребывание детей на свежем воздухе и т.п.).

На игровых участках и спортивной площадкеимеется необходимое оборудование, таккак одной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни является прогулка.

Оздоровительная работа в нашем саду усиленно проводится и в летний период и представляет собой комплекс мероприятий, направленных на восстановление функционального состояния детского организма. Центральное место в этом комплексе занимает режим дня, который предусматривает максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующую возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

Здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как одну из самых перспективных систем 21 века, а подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберсгающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения для детей дошкольного возраста.