

**Алясева Е.Ю., Верещагина О.В., Гаврилова Л.А., Зиновьева Е.Н.,
Баландина Н.К., Хохлова Н.В., Уварова М.Ю.**

**«ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА В НАШИХ РУКАХ»: АВТОРСКАЯ ПРОГРАММА
ОЗДОРОВЛЕНИЯ ВОСПИТАННИКОВ ДОУ**

Аннотация: В данной статье представлена авторской программа коллектива педагогов ДОУ по оздоровлению воспитанников «Здоровье ребенка в наших руках»; структура комплексной системы по охране здоровья воспитанников, формированию основ культуры здоровья и основ физического развития. Описан опыт использования современных здоровьесберегающих технологий, таких как образовательный и оздоровительный терренкур, квесты, нетрадиционная технология Су-Джок терапия, информационные технологии. Особая роль в вопросах укрепления общего физического здоровья воспитанников отведена комплексному взаимодействию воспитателей с музыкальным руководителем учреждения.

Ключевые слова: оздоровление воспитанников, комплексная система по охране здоровья воспитанников, современные здоровьесберегающие технологии.

**Elena Yu. Alyaseva, Olga V. Vereshchagina, Larisa A. Gavrilova,
Elena N. Zinovieva, Nadezhda K. Balandina, Natalya V. Khokhlova,
Marina Yu. Uvarova**

**«HEALTH OF THE CHILD IN OUR HANDS»:
THE AUTHOR'S PROGRAM OF IMPROVEMENT OF PUPILS OF PEI**

Annotation: This article presents the structure of the Integrated System for the Protection of the Health of Pupils, the Formation of the Basics of a Health Culture and the Basics of Physical Development of the Author's Program for the Improvement of Pupils «The child's health is in our hands». The experience of using modern health-saving technologies is described: educational and health-improving

health paths, quests, non-traditional Su-Jok therapy technology, information technologies. A special role in strengthening the general physical health of pupils is assigned to the complex interaction of educators with a musical director.

Keywords: health improvement of pupils, a comprehensive system for protecting the health of pupils, modern health-saving technologies.

*Наша задача – открыть дорогу для массового внедрения
инноваций во все сферы жизни: в систему управления,
в производство, в социальную сферу.*

Россия должна стать восприимчивой к инновациям.

*В этом – вопрос нашего будущего, наших позиций и
конкурентоспособности в мире завтрашнего дня.*

В.В. Путин

Жизнь в XXI веке ставит перед педагогами дошкольного образования много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья [1, с. 2]. Формирование здорового поколения – одна из главных стратегических задач развития страны. Это регламентируется и обеспечивается рядом нормативно-правовых документов: Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения РФ», Указом президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения в РФ», «Конвенцией о правах ребенка» и т.д.

Современное общество предъявляет высокие требования к работе дошкольных образовательных организаций и всестороннему развитию личности ребёнка. Бесспорно, чем младше ребёнок, тем больше он нуждается в охране здоровья со стороны взрослых. Тем не менее, с самого раннего возраста надо приучать дошкольника заботиться о своём здоровье. Вот почему и в детском саду, и дома следует воспитывать у ребёнка привычку к чистоте, аккуратности, порядку, способствовать овладению основными культурно-гигиеническими навыками, знакомить с элементами самоконтроля во время

разнообразной двигательной деятельности, научить понимать, как влияют физические упражнения на организм человека, на его самочувствие.

Очень важно в период дошкольного детства не упустить время, когда ребёнок наиболее интенсивно растёт и развивается, на этом этапе каждому педагогическому коллективу необходимо грамотно сформулировать основные задачи сохранения здоровья детей в образовательном процессе ДОО, а именно:

- создать условия для укрепления и сохранения здоровья детей;
- сформировать представления у дошкольников о своём теле, организме;
- формировать представления о том, что полезно и что вредно для растущего организма;
- обучать детей правилам безопасности при выполнении различных видов деятельности;
- понимать необходимость и роль двигательной активности.

