МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА

«ДЕТСКИЙ САД № 442 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА «КОРАБЛИК»

630058, город Новосибирск, Труженников,8. телефон-факс: 306-64-54

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |  |

КОНСУЛЬТАЦИЯ

для воспитателей

«Здоровьесберегающие технологии

в образовательном процессе педагога ДОУ»

Подготовил

старший воспитатель

Серова О.Н.

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № \_\_\_\_\_

от «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № \_\_\_\_\_

от «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № \_\_\_\_\_

от «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № \_\_\_\_\_

от «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № \_\_\_\_\_

от «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 г

г. Новосибирск, 2018г.

В период дошкольного детства у ребенка идет интенсивное развитие органов и становление [функциональных систем организма](http://zodorov.ru/k-rabochej-programme-disciplini-modulya-fiziologiya-sporta.html). Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников, увеличение количества детей с нарушениями психического и речевого развития, диктует необходимость поиска методов и приемов, позволяющих сохранить здоровье дошкольнику.

Администрация детского сада обеспечивает безопасность пребывания ребенка на своей территории, создавая условия, отвечающие нормативным требованиям СанПиН, пожарной безопасности и многим другим, установленным государством.

Детские сады плотно взаимодействуют с районными поликлиниками, контролируя состояние здоровья воспитанников – это обязательные:

* медицинские осмотры при поступлении ребенка в ДОУ и выпуске его в школу;
* утренние фильтры, позволяющие не допускать заболевших воспитанников в коллектив;
* учет заболеваемости в группе, в ДОУ;
* контроль параметров физического развития детей (рост, вес и их соответствие возрастной норме).

Организация питания дошкольников предусматривает возрастные нормы потребления продуктов, их калорийность, пищевую и энергетическую ценность.

Целостный образовательный процесс предусматривает организацию занятий по физической культуре для дошкольников в количестве не менее 3 занятий в неделю, одно из которых должно проходить на свежем воздухе, ежедневную утреннюю гимнастику, проветривание помещений, двигательную активность воспитанников, ежедневные гигиенические процедуры, четкое соблюдение режима дня. Но все, вышеописанное не дает в своем комплексе желаемого результата., поэтому дополнительно в дошкольных образовательных учреждениях широко используются здоровьесберегающие технологии как метод формирования модели здорового образа жизни у дошкольников. (табл. 1)

Таблица 1.

Технологии формирования модели здорового образа жизни у дошкольников.

Формирование модели здорового образа жизни у дошкольников

Идея здоровьесбережения в педагогике впервые была выдвинута Платоном, последующие поколения ученых развили ее. Так, Аристотель высказал идею природосообразности, которую развил Я.А. Коменский. Его принцип природосообразности заключается в том, что человек, будучи частью природы, подчиняется как частица природы ее универсальным законам. Ж.Ж. Руссо рассматривает природосообразность как следование природе ребенка, как помощь его природе.

Во второй половине XIX - начале ХХ века возникла идея "педагогизации среды" (П.П. Блонский, П.Ф. Лесгафт, М.М. Пистрак, С.Т. Шацкий), в которой ребенку предоставлялась бы возможность свободного физического и умственного развития. Главной задачей обучения Л.С. Выготский считал обеспечение условий для развития внутренних сил и возможностей ребенка. Д.Н. Узнадзе особо подчеркивал значение личности педагога в обучении. В своей концепции о так называемой "трагедии воспитания" особое внимание он уделяет вопросу изучения отношений, устанавливаемых между педагогом и ребенком. Анализируя характер этих отношений, автор акцентирует внимание на необходимости поиска гуманистического подхода к ребенку и соответствующей психологической основы построения учебно-воспитательного процесса.

Одно из ключевых направлений здоровьесберегающей концепции - это организация процесса сохранения и формирования здоровья, который включает в себя социальные, медицинские, педагогические и целый ряд других аспектов. Согласно утверждению М.М. Безруких, Э.М. Казина, С.А. Сенникова, А.Г. Сухарева и др., детский сад становится важнейшим звеном в сохранении здоровья детей и отправной точкой здоровьесберегающей деятельности современного ДОУ является реализация здоровьесберегающих технологий в условиях психолого-педагогического процесса. В исследованиях И.А. Аршавского, В.А. Петровского, В.Д. Семенова, H.A. Каменской, H.H. Макарова, И.С. Якиманской, Е.А. Ямбург и др. особое значение уделяется формированию здоровьесберегающей среды.

