

*Балашова Ирина Юрьевна,  
заведующий,  
МБДОУ «Детский сад № 99»,  
г. Дзержинск, Нижегородская область*

## **РЕАЛИЗАЦИЯ СИСТЕМНОГО ПОДХОДА ПРИ ОЗДОРОВЛЕНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ В СВЕТЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕНДЕНЦИЙ В ДОУ**

Здоровье детей – это особая проблема современного общества. Формирование здоровья дошкольников является приоритетным направлением педагогической деятельности МБДОУ «Детский сад № 99» общеразвивающего вида. Необходимо отметить, что в настоящее время, произошло снижение уровня здоровых детей и возросло число часто болеющих детей. В связи с этим наше дошкольное учреждение организует разностороннюю деятельность, направленную на сохранение и укрепление здоровья детей, реализует комплекс воспитательно-образовательных, оздоровительных и лечебно-профилактических мероприятий по разным возрастным ступеням. Модель формирования и укрепления здоровья детей разработана творческим коллективом педагогов нашего учреждения и изложена в «Программе оздоровления часто болеющих детей».

Целью данной программы является: сохранение и укрепление здоровья детей, а также оздоровление всех категорий воспитанников. Данная цель реализуется с помощью следующих задач:

1. охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей;
2. осуществление комплекса специальных оздоровительных мероприятий;
3. взаимодействие с семьёй для обеспечения полноценного развития здорового ребенка;
4. воспитание здорового человека в системе экологических отношений.

В воспитательно-образовательном процессе ДОУ можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий:

- медико-профилактические;
- физкультурно-оздоровительные;
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- обогащение знаний педагогов по вопросам здоровьесбережения в дошкольном возрасте;
- просвещение родителей по вопросам здоровьесбережения подрастающего поколения;
- интеграция здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе ДОУ.

Среди множества факторов, оказывающих влияние на разностороннее развитие ребёнка и состояние его здоровья, едва ли ни основной можно выделить задачу по обучению детей двигательной активности и правильному дыханию.

От степени развития естественной потребности ребенка в движении во многом зависят развитие двигательных навыков, памяти, восприятия, эмоций, мышления. Поэтому очень важно обогащать двигательный опыт ребёнка, который составляет его двигательный статус. Проблема оздоровления детей - это кампания не одного дня, деятельности не одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный срок.

Целеполагающим в стратегии организации работы в контексте качественной реализации здоровьесберегающих технологий для нас является:

- проведение мониторинга состояния работы по здоровьесбережению детей:

- исследований состояния здоровья детей,

- диагностика физической и психической подготовленности дошкольников;

- анализ профессиональной компетенции воспитателей по данному направлению;

- тематическая проверка состояния физкультурно-оздоровительной работы;

- скрининг-тестирование среди родителей «Здоровье Вашей семьи»;

- анализ созданных условий в детском саду;

- изучение современных нормативных документов, регламентирующих деятельность ДОУ по здоровьесбережению;

- изучение и внедрение современных инновационных технологий в области физического развития и здоровьесбережения детей;

- выработка алгоритма совместной деятельности участников педагогического процесса;

- проектирование модели целостной системы здоровьесбережения ДОУ.

Работа по физическому воспитанию и укреплению здоровья воспитанников в нашем дошкольном учреждении строится на основе мониторинговых исследований, которые проводят педагоги с участием медицинских работников, педагогов и специалистов учреждения. Результаты фиксируются в карте здоровья ребёнка и используются при планировании работы с детьми. Итоги данной работы обсуждаются на медико-педагогических совещаниях и отражаются в паспортах здоровья, оформленных в каждой группе.

Медико-педагогический контроль за организацией физического воспитания в детском саду осуществляют заведующий ДОУ, старший воспитатель, старшая медицинская сестра, врач, закреплённый МБУЗ «Городской детской поликлиникой № 8». Данные оформляются в специальном журнале с указанием выводов и предложений. \

В ходе мониторинга проводится скрининг-тестирование среди родителей «Здоровье вашей семьи», целью которого является распространение лучшего опыта семейного воспитания, выявление существующих проблем и их причин.

На основе этого разрабатывается модель стратегии и тактики работы педагогов с родителями по вопросам здоровьесбережения.