В соответствии с ФГОС ДО, физическое развитие включает становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.) [1, с. 6].

Единство физического, психологического здоровья и эмоционального благополучия ребенка предусматривает создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценную жизнедеятельность детей в ДОО. Это:

- профессионализм педагогических кадров;
- соответствующее материально-техническое оснащение ДОО;
- соответствующая ФГОС ДО развивающая предметно-пространственная среда (содержательно-насыщенная, трансформируемая, полифункциональная, вариативная, доступная и безопасная) [2, с. 11];
- организация деятельности ДОО, основанная на эффективных результатах научно-методических исследований в области развития и оздоровления дошкольников;
- мотивация коллектива на внедрение инновационных процессов, способствующих развитию и укреплению здоровья воспитанников;

- пропаганда и внедрение здорового образа жизни среди родителей воспитанников;

- целенаправленное финансовое обеспечение развития ДОО.

Сегодня каждый педагогический коллектив имеет право выбора программ и составленного к ним научно-методического обеспечения. Мы также решили уйти от единообразия и ориентироваться на конкретные условия в своей ДОО, что позволило создать целостную систему здоровьесберегающей деятельности. Коллектив МБДОУ Детский сад № 1 «Березка» разработал Программу оздоровления воспитанников «Здоровье ребенка в наших руках», которая имеет экспертное заключение ИМОЦ системы образования Вачского муниципального района от 16.08.2018г. № 1, а также сертификат от 10.07.2015г. № СВ 41/1972-2 Ассоциации творческих педагогов России (Всероссийский фестиваль педагогического творчества). В разработанной программе представлена комплексная система по охране здоровья воспитанников, формированию основ культуры здоровья и основ физического развития, отражающая единство физического, психического здоровья и эмоционального благополучия воспитанников ДОО в соответствии с ФГОС ДО.

Реализация Программы оздоровления воспитанников «Здоровье ребенка в наших руках» происходит через следующие направления:

1. Материально-техническое оснащение оздоровительного процесса в ДОО.

2. Образовательное направление:

- 2.1. система физкультурно-оздоровительной работы с воспитанниками ДОО;

- 2.2. система психолого-педагогической работы с воспитанниками ДОО.

3. Профилактическое направление:

- 3.1. система профилактической работы с воспитанниками ДОО.

4. Мониторинг реализации Программы:

- 4.1. критерии оценки оздоровительной работы с воспитанниками;

4.2. степень удовлетворенности родителей (законных представителей) оказанными образовательными услугами.

Учитывая высказывание Президента России В.В. Путина о том, что *Россия должна стать восприимчивой к инновациям*, каждый педагог принимает участие в работе по внедрению инноваций.

Разнообразные формы работы с детьми ценны созданием условий для эмоционально-психологического благополучия, так как оказывают большое влияние на развитие ума, воспитание характера, воли, нравственности, создают определенный духовный настрой, побуждают интерес к самовыражению, способствуют не только лучшему усвоению знаний и закреплению навыков, но и благотворно влияют на детскую психику.

Так, в «копилку» системы физкультурно-оздоровительной работы с воспитанниками педагоги вложили целый ряд новых современных здоровьесберегающих технологий.

Одной из таких форм работы по развитию и оздоровлению дошкольников является образовательный и оздоровительный терренкур. Воспитатель Баландина Н.К. разработала проект «Мы знания получаем и здоровье сохраняем», получивший 1 место в муниципальном конкурсе «Фестиваль педагогических идей-2019»; а автор стала лауреатом V Международного конкурса педагогического мастерства «Я – педагог нового поколения» (15.03.2019г.). Образовательно-оздоровительные терренкуры – это специально организованные маршруты для детей по участку или территории ДОО. Сюда включены зоны игр на асфальте, центры познавательно-исследовательской деятельности, прохождением экологических и оздоровительных троп, которые способствуют оздоровлению организма детей, повышают двигательную, познавательную, творческую активность каждого ребёнка. При прохождении маршрута педагог одновременно решает задачи оздоровления и закаливания детей, а также воспитательные, образовательные и развивающие задачи. Проходя по маршруту терренкура от одной станции к другой, дети выполняют разные упражнения, проводят опыты, беседы, исследования, т.е. одновременно

с задачами сохранения и укрепления здоровья воспитанников решаются задачи всех пяти образовательных областей: социально-коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического и физического развития детей.

