***Консультация для педагогов***

***«Инновационные формы работы с детьми по здоровьесбережению в ДОУ».***

Современный человек не имеет права считать себя образованным, не усвоив культуры здоровья. Формирование у детей валеологической культуры включает:

* знания о здоровом образе жизни;
* интерес к оздоровлению собственного организма и сознательную установку на ведение здорового образа жизни;
* развитие навыков и формирование привычек ведения здорового образа жизни;
* ответственность за своё здоровье и здоровье окружающих.

Здоровый образ жизни – это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях.

Главная цель, помочь ребёнку вырасти крепким и здоровым, дать малышу понять, что здоровье – основная цель жизни человека.

Здоровьесбережение в детском саду строится таким образом, чтобы создать педагогический процесс на единых требованиях к охране здоровья, физическому и общему развитию ребёнка.

Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Исходя из принципа «здоровый ребёнок – успешный ребёнок», считаем невозможным решение проблемы воспитания социально адаптированной личности без осуществления системы мероприятий по оздоровительной работе и физическому воспитанию детей. Поэтому в настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений педагогической деятельности выделяется применение в условиях детского сада здоровьесберегающих технологий.

Налицо соблюдение сотворчества воспитателя и ребёнка. Проектная деятельность отличается своей системностью, чёткими обучающими задачами, опорой на самостоятельный опыт ребёнка. Так, в текущем учебном году мы со своими воспитанниками и их родителями запустили долгосрочный проект «Страна Айболития». В рамках этого проекта интересно прошли такие мероприятия, как досуги «В гостях у Витаминки», «Щи да каша – пища наша», «Весёлые старты»; развлечения «Поможем Буратино найти здоровье», «Папа, мама, я – спортивная семья». Несколько НОД из серии «Путешествие в мой организм» тоже не оставили детей равнодушными. Родители активно включились в работу и на родительском собрании даже предложили выработать так называемый «Кодекс здоровья» для себя и своих детей. Кстати, «кодекс» оказался очень необычным и интересным. «Живя» в проекте, дети постепенно осваивают «азбуку здоровья».

Реализация принципов развивающего образования тоже вполне вписалась и в область физического развития, как это ни странно. Физическая культура потому и культура, что призвана вывести ребёнка за рамки повседневно накапливаемого им (культурно не оформленного) двигательного опыта.

А теперь задумаемся: так ли уж прост для детей процесс освоения моторного образца? Достаточно ли для этого показа и повтора движений? Конечно же, нет! Дети изображают не способ действия и соответствующие ему движения, а результат, который с помощью этого действия осуществляется. Как видим, моторный эталон не может быть усвоен «сразу» и «в лоб». Многократный показ педагогом и попытки воспроизведения ребёнком ничего не дадут, пока сам ребёнок не пройдёт определённый путь развития.

Вообще говоря, ни один технический навык ребёнок не может прочно усвоить без помощи фантазии. Отсюда три момента. 1. Эталон не может быть задан в готовом виде. 2. Эталон должен являться результатом решения той творческой задачи, которая вызвала необходимость в нём. 3. Эталон должен быть гибким, рассчитанным на применение в нетиповых ситуациях, открытым к преобразованию. В этом процессе дети сталкиваются с необходимостью решения специфических проблемно-двигательных задач. В ходе их решения они активно экспериментируют со способами построения собственных движений, конструируя новые, бесконечно многообразные «моторные поля». Иными словами, эталоны изначально задаются взрослыми и осваиваются ребёнком не в готовом виде, а в проблемной форме. Игровое экспериментирование с возможностями собственного тела при построении тех или иных движений позволяет детям разрешить возникшие проблемы. Один из основных способов творческого преобразования моторных эталонов – их проблематизация. Проблематизация – это действие ребёнка, приносящее в готовый «эталон» элемент незавершённости, неопределённости. Благодаря такой схеме построения работы ребёнок не только прочнее усваивает заданные двигательные эталоны, но и на доступном для себя уровне осмысливает источники их происхождения и границы их применимости.

С каждым годом современные информационные технологии всё плотнее входят в нашу жизнь. И в работе по здоровьесбережению в ДОУ ИКТ играет важную роль. Собственно говоря, почти всю совместную деятельность с воспитанниками мы строим на основе широкого использования средств информации образовательного процесса. Это укрепляет социальную и психическую составляющие здоровья детей.

Также хотим добрым словом упомянуть коррекционные технологии. Например, арттерапию, которую мы очень активно используем как самостоятельную технологию, так и в качестве вспомогательного средства для других технологий. Замечательно лечат детскую душу музыкотерапия, изотерапия, сказкотерапия, танцетерапия, смехотерапия, хромотерапия, анималотерапия, игротерапия и др. Неоспорима роль технологии коррекции поведения дошкольника. Использование коррекционных технологий в различных формах физкультурно-оздоровительной работы снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребёнка.

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребёнка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложнённое развитие.

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, если будут созданы условия для возможности корректировки технологий, в зависимости от конкретных условий и специализации ДОУ; если, опираясь на статический мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребёнку; будут сформированы положительные мотивации у педагогов ДОУ и родителей дошкольников.

Итак, сделаем краткие выводы из всего вышесказанного. У наших дошколят нет ещё достаточного стремления укреплять своё здоровье. Они генетически запрограммированы до определённого возраста на уход за ними со стороны взрослых. Поэтому наша задача – помочь им выработать собственные жизненные ориентиры, научить оценивать свои физические возможности, осознавать ответственность за своё здоровье. Одним словом, нам нужно создать детско-взрослое сообщество «дети-родители-педагоги». Что мы и делаем.

Это далеко не все инновационные подходы к организации физкультурно-оздоровительной работы по сохранению и укреплению здоровья детей. Каждый из нас может их продолжить и умножить.

И напоследок хочу напомнить десять золотых правил здоровьесбережения:

1. Соблюдайте режим дня!

2. Обращайте больше внимания на питание!

3. Больше двигайтесь!

4. Спите в прохладной комнате!

5. Не гасите в себе гнев, дайте ему вырваться наружу!

6. Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!

7. Гоните прочь уныние и хандру!

8. Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!

9. Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!

10. Желайте себе и окружающим только добра! Литература: