

Консультация «Организация работы по здоровьесбережению детей дошкольного возраста в современных условиях»

Одним из важнейших направлений в работе коллектива ДОУ является забота о здоровье воспитанников. Инновационность нашего подхода к организации работы по здоровьесбережению в том, что по нашему мнению – в современных условиях дошкольного образования здоровьесбережение – ключевой элемент нового мышления, который требует переоценки всех компонентов образовательного процесса. Основная работа педагогов по здоровьесбережению детей основывается на обеспечении непрерывного, адекватного развития способностей детей на фоне физического, психического и социального комфорта в ДОУ.

Цель деятельности педагогов – обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья в период пребывания в ДОУ, сформировать необходимые компетенции, показать пример использования знаний в повседневной жизни.

Задачи:

Обеспечение условий для физического и психологического благополучия – здоровья – всех участников воспитательно – образовательного процесса.

Формирование доступные представления и знания о ЗОЖ, пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах.

- Реализация системного подхода в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития двигательных навыков, физических способностей и здоровьесозидающих компетенций детей.

- Формирование основ безопасной жизнедеятельности.

- Оказание всесторонней помощи семье в обеспечении здоровья детей и приобщению их к ЗОЖ.

Большим помощником педагогам является Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании – это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: (детей, педагогов, родителей).

По целевому признаку здоровьесберегающие технологии применяются для поддержания и укрепления физического и психического здоровья дошкольников. Обеспеченность технологии диагностическими средствами помогает педагогам отслеживать процесс и результаты педагогических воздействий.

Другим важным свойством педтехнологии является ее оптимальность.

Педтехнология будет оптимальной, если ее применение способствует достижению каждым ребенком уровня здоровья, развитости и воспитанности в зоне его ближайшего развития;

ее применение не превышает научно обоснованных затрат времени воспитателя и воспитуемого, т. е. дает максимально возможные в данных условиях результаты за промежуток времени, определенные стандартом образования и Уставом ДОУ.

Педагогические условия здоровьесберегающей деятельности определяются средой, которая может быть разделена на внешнюю (природную, социальную, экономическую и собственно педагогическую (образовательного учреждения). Возможности влияния педагогов на первую весьма ограничены, в то время как изменение и создание коррекционно — развивающей среды является потенциалом здоровьесберегающей системы.

Здоровьесберегающая среда представляется как трехкомпонентная структура:

Предметная среда — хозяйственная инфраструктура, организация питания, материальное обеспечение учебной и оздоровительной деятельности.

Коммуникативная среда — межличностные отношения между субъектами педагогического процесса, комплектование групп, их наполняемость, индивидуальные и типологические особенности детей, качество подготовки специалистов, взаимоотношения родителей и педагогов, их представление о здоровом образе жизни.

Коррекционно — развивающая среда, оздоровительная среда — формы и принципы учебной и оздоровительной деятельности.

Чтобы предметная среда не была дискомфортной по отношению к ребенку, необходимо оберегать его здоровье, организовывая такие педагогические условия в ДОУ, которые будут соответствовать всем рекомендациям гигиенистов и медиков на это и направлен процесс здоровьесбережения. Процесс оздоровления ориентирован на преобразование коррекционно — развивающей среды, которая может быть агрессивной, если подобраны несоответствующие возрасту и возможностям ребенка средства и методы воздействия на него. Конфликтная коммуникативная среда наносит вред духовно- нравственному здоровью ребенка.

Сохранение и укрепление здоровья воспитанников — одно из основных задач детского сада.

В детском саду мы сталкиваемся с такой проблемой, как слабое физическое развитие детей при поступлении в дошкольное учреждение. Общая картина такова: дети испытывают «двигательный дефицит», т. е. Количество движений в течении дня ниже возрастной нормы из-за чего задерживаются : возрастное развитие быстроты, ловкости, коррекции движений, выносливости, гибкости и силы. Дети имеют излишний вес, нарушение осанки. Одной из основных причин таких нарушений в физическом развитии дошкольников является неосведомленность родителей в вопросах здоровьесберегающих технологий и их внедрение в воспитательный процесс.

