

*Кузьмина Ольга Вячеславовна,  
воспитатель дошкольных учреждений,  
МБДОУ «Детский сад №25 «Журавлик»,  
г. Тамбов*

### НАЛИЧИЕ РАБОТЫ ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

**Аннотация.** Проблемы здоровья населения России, в частности, здоровье подрастающего поколения, являются причиной для беспокойства как государственных организаций, так и общества, самих граждан.

**Ключевые слова:** здоровьесберегающая деятельность, дошкольники, технологии, валеология.

Дошкольное воспитание сверху донизу должно быть пронизано заботой о физическом здоровье ребёнка и его психическом благополучии. В нашем дошкольном учреждении в результате многолетней планомерной работы по охране и укреплению здоровья детей сформирована целостная система. На её основе разработан план физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме для каждой группы. Ежегодно в начале учебного года составляем лист здоровья, который включает данные по состоянию здоровья каждого ребёнка, физического развития и рекомендации врача и психолога, на его основе разрабатываем план индивидуально-оздоровительной работы группы. Основные цели системы моей работы по здоровьесбережению: 1) сохранить и укрепить здоровье детей; 2) создать условия для их своевременного и полноценного психического развития; 3) обеспечить каждому ребёнку возможность радостно и содержательно прожить период дошкольного детства; 4) формировать у родителей, педагогов, воспитателей и детей ответственность по сохранению собственного здоровья.

## СЛАГАЕМЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ

Здоровьесберегающая деятельность в нашем детском саду осуществляется в следующих формах:

### **1. Медико-профилактическая технология.**

Медико-профилактическая деятельность обеспечивает сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДООУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами с использованием медицинских средств. Задачи этой деятельности:

- организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- организация и контроль питания детей, физического развития, закаливания;
- организация профилактических мероприятий;
- организация контроля и помощи в обеспечении требований санитарно-эпидемиологических нормативов – Сан ПиНов;
- организация здоровьесберегающей среды в ДООУ.

### **2. Физкультурно-оздоровительная технология.**

Направлена на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка.

Задачи этой деятельности:

- развитие физических качеств;
- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников;
- формирование правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;
- воспитание привычки повседневной физической активности;
- оздоровление средствами закаливания.

**3. Технология обеспечения социально-психологического благополучия ребенка.**

## СЛАГАЕМЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ

Задача этой деятельности – обеспечение эмоционального комфорта и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду, семье; обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника, т.к. эмоциональный настрой, психическое благополучие, бодрое настроение детей является важным для их здоровья. В данной системе взаимодействуют диагностическое, консультативное, коррекционно-развивающее, лечебно-профилактическое и социальное направления.

### **4. Технология здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов.**

Педагог, стоящий на страже здоровья ребенка, воспитывающий культуру здоровья ребенка и родителей, прежде всего сам должен быть здоров, иметь валеологические знания, не переутомлен работой, должен уметь объективно оценивать свои достоинства и недостатки, связанные с профессиональной деятельностью.

### **5. Технология валеологического просвещения родителей.**

Главными воспитателями ребенка являются родители. От того, как правильно организован режим дня ребенка, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка, зависит его настроение, состояние физического комфорта. Здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в образовательном учреждении, может или находить каждодневную поддержку дома, и тогда закрепляться, или не находить, и тогда полученная информация будет лишней и тягостной для ребенка.

### **6. Здоровьесберегающие образовательные технологии.**

Этот вид деятельности предполагает воспитание валеологической культуры, или культуры здоровья, дошкольников. Цель ее – сформировать у детей осознанное отношение ребенка к здоровью и жизни, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать его.

## СЛАГАЕМЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ

Образовательная деятельность предполагает проведение бесед с дошкольниками о необходимости соблюдения режима дня, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем. Дети приобретают навыки культуры и здорового образа жизни, знания правил безопасного поведения и разумных действий в непредвиденных ситуациях. В практику работы нашего ДОО внедряется оздоровительная работа по физическому развитию и здоровью дошкольников, реализуется проект «Лечебная физкультура». В ДОО развиваются формы дополнительного образования детей в области физического развития дошкольников. Разработан план секционных занятий по легкой атлетике, основная цель, которых — обогащение двигательного опыта детей за счет разнообразных упражнений легкой атлетики. Создан банк консультативного материала для педагогов и родителей по физическому развитию детей дошкольного возраста.

Психолого-медико-педагогическое сопровождение в детском саду позволяет объединить сотрудников в решении задач оздоровления и развития детей, преодолеть узкоспециализированные подходы к сохранению и укреплению здоровья воспитанников и реализовать принцип пересечения в создании комплексной физкультурно-оздоровительной деятельности в дошкольном учреждении. Для этого в детском саду созданы специальные помещения с функциональным оборудованием: физкультурный зал; спортивная площадка на участке детского сада; футбольная площадка; игровые территории с крытыми верандами для каждой возрастной группы.

### *СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ*

- 1. Волкова С.С. Как воспитать здорового ребенка. – Киев, 1991 г.*
- 2. Квач Н.В. Здоровьесберегающая педагогика – М.: ВЛАДОС, 2001.*

## СЛАГАЕМЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ

*З. Оверчук Т.И. Здоровье и физическое развитие в дошкольных образовательных учреждениях. – М., 2001.*