

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №42 «КОЛОКОЛЬЧИК»

456440, РФ, Челябинская обл.,
г. Чебаркуль, ул. Крылова, д. 8,
Тел.:(835168)2-02-44

Выступление на пленарном совещании августовской
конференции работников системы образования в
Чебаркульском городском округе
Здоровьесберегающие технологии в ДОУ
Из опыта работы

Подготовила заведующий МБДОУ «ДС №42»
О.С. Злодеева

Чебаркуль, 2021

I.

Мы не ошибёмся, если скажем, что во все времена человеческой истории здоровье было одним из самых больших желаний человека, некой абсолютной ценностью. «Будьте здоровы!»- говорят люди друг другу. «Желаем вам самого главного – здоровья», говорят наши близкие. По большому счету здоровье было и остаётся дороже власти и богатства. Но, к сожалению, мы начинаем говорить о здоровье лишь тогда, когда его теряем. Поэтому заниматься этим вопросом следует с ранних лет жизни.

«Здоровье детей — здоровье нации!». Этот лозунг нашел свое отражение во многих образовательных документах, в том числе и в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования.

Детство – уникальный период в жизни человека, в процессе которого формируется здоровье и осуществляется развитие личности. Из детства ребёнок выносит то, что сохранит потом на всю жизнь.

Януш Корчак писал: “Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясним им, и они будут беречься”.

Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии»

Данные технологии можно рассматривать как одну из самых перспективных систем 21 века и как совокупность методов и приемов организации обучения дошкольников, без ущерба для их здоровья.

II.

Для обеспечения комплексного подхода к охране и улучшению здоровья воспитанников в нашем детском саду используются различные виды здоровьесберегающих технологий. По доминированию целей и решаемых задач, а также ведущих средств здоровьесбережения и здоровьесобогащения, их можно классифицировать на несколько видов: медико-профилактические технологии, физкультурно-оздоровительные технологии, здоровьесберегающие образовательные технологии, технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка, технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов ДОУ, технологии валеологического просвещения родителей.

1. Медико-профилактические технологии направлены на сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского работника ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами с использованием медицинских средств. Приоритет профилактики перед лечением, это главный принцип ДОУ в данном направлении.

К ним относятся такие технологии, как:

— организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;

— организация и контроль питания детей, физического развития, закаливания;

— организация профилактических мероприятий, способствующих резистентности детского организма (например: щадящий режим в период адаптации, в пик вспышки гриппа и в сезон простуд – орошение зева чесночным раствором, в нос - оксалиновая мазь, ароматерапия и т.д.);

— организация контроля и помощи в обеспечении требований санитарно-эпидемиологических нормативов – Сан ПиН;

— организация прививочной компании;

— организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

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 медработник дошкольного учреждения составляет по каждой возрастной группе лист здоровья, который помогает воспитателям иметь чёткую картину о состоянии здоровья детей.

2. Физкультурно-оздоровительные технологии направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка, развитие физических качеств двигательной активности и становление физической культуры дошкольников.

- Каждый день ребёнка в детском саду (начиная с трехлетнего возраста) начинается с приема и утренней гимнастики на свежем воздухе, в любое время года.

- Мы используем разнообразные варианты проведения физкультурных занятий: занятия по традиционной схеме, сюжетно-игровые занятия, занятия-соревнования, занятия-тренировки, ритмическая гимнастика, занятия на тренажерах, занятия-зачеты, во время которых дети сдают физкультурные нормы.

- В систему оздоровительной работы, проводимой в нашем детском саду также включены: гимнастика пробуждения, пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, игры, комплексы упражнений, гимнастика для профилактики нарушений осанки и плоскостопия.

- Особое внимание в режиме дня мы уделяем проведению закаливающих процедур. Отмечу, что педагоги самостоятельно выбирают различные виды закаливания для своей возрастной группы: воздушное закаливание, хождение по «дорожкам здоровья», точечный массаж, самомассаж, сон без маек, бег на улице без верхней одежды в любое время года, хождение босиком, топтание босиком в тазу со снегом зимой, до введения карантинных мероприятий каждое лето на территории детского сада устанавливали бассейн для детей, сейчас включили топтание в тазу с водой.

- Организован ежедневный оздоровительный бег в облегченной форме одежды, с методическими рекомендациями для каждой возрастной группы.

- Традиционно проводятся Дни здоровья.

• Активно мы взаимодействуем и с социальным окружением города в рамках физкультурно-оздоровительного направления:

- посещаем городской бассейн с детьми 5-7 лет (все дети ходят без пропусков),

- во все времена года с детьми совершаем пешеходные прогулки на городской стадион, где играем в подвижные игры, организуем эстафеты, проводим спортивные праздники и досуги.

Для полноценного физического развития детей в детском саду созданы определенные условия: имеется музыкальный зал совмещенный со спортивным, оснащенный стандартным оборудованием и нетрадиционным спортивным инвентарем, спортивная площадка, в групповых помещениях имеются зоны двигательной активности.

3. Здоровьесберегающие образовательные технологии – это, те технологии воспитания, которые направлены на воспитание культуры здоровья дошкольников, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению; формирование представлений о здоровье как ценности, мотивация на ведение здорового образа жизни.

4. Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка – технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника. Основная задача этих технологий обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника. В своей практике мы используем:

- психогимнастику,
- релаксацию,
- сказкотерапию,
- технологию музыкального воздействия, часто используем на занятиях по рисованию, перед сном, во время сна.
- песочную терапию,
- сухой бассейн,
- Су-Джок терапию.

5. Технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов детского сада – технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни. (Семинары, тренинги, практикумы). Так же отмечу, что коллектив детского сада активно принимает участие в спортивных мероприятиях города, где ежегодно занимаем призовые места. Тем самым на основе личного примера ведем пропаганду здорового образа жизни.

6. Валеологическое просвещение родителей.

В ДОУ ведется активная работа с семьями воспитанников для просвещения по созданию единой здоровьесберегающей среды в детском саду и дома. Медицинская сестра и педагоги детского сада регулярно проводят санитарно-просветительскую работу с родителями воспитанников в разных

форматах: размещают информацию на официальном сайте детского сада, печатают статьи в СМИ, оформляют папки-передвижки, где представлены рекомендации по оздоровительным, закаливающим мероприятиям, проводятся родительские встречи, консультации, анкетирование по вопросам здорового образа жизни. Приглашаем родителей воспитанников на открытые просмотры утренней гимнастики, физкультурных занятий, прогулки.

Родители стали нашими союзниками и принимают активное участие во все проводимых мероприятиях, в том числе и физкультурно-оздоровительной направленности, детского сада и города.

III.

Таким образом, созданная система по здоровьесбережению и здоровьесобогащению детей позволяет нам качественно решать задачу развития физически развитой, социально-активной, творческой личности. Данные выводы подтверждают показатели состояния здоровья и физического развития наших воспитанников. У большинства наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использование доступных средств для его укрепления. Дети показывают высокий уровень развития физических качеств, отдельных качественных сторон двигательных возможностей человека: быстроты, силы, гибкости, равновесия, выносливости, ловкости.

Комплекс здоровьесберегающих технологий обеспечил:

- снижение уровня заболеваемости (на одного ребенка составил 4,5 дня);
- снижение уровня утомляемости;
- повышение уровня адаптированности.

В заключении(завершении) хочется сказать:

Да, возможно, здоровье – это не все, но все без здоровья – ничто!