Ученые в разных источниках по-разному трактуют и классифицируют «здоровьесберегающие технологии», единодушно утверждая, что это методы и приемы, позволяющие сохранять и укреплять здоровье детей.(табл. 2)

Таблица 2.

Здоровьесберегающие технологии по характеру деятельности

Здоровьесберегающие технологии

Частные

Комплексные

Медицинские (профилактика и коррекция)

Образовательные (обучение, консультация) коррекция)

Физкультурно-оздоровительные и валеологические

Педагогические

Социальные (организация ЗОЖ)

Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов (ВОЗ). Здоровьесберегающий педагогический процесс ДОУ - в широком смысле слова - процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьеобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка. Здоровьесбережение и здоровьеобогащение - важнейшие условия организации педагогического процесса в ДОУ.

В более узком смысле слова - это специально организованное, развивающееся во времени и в рамках определенное образовательной системы взаимодействие детей и педагогов, направленное на достижение целей здоровьесбережения и здоровьеобогащения в ходе образования, воспитания и обучения.

Принципы здоровьесбережения.

* «Не навреди!» - все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью.
* Непрерывность и преемственность – работа ведется не от случая к случаю, а в течение каждого дня.
* Соответствие содержания и организации обучения и воспитания возрастным и индивидуальным особенностям ребенка.
* Комплексный, междисциплинарный подход – единство в действиях педагога, психолога и врачей.

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитанника детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и охранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. Применительно к взрослым – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.

# Современные здоровьесберегающие технологии

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Виды здоровье-сберегаю-щих педагоги-ческих техноло-гий | Время проведения в режиме дня | Особенности методики проведения | Ответственный |
| 1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья | | | |
| Ритмо-пластика | Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста | Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка | Руководитель физического воспитания, музыкальный руководитель, педагог ДО |
| Динами-ческие паузы | Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей | Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия | Воспитатели |
| Подвиж-ные и спортив-ные игры | Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп | Игры подбираются есоответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр | Воспитатели, руководитель физического воспитания |
| Релакса-ция | В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп | Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы | Воспитатели, руководитель физического воспитания, психолог |
| Техноло-гии эстети-ческой направ-ленности | Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др. Для всех возрастных групп | Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса | Все педагоги ДОУ |
| Гимнас-тика пальчи-ковая | С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно | Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время) | Воспитатели, логопед |
| Гимнас-тика для глаз | Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста | Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога | Все педагоги |
| Гимнас-тика дыха-тельная | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры | Все педагоги |
| Гимнас-тика бодрящая | Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. | Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ | Воспитатели |
| Гимнас-тика корриги-рующая | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей | Воспитатели, руководитель физического воспитания |
| Гимнас-тика ортопе-дическая | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы | Воспитатели, руководитель физического воспитания |
| 2. Технологии обучения здоровому образу жизни | | | |
| Физкультурное занятие | 2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Ранний возраст - в групповой комнате, 10 мин. Младш.возраст- 15-20 мин.,средн. возраст - 20-25 мин, старш. возраст - 25-30 мин. | Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение | Воспитатели, руководитель физического воспитания |
| Проблем-но-игровые (игрот-реннинги и игроте-рапия) | В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом | Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности | Воспитатели, психолог |
| Комму-никатив-ные игры | 1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста | Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др. | Воспитатели, психолог |
| Занятия из серии «Здоровье» | 1 раз в неделю по 30 мин. со ст. возраста | Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития | Воспитатели, руководитель физического воспитания, педагог-валеолог |
| Самомас-саж | В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму | Воспитатели, ст. медсестра, руководитель физического воспитания |
| Точечный самомас-саж | Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего возраста | Проводится строго по специальной методике.Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов. Используется наглядный материал | Воспитатели, ст. медсестра, руководитель физического воспитания |
| Биологи-ческая обратная связь (БОС) | От 10 до 15 сеансов работы с компьютером по 5-10 мин. в специальном помещении. Рекомендуется со старшего возраста | Необходимы соблюдение правил работы за компьютером. Рекомендуется специальная методика для дошкольников | Педагог-валеолог, специально обученный педагог |
| 3. Коррекционные технологии | | | |
| Арттера-пия | Сеансами по 10-12 занятий по 30-35 мин. со средней группы | Занятия проводят по подгруппам 10-13 человек, программа имеет диагностический инструментарий и предполагает протоколы занятий | Воспитатели, психолог |
| Техноло-гии музы-кального воздейст-вия | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей | Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр. | Все педагоги |
| Сказко-терапия | 2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста | Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей | Воспитатели, психолог |
| Техноло-гии воздейст-вия цветом | Как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач | Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка | Воспитатели, психолог |
| Техноло-гии коррекции поведения | Сеансами по 10-12 занятий по 25-30 мин. со старшего возраста | Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек. Группы составляются не по одному признаку - дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический инструментарий и протоколы занятий | Воспитатели, психолог |
| Психогимнастика | 1-2 раза в неделю со старшего возраста по 25-30 мин. | Занятия проводятся по специальным методикам | Воспитатели, психолог |
| Фонети-ческая ритмика | 2 раза в неделю с младшего возраста не раньше чем через 30 мин. после приема пищи. В физкультурн. или музыкальном залах. Мл.возраст-15 мин., старший возраст-30 мин. | Занятия рекомендованы детям с проблемами слуха либо в профилактических целях. Цель занятий - фонетическая грамотная речь без движений | Воспитатели, руководитель физического воспитания, логопед |