Для создания целостной системы здоровьесбережения детей также важна организация двигательной развивающей среды в дошкольном учреждении. Анализ созданных условий показал, что в нашем детском саду имеются необходимые условия для повышения двигательной активности детей, а так же для их релаксации и отдыха. Оборудован физкультурный зал, где представлено разнообразное физкультурное оборудование, а также пособия, изготовленные руками педагогов и родителей (законных представителей) воспитанников, которые повышают интерес к физической культуре, активность детской деятельности. Уделяется большое внимание организации физкультурно-оздоровительной работы на свежем воздухе. На участке ДОО имеется спортивная площадка: физкультурный комплекс, спортивно-игровое оборудование для закрепления основных движений во время непосредственно образовательной деятельности.

Для совершенствования навыков, полученных в непосредственно организованной физкультурной деятельности, в группах оборудованы уголки для развития двигательной активности, которые созданы с учетом возрастных, гендерных особенностей детей и их интересов. Для предотвращения травматизма в физкультурных залах и в группах имеются гимнастические маты. Также используются профилактические дорожки, косички, змейки, дуги, тоннели, сухой бассейн. Все оборудование безопасно и сертифицировано. Во всех возрастных группах есть пособия для дыхательных упражнений, для профилактики плоскостопия, организации подвижных игр и упражнений общеразвивающего воздействия. Воспитатели и родители проявляют творчество и изобретательность в изготовлении пособий для физкультурных уголков.

Основные компоненты работы по здоровьесбережению должны правильно сочетаться в режиме дошкольного учреждения. Не менее важно укрепление и сохранение не только физического, но и психического здоровья детей. Для решения этой проблемы в группах есть уголки уединения, где воспитанники могут отдохнуть, а воспитатели помогают дошкольникам научиться управлять своими эмоциями, адаптироваться к условиям детского сада и группы.

Для проведения профилактических мероприятий и процедур в нашем ДОО имеется медицинский блок, оснащённый специальным оборудованием.

Таким образом, можно сказать, что оздоровительная среда нашего учреждения не только соответствует установленным нормам и требованиям, но является естественно-комфортной, рационально организованной и насыщенной разнообразным оборудованием и материалами.

Высокие требования предъявляются и к деятельности педагогов по сбережению и укреплению здоровья наших воспитанников. Работа педагогического коллектива основывается на следующих принципах:

- принцип научности - научная обоснованность всех мероприятий, направленных на укрепление здоровья, и использование практически апробированных методик;

- принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего воспитательно-образовательного процесса;

- принцип активности, сознательности - участие всего коллектива в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей;

- принцип адресности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями воспитанников, учёт разноуровневого развития и состояния здоровья;

- принцип гарантированности – реализация прав детей на получение гарантированной индивидуальной помощи и поддержки;

- принцип результативности – достижение планируемого результата на завершающем этапе.

Наиболее эффективными формами взаимодействия взрослых и детей являются:

- утренняя гимнастика;
- гимнастика после дневного сна с закаливающими процедурами;
- НОД, прогулки, походы;
- физкультурные минутки, динамические паузы, подвижные игры;
- совместные досуги с родителями;
- спортивные праздники и развлечения.

На основе концептуальных положений примерной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой педагоги реализуют в своей работе элементы следующих технологий:

- Авдеева Н.Н., Стёркина Р.Б. «Основы безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста»;
- Стрельникова А.Н. «Дыхательная гимнастика»;
- методики по закаливанию детей.

На эффективность работы по здоровьесбережению детей оказывает большое влияние двигательный режим. Вся физкультурно-оздоровительная работа в детском саду строится с учётом структуры усовершенствованного (с учетом ФГОС ДО) двигательного режима с учетом возрастных особенностей детей дошкольного возраста. Таким образом, оптимизации двигательного режима отводится ведущая роль в воспитании здорового ребёнка.

Педагоги ДОУ включают в режимные моменты дыхательную гимнастику, которая рекомендуется, как первый шаг по пути к «Здоровому образу жизни», к полному оздоровлению организма и избавлению от всех болезней. Это шаг очень эффективный и не требующий ничего, кроме небольшого усилия воли. С помощью нескольких несложных дыхательных упражнений, оказалось

возможным уменьшить количество часто болеющих детей, избавиться от хронического бронхита и гайморита, нормализовать обмен веществ.

Параллельно с физическим развитием идёт обучение детей основам культуры здоровья, материал органично включается в структуру занятий, способствуя расширению знаний детей о строении человека, влиянии физических упражнений на организм, о безопасности жизнедеятельности. С детьми разучиваются комплексы упражнений, направленных на профилактику плоскостопия, дыхательной системы, формируются навыки самомассажа.