Воспитатель Гаврилова Л.А. разработала проект «Роль квестов в развитии ребёнка как личности творческой, физически здоровой, с активной познавательной позицией», с которым участвовала во Всероссийском конкурсе квестов «В поисках знаний» и, став победителем, получила диплом 1 степени во Всероссийском конкурсе профессионального мастерства «Лучший воспитатель 2018 года», номинация «Методический материал»; в номинации «Фотоотчет о мероприятии» Лариса Алексеевна тоже стала победителем и получила диплом 2 степени.

Образовательная деятельность в формате «квест» замечательно вписывается в концепцию, заданную ФГОС ДО, квест становится отличной возможностью для педагога и детей увлекательно и оригинально организовать жизнь в детском саду. Особенно многие достоинства квесты имеют при работе педагогов с детьми старшего дошкольного возраста: они естественным образом не только осуществляют интеграцию образовательных областей, но и комбинируют разные виды детской деятельности и формы работы с воспитанниками. Квесты позволяют объединить всех участников образовательного процесса (детей, родителей воспитанников и педагогов) в решении поисковых, образовательных задач в игровой, сюжетной и занимательной форме, а также способствует развитию активной, деятельностной позиции ребёнка.

Воспитатель Хохлова Н.В., проанализировав высокую заболеваемость детей своей группы, изучила нетрадиционную технологию Су-Джок терапию и провела анкетирование родителей (законных представителей) по использованию данного метода с детьми младшего возраста. Метод Су-Джок – это ультрасовременное направление акупунктуры, объединяющее древние знания медицины Востока и последние достижения европейской медицины. В

основе его метода лежит система соответствия (или подобия) кистей и стоп всему организму в целом. Кисти и стопы являются «пультами дистанционного управления» здоровьем человека. На кистях и стопах в строгом порядке располагаются биологически активные точки, соответствующие всем органам и участкам тела. Соответственно, воздействуя на эти точки с помощью Су-Джок стимуляторов-массажёров, можно влиять на определенный орган человека, регулировать функционирование внутренних органов. Разработав проект «Учимся оздоравливаться», воспитатель Хохлова Н.В. проводит системную работу, а именно: регулярные занятия, имеющие оздоравливающее, тонизирующее влияние, и упражнения, которые улучшают память, умственные способности ребенка, устраняют его эмоциональное напряжение. Всё это в целом улучшает деятельность сердечно-сосудистой и пищеварительных систем, развивает координацию движений, силу, ловкость рук, поддерживает жизненный тонус. Мониторинг показателей по заболеваемости показывает их снижение. Представлением опыта по данному виду деятельности принесло педагогу 1 место на муниципальном «Фестивале педагогических идей-2019».

У Зиновьевой Е.Н., воспитателя группы раннего возраста, ведущей идеей в работе с детьми стало гармоничное соединение современных информационных технологий с традиционными методами обучения. Это помогло организовать процесс обучения так, чтобы ребёнок активно, с увлечением и интересом посещал занятия по физическому развитию. Так, для демонстрации правильного выполнения упражнений и основных движений детьми педагог готовит ряд слайдов; в работе использует электронные физкультминутки, мультимедийные гимнастики и т.д. Главным девизом для Елены Николаевны стали слова Жан-Жака Руссо: «Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бегают, кричит, пусть он находится в постоянном движении».

