

## Организация здоровьесберегающей деятельности МБДОУ «Д/С №5»

Условия реализации основной образовательной программы должны обеспечивать полноценное развитие личности детей во всех образовательных областях. Раздел 3 ФГОС ДО определяет требования к условиям реализации Программы, которые направлены на создание социальной ситуации развития для участников образовательных отношений, включая создание образовательной среды, которая

-гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;

-обеспечивает их эмоциональное благополучие. Для нашего ДОУ в этом заключается организация здоровьесберегающей деятельности.

Основными задачами организации здоровьесберегающей деятельности в нашем детском саду являются:

- создание условий для укрепления и сохранения здоровья детей;
- формирование представления у детей о своём теле
- формирование представления о том, что полезно и что вредно для растущего организма;
- обучение детей правилам безопасности при выполнении различных видов деятельности;
- воспитание положительного отношения к двигательной активности.
- непрерывность и преемственность

Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии.

Используются следующие здоровьесберегающие технологии :

1. **Медико-профилактические**- обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним относятся :

- организация мониторинга здоровья дошкольников.(Один раз в 6 мес.)

Формами мониторинга детей с 1 года 6 мес. до 3 лет являются:

- определение уровня развития адаптивных способностей малыша;определение уровня физического развития по внешним признакам, по антропометрическим показателям;

- динамическое наблюдение за состоянием здоровья (врачами);
  - диагностика окружающей среды (групповой комнат, спальни, прогулочной площадки, и др.);
  - наблюдение за оптимальным режимом двигательной деятельности.
- организация и контроль питания детей раннего возраста,

При организации питания медсестрой учреждения совместно с поваром составляется перспективное меню на 10 дней с учетом соблюдения требований СанПин, методических рекомендаций

- организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов;

**2. Физкультурно-оздоровительные технологии** - направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности, становление физической культуры малышей: закаливание, дыхательная гимнастика, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности. Реализация этих технологий осуществляется воспитателями в разных формах организации образовательного процесса: во время непосредственно образовательной деятельности и прогулок, в режимные моменты и в свободной деятельности детей. Для этого у нас имеется необходимое физкультурное оборудование, согласно программы (мягкие модули, кубы, мячи, гимнастические палки, дорожки, наклонные и ребристые доски, лесенки и т.д.

Занятия строятся в игровой форме с обязательным включением простейших приемов самомассажа, пальчиковой гимнастики, фольклорных форм.

**3. Образовательные** – цель этих технологий; накопление знаний о здоровье и развитие умения его оберегать. Педагогический процесс строится с ориентацией на личность ребёнка, закономерным образом содействует его благополучному существованию, а значит здоровью.

Основным видом деятельности является игра. В режиме дня выделено время, которое заполняется полезными и увлекательными для детей играми-занятиями в зависимости от их возраста, интересов, желаний. Воспитатель сам определяет их содержание и длительность, место проведения, количество занимающихся; обращая внимание на следующее:

- детям сложно более 10 минут заниматься рисованием, лепкой, слушать книгу и т.п., так как они находятся в статичном положении;
- если ребенок утомлен, даже любое любимое дело, удовлетворяя эмоциональные потребности малыша, может привести к возникновению отклонений в состоянии его здоровья;
- ребенка необходимо часто переключать с одного вида деятельности на другой, последняя должна быть другой не только по содержанию и характеру, но и по участию различных групп мышц.

Кроме того, большое внимание в организации жизнедеятельности воспитанников уделяется:

- максимальному пребыванию детей на свежем воздухе во время проведения прогулок, утреннего приема детей, занятий по физическому развитию;
- В системе физического воспитания применяются:
- 1. Физкультурные занятия

- 2. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня.
  - *Утренняя гимнастика.* Цель - способствовать организованному началу дня, улучшению самочувствия и настроения, повышению работоспособности.
  - *Физкультминутки на занятиях.* Их цель - снятие утомления, повышение продуктивности умственной или физической работы, предупреждение нарушений осанки.
  - *Игры и физические упражнения на дневной прогулке* являются хорошим средством активного отдыха, укрепления здоровья воспитанников.
    - соответствию организации режимных моментов санитарно-гигиеническим правилам и нормам.

#### **4) Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка**

*Это* - обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в ДООУ и семье.

- создание безопасной предметно-развивающей среды
- реализация потребностей ребенка в движении
- предоставление детям возможности развиваться в индивидуальном темпе

Создавая здоровьесберегающую среду, мы учитывали все пространственные объёмы детского сада для активной двигательной деятельности детей, исходя из своих материально-технических и кадровых условий.

При групповом зонировании старались по возможности учитывать все принципы построения предметно-развивающей среды. В каждой группе нашлось место для физкультурных уголков. Спальные помещения используются для самостоятельных занятий с нестандартным физкультурным оборудованием, для игр и упражнений малой двигательной активности.

Успешность организации здоровьесберегающей деятельности в первую очередь зависит не только от материального обеспечения, но и от личности педагога, его умения моделировать свои знания с окружающим.

Как средство оздоровления детей используем музыкотерапию. В каждой группе есть магнитофон с дисками сказок, детских песен.

Основной показатель, отличающий все здоровьесберегающие технологии — регулярная диагностика состояния детей и отслеживание основных параметров развития организма в динамике (начало — конец учебного года), что позволяет сделать соответствующие выводы о состоянии их здоровья. Результативность работы отслеживается через проведение анкетирования родителей, диагностического обследования детей раннего возраста. В связи с коротким сроком пребывания ребенка в нашем учреждении, проследить результаты своей работы мы можем только за 1 календарный год

Мы уверены, что ни одна, даже самая лучшая здоровьесберегающая программа или технология не может дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьей. Для успешной организации работы по созданию психического и физического комфорта, воспитатели изучают проблемы каждого ребенка и группы детей в целом, определяют, где, как и какую оказать помощь ребенку и семье. Для родителей нет большей радости, чем здоровый, нормально развивающийся ребенок.