Так как использование здоровьесберегающих технологий в работе педагога является показателем для начисления стимулирующих выплат, то определимся, опираясь на приведенный выше материал, с факторами, подтверждающими использование педагогами здоровьесберегающих технологий в работе с группой:

1. Наличие исходных данных на воспитанников группы (результаты медосмотров, педагогической диагностики, анкетирования родителей о здоровье детей, их индивидуальных особенностях и потребностях).
2. Наличие анализа здоровьесберегающей среды и ее развитие (часть паспорта группы).
3. Описание составляющих элементов здоровьесбережения воспитанников (комплексы утренней гимнастики, картотеки подвижных игр, соответствующих возрастным и индивидуальным потребностям воспитанников, физкультминуток, прогулочных карт, гимнастик пробуждения и других здоровьесберегающих методик) отдельно или в разделе паспорта группы по здоровьесбережению, или в календарном/перспективном плане работы, или в рабочей программе педагога.
4. Наличие темы по физическому развитию детей в плане родительских собраний.
5. Взаимодействие с семьями воспитанников по здоровьесбережению – результаты проектной (или продуктивной, совместной деятельности, совместные мероприятия, консультации и т.п.).

Рассмотрим какие же факторы, которые напрямую говорят нам, что педагоги не используют в своей работе здоровьесберегающие технологии:

1. Количество пропусков детей в группе по болезни на уровне среднего показателя по детскому саду или выше.
2. Образовательная среда не оснащена оборудованием для закаливания и физического развития воспитанников.
3. В группе отсутствуют материалы, подтверждающие взаимодействие педагогов с семьями воспитанников по теме физического развития дошкольников.
4. Работниками ДОУ зафиксированы случаи психологического неблагополучия хоть одного воспитанника группы.

Литература:

1. Бондяева Е. В. Актуальность современных технологий здоровьесбережения в работе с детьми дошкольного возраста // Молодой ученый. — 2016. — №13.3. — С. 7-9.
2. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ (файловый архив студентов)
3. Токач Е.В., Бобкова Н.П., Зотова И.А. [и др.] Использование основ здоровьесбережения в образовательной деятельности в дошкольном образовательном учреждении// Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: сб. ст. по матер. XLVII междунар. науч.-практ. конф. № 12(47). – Новосибирск: СибАК, 2014.
4. Шевченко С. Здоровьесберегающие технологии в детском саду. Программы сохранения и укрепления здоровья детей