

Полетаева Маргарита Сергеевна,
воспитатель;
Московская Ирина Владимировна,
воспитатель;
Попова Ольга Анатольевна,
воспитатель
МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад №94»

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ДЕТСКОМ САДУ

Здоровьесберегающая деятельность в детском саду - процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьеобогащения, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.

Образовательные учреждения являются идеальным местом для проведения мероприятий по укреплению здоровья подрастающего поколения, пропаганды здорового образа жизни и воспитания культуры здоровья.

Все специалисты детского сада: медицинские работники, психологи, социальный педагог, музыкальный работник и инструктор по физкультуре совместно с воспитателями работают над воспитанием культуры здоровья детей. Если мы в нашей совместной деятельности научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только физически, но и духовно, интеллектуально.

Здоровьесберегающая деятельность в дошкольном учреждении позволяет осуществлять получение воспитанниками образования без ущерба для здоровья, а также воспитания у них культуры здоровья, потребности вести здоровый образ жизни, заботиться о собственном здоровье.

В основу работы педагогического коллектива положен технологический подход, который позволяет систематизировать все компоненты педагогической деятельности и акцентировать внимание на ее результаты в образовательном процессе.

Дошкольный период в жизни ребёнка является наиболее благоприятным для формирования здорового образа жизни. Именно в этот период у детей возникает познавательный интерес к знаниям о своем организме и здоровье, появляются жизненно важные гигиенические умения и навыки, полезные привычки, создающие условия для развития у воспитанников ценностного отношения к своему здоровью. Осознание ребенком самого себя, правильное отношение к миру, окружающим людям — все это зависит от того, насколько добросовестно, с любовью, грамотно воспитатель строит свою работу.

Для формирования новых качественных физических результатов в учреждении созданы необходимые условия, которые включают в себя систему последовательного поэтапного развития детей по основным направлениям: *двигательная деятельность и лечебно-профилактические мероприятия.*

Двигательная деятельность детей основывается на гигиеническом, рациональном двигательном режиме, основу которого составляют: разработанные комплексы утренней гимнастики с разными атрибутами, физкультминутки на занятиях, прогулки, подвижные игры, спортивные упражнения и игры с элементами спорта, физкультурно-спортивные праздники и соревнования, самостоятельная двигательная деятельность и разные виды физкультурных занятий.

Лечебно-профилактические мероприятия включают в себя: соблюдение режима, рациональное и полноценное питание, кварцевание, соблюдение температурного и питьевого режима, полоскание горла, проведение Дня здоровья, самомассаж, профилактику плоскостопия и нарушений осанки. Необходимым условием формирования здорового образа жизни и динамичного развития ребенка является система закаливания: облегченная одежда детей, ходьба босиком и гимнастика после дневного сна, обширное умывание, использование природных факторов (солнце, воздух и вода), особенно в летне-оздоровительный период.

Активное внедрение методик и технологий здоровьесбережения, тесный контакт педагогического и медицинского персонала, систематичность

проводимых мероприятий дают динамичные и положительные результаты, направленные на обеспечение социально-психологического благополучия воспитанников, валеологического просвещения детей и родителей.

Важной составляющей в работе по сохранению и укреплению здоровья детей является взаимодействие с семьей: это и пропаганда здорового образа жизни в семьях, и формирование культуры здоровья родителей, и выявление отношения родителей к культуре здоровья и объективных данных о физическом воспитании детей дома. Семья во многом определяет отношение детей к физической культуре, их интерес к спорту, активность, инициативу.

Мы, педагоги, активно привлекаем родителей к участию в совместных мероприятиях: спортивных праздниках, подвижных играх, соревнованиях «Папа, мама, я – спортивная семья», соревнованиях «Веселые старты». Эти соревнования и игры развивают у детей жизненно необходимые физические качества: ловкость, быстроту, силу, выносливость, взаимовыручку, волю к победе. А у родителей возрастает интерес к жизни детского сада, создается хороший эмоциональный настрой и радость от взаимного общения со своим ребенком.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном периоде обучения получают дальнейшее развитие в начальной школе и обязательно приносят положительные результаты.

Список литературы:

1. *Казина, О.О.* «Совместные физкультурные занятия с участием родителей». - Мозаика-Синтез, 2018.
2. *Ковалько, В.И.* «Здоровьесберегающие технологии». - М.: ВАКО, 2007.
3. *Оверчук, Т.И.* «Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях» - М.: Издательство ГНОМ и Д., 2002.
4. *Свинцова, А.М.* «Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях» - Методист, 2007.
5. *Шорыгина, Т.А.* «Беседы о здоровье»: Метод. пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2008.