В связи с введением нового ФГОС ДО изменился подход к решению вопросов взаимодействия воспитателей с «узкими» специалистами ДОО. В нашем детском саду есть только музыкальный руководитель Уварова М.Ю.,

которая ведет работу, направленную на развитие как музыкальных способностей детей, так и на укрепление общего физического здоровья дошкольников. Одним из видов деятельности Марины Юрьевны является разучивание музыкально-ритмичных движений; в процессе занятий педагог осуществляет знакомство детей с движениями, характерными для ритмики, хореографии, а также для аэробики. Дети, представляющие наше МБДОУ на районных соревнованиях, должны обладать целым комплексом навыков: правильно и технично выполнять аэробные движения, слышать музыку и ритм, обладать пластичностью движений, уметь быстро сориентироваться в пространстве. Многие из этих навыков дошкольники получают именно на музыкальных занятиях.

Ежегодно в нашем поселке проводится спортивный фестиваль «Малышиада», одним из этапов которого являются яркие, красочные выступления детей по аэробике, и каждый год наш детский сад получает призовые места. Ежегодно музыкальный руководитель с детским танцевальным коллективом «Капельки» участвует в муниципальном фестивале хореографических коллективов «Танцевальный калейдоскоп», и последние три года они получают диплом победителя с последующим выступлением на празднике поселка. В этом 2019 году победа снова за нами!

Вывод. Системный и комплексный подход, предлагаемый в рамках коллективной авторской программы оздоровления воспитанников «Здоровье ребенка в наших руках», с применением современных, развивающих и оздоровительных технологий не только создал оптимальные условия для развития и совершенствования двигательных способностей дошкольников и позволил проводить профилактические мероприятия в различные режимные моменты, но и в целом привел к укреплению здоровья детей, помог развить мотивацию к здоровому образу жизни и воспитать каждого ребенка как стратега собственного здоровья.

Список литературы

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

2. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ / Под ред. З.И. Берсеновой. – М: ТЦ «Сфера», 2004. – 32 с. (Серия «Библиотека руководителя ДОУ»)

Алясева Елена Юрьевна, заведующий, МБДОУ детский сад №1 «Березка», р.п. Вача, Нижегородская область, Россия

Верещагина Ольга Владимировна, старший воспитатель МБДОУ детский сад №1 «Березка», р.п. Вача, Нижегородская область, Россия

Гаврилова Лариса Алексеевна, воспитатель МБДОУ детский сад №1 «Березка», р.п. Вача, Нижегородская область, Россия

Зиновьева Елена Николаевна, воспитатель МБДОУ детский сад №1 «Березка», р.п. Вача, Нижегородская область, Россия

Баландина Надежда Константиновна, воспитатель МБДОУ детский сад №1 «Березка», р.п. Вача, Нижегородская область, Россия

Хохлова Наталья Васильевна, воспитатель МБДОУ детский сад №1 «Березка», р.п. Вача, Нижегородская область, Россия

Уварова Марина Юрьевна, музыкальный руководитель МБДОУ детский сад №1 «Березка», р.п. Вача, Нижегородская область, Россия

Elena Yu. Alyaseva, head of MBPEI kindergarten № 1 «Birch», d.v. Vacha, Nizhny Novgorod Region, Russia

Olga V. Vereshchagina, Senior tutor of MBPEI kindergarten № 1 «Birch», d.v. Vacha, Nizhny Novgorod Region, Russia

Larisa A. Gavrilova, educator of MBPEI kindergarten № 1 «Birch», d.v. Vacha, Nizhny Novgorod Region, Russia

Elena N. Zinovieva, educator of MBPEI kindergarten № 1 «Birch», d.v. Vacha, Nizhny Novgorod Region, Russia

Nadezhda K. Balandina, educator of MBPEI kindergarten № 1 «Birch», d.v. Vacha, Nizhny Novgorod Region, Russia

Natalya V. Khokhlova, educator of MBPEI kindergarten № 1 «Birch», d.v. Vacha, Nizhny Novgorod Region, Russia

Marina Yu. Uvarova, musical director of MBPEI kindergarten № 1 «Birch», d.v. Vacha, Nizhny Novgorod Region, Russia