Мы понимаем, что здоровье детей в немалой степени зависит от наличия фактора безопасного существования. Поэтому воспитатели огромное внимание уделяют внедрению элементов технологии Р.Б. Стёркиной, О.Л. Князевой, Н.Н. Авдеевой «Основы безопасности детей дошкольного возраста».

Специалистами ДОО разработана система оздоровительной работы по следующим направлениям:

- разнообразные виды организации режима двигательной активности ребёнка;
- система работы с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни;
- организация питания;
- оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение.

В ДОО организована система всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства воспитателей. Она направлена на профессиональное становление, развитие и саморазвитие воспитателей. Система методической работы детского сада включает разные виды деятельности, ориентированные на осознание, апробацию и творческую интерпретацию инновационных программ и технологий: проведение педагогических советов в нетрадиционных формах, семинары, семинары-практикумы, лектории, консультации, методические рекомендации, смотр-конкурсы, мастер-классы, круглые столы и т.д.

Одним из видов деятельности мы рассматриваем проведение педагогических совещаний, на которых воспитатели и специалисты имеют возможность не только узнать о деятельности коллег, но и обобщить, систематизировать знания и опыт работы, осмыслить собственные подходы к работе.

Знакомясь с опытом работы педагогов города, воспитатели посещают методические объединения.

В Концепции дошкольного воспитания подчёркивается: «Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьёй и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов».

С уверенностью можно сказать, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная работа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в содружестве с семьёй.

Уровень профессионального мастерства педагогов определяется отношением семьи к детскому саду, к самим педагогам и их требованиям. Только при условии положительных результатов всей физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками, родители начнут доверять рекомендациям воспитателей и охотно пойдут с ними на контакт.

В совместной работе детского сада и семьи по вопросам здоровьесбережения мы широко используем информационно-коммуникативные технологии, а именно консультации для родителей в печатном издании ДООУ «Веснушки» в рубрике «О здоровье всерьёз», на сайте детского сада, где освещается вся работа детского сада в данном направлении, родительские собрания, беседы, тематические выставки, смотр-конкурсы, анкетирование. Родители учатся видеть успехи своих детей в сложном многогранном процессе воспитания ребёнка во время посещения дней открытых дверей. Удачно проходят спортивные досуги с родителями.

Воспитатели совместно с медицинскими работниками организуют семинар-практикум для родителей часто болеющих детей. Широко используется информация в родительских уголках, в папках-передвижках. В нашем детском саду проводятся консультации, где родители могут получить квалифицированную помощь опытных специалистов.

Таким образом, проводимая нами физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении.

Мы считаем, что созданная в детском саду система по здоровьесбережению позволяет качественно решать цель развития физически развитой, социально-активной, творческой личности. Данные выводы подтверждают показатели состояния здоровья и физического развития детей.

Ориентация на успех, высокая эмоциональная насыщенность НОД, постоянная опора на интерес, воспитание чувства ответственности за порученное дело – все это дает положительный эффект в нашей работе: у большинства детей наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использованию доступных средств для его укрепления, стремления к расширению двигательного опыта.

Дети показывают высокий уровень развития физических качеств, отдельных качественных сторон двигательных возможностей человека: быстроты, силы, гибкости, равновесия, выносливости и ловкости, достаточный уровень развития основных движений у детей.

Одним из показателей результативности мы рассматриваем подготовку детей к обучению в школе. Результативность работы по здоровьесбережению детей подтверждают полученные грамоты и дипломы в различных конкурсах и фестивалях.

Таким образом, можно сделать вывод, что целостная система образования и оздоровления, основанная на классических образцах и педагогических инновациях способствует гармоничному физическому развитию воспитанников нашего дошкольного учреждения.

#### *СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ*

- 1. Белоусова Р.Ю. Управление инновационным процессом в дошкольном образовательном учреждении: метод. пособие / Р.Ю. Белоусова; ГОУ ДПО Нижегород. ин-т развития образования. – Н. Новгород: Нижегород. гуманитар. центр, 2007.*
- 2. Чеменева А.А. Педагогические условия моделирования физкультурно-оздоровительной работы с детьми старшего дошкольного возраста на основе индивидуально-дифференцированного подхода: Учебно-методическое пособие / под научно-метод. ред. Чеменевой А.А. – 2-е изд., испр. и доп. – Н. Новгород, 2004.*
- 3. Безруких М.М. и др. Возрастная физиология (Физиология развития ребенка): учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / М.М. Безруких, В.Д. Сонькин, Д.А. Фарбер. – М.: Издательский центр «Академия», 2002.*