Наиболее эффективными формами оздоровления являются:

- строгое соблюдение режима дня;

- утренняя гимнастика;
- динамические паузы (физкультминутки);
- обеспечение условий для реализации двигательной активности в течении дня;
- физкультурные занятия;
- прогулки;
- спортивные праздники, развлечения, подвижные игры;
- сбалансированное питание;

Современные научные данные доказывают, что для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Когда окружающие с пониманием относятся к ребенку, признают и не нарушают его права, он испытывает эмоциональное благополучие — чувство уверенности, защищенности. Это, в свою очередь, способствует гармоничному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. Невнимание или недостаточное внимание к эмоциональной жизни детей, напротив, приводит к негативным последствиям.

Для формирования эмоциональной стабильности ребенка важно научить его управлять своим телом. В процессе развития, воспитания и обучения дети получают огромное количество информации, которую им необходимо усвоить. Активная умственная деятельность и сопутствующие ей эмоциональные переживания создают излишнее возбуждение в нервной системе, которое, накапливаясь, ведет к напряжению мышц тела. Умение расслабляться позволяет устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстановление силы, увеличивает запас энергии.

Как известно, эмоции и чувства плохо поддаются волевой регуляции. Взрослым надо помнить об этом, сталкиваясь с нежелательными или неожиданными для них детскими эмоциями. Чувства ребенка в таких острых ситуациях лучше не оценивать, т. к. это повлечет за собой лишь непонимание или негативизм. Нельзя требовать от ребенка не переживать того, что он переживает, чувствует; можно ограничить лишь форму проявления его негативных эмоций. Кроме того, наша задача стоит в том, чтобы подавлять или искоренять эмоции, а в том, чтобы научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать свое тело.

С этой целью в работе с дошкольниками необходимо использовать специально подобранные упражнения на расслабление определенных частей тела и всего организма. Их можно рассматривать как часть занятия и как самостоятельную трениговую систему.

Для удобства применения данных упражнений их можно классифицировать по следующим направлениям:

- упражнения на релаксацию с сосредоточением на дыхании;
- упражнения на расслабление мышц лица;
- упражнения на расслабление мышц шеи;

- упражнения на расслабление мышц рук;
- упражнения на расслабление мышц ног;
- упражнения на расслабление всего организма.

Выполнение таких упражнений очень нравится малышам, т. к. в них есть элемент игры. Они быстро обучаются этому непростому умению расслабляться.

Научившись расслаблению, каждый ребенок получает то, в чем ранее испытывал недостаток. Это в равной степени касается любых психических процессов: познавательных, эмоциональных или волевых. В процессе расслабления организм наилучшим образом перераспределяет энергию и пытается привести свое тело к равновесию и гармонии.

Игротерапия (вид коррекционных технологий, часто применяемый воспитателями ДОУ)— это игра в которой ребенок чувствует себя комфортно, непринужденно, развиваются его мыслительные, организаторские способности, воображение, фантазия и обеспечивается полноценное психическое развитие.

В нашем детском саду продумана система всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства воспитателей. Она направлена на профессиональное адаптирование, 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 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 систематизировать знания, осмыслить собственные подходы к работе. В Концепции дошкольного воспитания подчеркивается: "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 семьей и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов". С уверенностью можно сказать, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в содружестве с семьей. 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 мы широко используем консультации для родителей, родительские собрания, беседы, тематические

выставки, смотры-конкурсы, анкетирование. Удачно проходят спортивные досуги с родителями "Папа, мама, я - спортивная семья", "Семейные старты". Широко используется информация в родительских уголках, в папках-передвижках ("Движение - основа здоровья", "Как выработать у детей правильную осанку", "Зимняя прогулка" и т.д.). Таким образом, проводимая нами физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении.

Ориентация на успех, высокая эмоциональная насыщенность занятий, постоянная опора на интерес, воспитание чувства ответственности за порученное дело - все это дает положительный эффект в нашей работе. Вывод: Основное направление здоровьесбережения в ДОУ — движение вперед на пути личностно-ориентированного отношения к ребенку. Главной заботой учреждения является обеспечение таких условий и методов образовательного процесса, при которых не будет нанесен ущерб здоровью детей. Наша общая задача состоит в том, чтобы обеспечить детям радость детства, радость, а не обременительный труд познания мира, радость общения и жизни.

