Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 8 «Золотой ключик» г. Холмска администрации муниципального образования «Холмский городской округ» Сахалинской области

694620, Сахалинская область, г. Холмск ул. Портовая д.10, Тел./факс: (42433) 2-00-94

**«Деятельность педагогов по созданию здоровье сберегающей среды»**

 Подготовила

Методист

Данилова Алина Рафаиловна

Основной задачей дошкольных учреждений является, прежде всего, сохранение и укрепление **здоровья детей**. Для решения данной задачи, я считаю необходимо **создание** оптимальных условий для всестороннего полноценного развития двигательных способностей и укрепление **здоровья детей**.

Работа по созданию здоровьесберегающей среды в детском саду строится на основе комплексного подхода, направленного на всестороннее развитие личности ребенка, на принципах гуманизации педагогического процесса, с опорой на единство требований дошкольного учреждения и семьи.

Говоря о создании здоровьесберегающей среды, подразумевается следующие направления:

Основные направления:

1. Организация жизни ребёнка в ДОУ т. е. режим дня;

2. Обеспечение благоприятной адаптации.

3. Выполнение санитарно – гигиенического режима.

4. Проведения обследования.

5. Лечебно-профилактические мероприятия; Предупреждение заболеваний: витаминизация *«С»*, релаксация, индивидуальный подход

6. Решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры.

7. Создание предметно пространственной среды в целом в ДОУ и в групповых комнатах;

Формирование культуры здорового образа жизни является одной из главной задачей первичной профилактики в укреплении здоровья детей. Для решения этой задачи мы разработали условия для создания здоровьесберегающей среды :

• формирование здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для конкретного дошкольного учреждения средств физического воспитания, оптимизация двигательной деятельности на свежем воздухе;

• использование в образовательной деятельности дошкольного учреждения духовно-нравственного и культурного потенциала, ближайшего окружения, воспитание детей на традициях русской культуры;

• конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении здоровья, развитии творческого потенциала;

• обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни.

В работе педагоги используют следующие технологии, которые способствуют созданию здоровьесберегающей среды :

• непосредственное обучение детей элементарным приемам здорового образа жизни (оздоровительная, пальцевая, корригирующая, дыхательная гимнастика, самомассаж, а также привитие детям элементарных культурно-гигиенических навыков;

• реабилитационные мероприятия *(витаминотерапия, функциональная музыка, физкультура)*

• организованная двигательная активность ребенка (физкультминутки, занятия оздоровительной физкультурой, подвижные игры, спортивно-оздоровительные с учётом сезона, возраста. В каждый вид деятельности я включаю упражнения, игры, которые направлены на укрепление и здоровьесбережение детей.

Ежедневно проводится гимнастику после дневного сна, которая включает в себя босохождение в сочетании с воздушными ваннами, с корригирующими упражнениями. Большую часть времени в дошкольном учреждении ребенок находится в группе, поэтому от того, насколько грамотно будет построена деятельность воспитателя по организации оздоровительной работы с детьми, зависит сохранение и укрепление их здоровья.

С целью реализации задачи по созданию здоровьесберегающей среды, в группах создана обстановка, которая позволяет детям удовлетворять свою двигательную деятельность: освобождено место, соответствующим образом расположена мебель и оборудование, предоставлены в свободное пользование детям различные игрушки и предметы, стимулирующие их двигательную активность, также мы приобрели горку, в группе имеется спортивный уголок: гимнастическая стенка для лазанья, мячи, воротики, кубы для перешагивания и другое оборудование

В наши дни каждый человек знает, что физкультура и спорт полезны для здоровья. Физическая культура охватывает те стороны жизни и воспитания, которые имеют решающее значение для нормального физического развития двигательной сферы человека. Физическое здоровье – основополагающее условие духовного и нравственного развития человека.

В соответствии с указанной целью физического воспитания перед педагогами стоят следующие задачи:

Оздоровительная : укрепление здоровья детей, всестороннее физическое развитие, закаливание организма;

Образовательная: формирование двигательных навыков и умений, развитие физических качеств;

Воспитательная: содействие умственному, эстетическому воспитанию.

С воспитанниками детского сада проводится работа по созданию среды наполненной традициями культуры здорового образа жизни, положительного эмоционального фона на занятиях, веду учет индивидуальных психофизиологических особенностей детей при организации занятий оздоровительной направленности. Также проводится организация детей и воспитательная работа с ними при проведении режимных процессов (умывание, прием пищи, одевание, раздевание, сон, гигиенический уход за детьми и воспитание у них гигиенических навыков и привычек, формирование потребности в здоровом образе жизни, гигиеническая оценка игр и занятий с детьми, внимание к осанке и охрана зрения детей. Так же используюся здоровьесберегающие технологии направленные на укрепление здоровья детей :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Формы работы | Время проведения в режиме дня | Особенности методики проведения |
| Технологии сохранения и стимулирования здоровья | Бодрящая гимнастика | После сна в постелях | Простые упражнения |
|  | Игровой час | После сна в группе каждый день | Комплекс, состоящий из подвижных игр, игровых упражнений, основных движений |
|  | Динамические паузы | Во время занятий 2-5 минут. По мере утомляемости детей | Комплексы физкультминуток могут включать дыхательную гимнастику, гимнастику для глаз |
|  | Подвижные и спортивные игры | Как часть физкультурного занятия, на прогулке, ежедневно | Используются только элементы спортивных игр, игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. |
|  | Пальчиковая гимнастика | Индивидуально, с подгруппой и всей группой, ежедневно | Проводится в любой отрезок времени |
|  | Дорожки здоровья | После сна, на физкультурном занятии | Обучение правильной ходьбе, формирование правильной походки |
| Технологии обучения здоровому образу жизни | Физкультурные занятия | 3 раза раза в неделю в том числе и на улице | Занятия проводятся в соответствии с программой |
|  | Утренняя гимнастика | Ежедневно | Комплексы подбираются в соответствии с программой |
|  | Физкультурные досуги | Один раз в квартал | Эффективная форма активного отдыха |
|  | Ситуативные малые игры | Один раз в неделю | Ролевая подражательная имитационная игра |
| Коррекционные технологии | Технологии музыкального воздействия | Сеансы во второй половине дня | Используется спокойная музыка, звуки природы |

Взаимодействие с семьей по проблеме воспитания здорового ребёнка также является важным направлением в работе педагогов. Ведь у истоков формирования определенного отношения к здоровью являются непосредственно взрослые, как носители определенных физических качеств. Задача педагогов дать рекомендации родителям для формирования правильного отношения к здоровью у ребенка, с помощью бесед, консультаций о здоровом образе жизни. Родители активно привлекаются к участию в жизни группы и детского сада, посещают родительские собрания как групповые, так и общие.

На информационных стендах для родителей оформлены рубрики, освещающие вопросы оздоровления, предлагаются комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, пальчиковые игры, советы по оказанию элементарной медицинской помощи.

Физкультурные праздники и досуги, *«дни Здоровья»* совместно проведенные с родителями, нацелены на воспитание положительных эмоций, высокую двигательную активность детей, свободное и непринужденное взаимопонимание, способствует функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делает его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды, то есть создают условия для того, чтобы все дети росли здоровыми.

Здоровьесберегающая среда, созданная в условиях нашего детского сада, способствует обеспечению адаптации ребенка в социуме, реализации потребностей детей в двигательной активности и более эффективному развитию двигательных навыков, навыков ведения здорового образа жизни.