**Тема: «Здоровьесбережение как средство реализации Федерального Государственного Образовательного Стандарта**

**в дошкольном образовательном учреждении»**

**Цель:** обобщить и систематизировать опыт работы дошкольного образовательного учреждения по здоровьесбережению в условиях реализации ФГОС ДО.

**План работы:**

1. «Основы здоровьесбережения дошкольников в контексте ФГОС ДО». Старший воспитатель Е.В. Лисовенко.

2. Презентация (из опыта работы) «Здоровьесберегающие технологии в работе с дошкольниками». Воспитатель А.А. Сигаева.

3. «Песочная арт-терапия». Педагог-психолог М.В. Алексеева

4. Мастер-класс для педагогов «Фитбол-гимнастика как средство физического развития детей». Инструктор по физ. воспитанию Н.Н. Петрова.

5. Рассмотрение заявлений воспитателей на первую и высшую квалификационные категории.

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей одна из главных стратегических задач развития страны.

**Всемирная организация Здравоохранения рассматривает Здоровье как состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или** **физических дефектов человека.**

Здоровье детей, его охрана и обогащение является приоритетным направлением не только образовательных и медицинских учреждений, но и всего общества в целом, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом заниматься разными видами деятельности, обучаться, развиваться. Только полноценное здоровье способствует становлению гармонически развитой личности.

Исследования социологов выявили следующие факты:

1. Если лечить заболевание (временное, приобретённое), то здоровье сохранится на 8-10%

2. Идеальные условия проживания сохраняют и улучшают здоровье на 20-25%

3. 50% здоровья целиком и полностью зависит от образа жизни, его правильном воспитании с детства, стремления беречь и умножать своё здоровье, активно заниматься оздоровительными видами деятельности.

Актуальность здоровья людей говорит о необходимости принятия неотложных мер по здоровьесбережению, оздоравливанию детей, по профилактике и коррекции различных отклонений в здоровье.

В связи с этим особо востребованным на сегодня является создание специальных педагогических методик, программ, направленных на сохранение и укрепление здоровья, которые в современной терминологии называются здоровьесберегающими образовательными технологиями.

**В дошкольном мире: «Забота о здоровье — это главная, важнейшая задача воспитателя.**

В Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации»

**Статья 41. Пункт 1. Говорится об Охране здоровья обучающихся, которое включает в себя:** **пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни; организация и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом.**

***Из ФГОС дошкольного образования:***

Одна из ведущих задач - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

**Во ФГОС Пункт 3.1.** говорится о создании образовательной среды, которая:

1. **гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей.**

**Что же включает в себя физическое развитие в соответствии ФГОС ДО? Физическое развитие включает**:

- приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны),

- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

**- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).**

Не упуская в своей работе всех направлений физического развития дошкольников, сейчас мы делаем акцент на **становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).**

**Здоровьесберегающие технологии** - это один из видов современных инновационных технологий, которые направлены на сохранение и улучшение здоровья всех участников образовательного процесса в ДОУ. Использование таких технологий имеет **двустороннюю направленность:**

• формирование у дошкольников основ валеологической культуры, т.е. научить их самостоятельно заботиться о своем здоровье;

• организация образовательного процесса в детском садике без негативного влияния на здоровье детей.

**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 сохранять 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.

Другими словами целью здоровьесберегающих технологий является **обеспечение ребенку возможности сохранения здоровья, формирование у него необходимых знаний, умений.**

- **Применительно к взрослым** – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей

Здоровьесберегающие технологии в ДОУ по ФГОС отлично сочетаются с традиционными формами и методами в педагогике, дополняя их различными способами осуществления оздоровительной работы. Использование таких технологий решает целый ряд **задач:**

• закладывание фундамента хорошего физического здоровья;

• повышение уровня психического и социального здоровья воспитанников;

• проведение профилактической оздоровительной работы;

• ознакомление дошкольников с принципами ведения здорового образа жизни;

• мотивация детей на здоровый образ жизни;

• формирование полезных привычек;

• формирование валеологических навыков;

• формирование осознанной потребности в регулярных занятиях физкультурой;

• воспитание ценностного отношения к своему здоровью.

Для обеспечения комплексного подхода к охране и улучшению здоровья воспитанников, требуемого по ФГОС, в ДОУ используются различные **виды современных здоровьесберегающих технологий:**

1. Медико-профилактические

2. Физкультурно-оздоровительные

3. Технология обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка

4. Здоровьесбережение и здоровьеобогащение педагогов дошкольного образования

5. Валеологическое просвещение родителей

6. Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

**Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка**

**1. Медико-профuлактические технологии** в ДОУ - обеспечивают сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медсестры ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

• технологии профилактики заболеваний,

• углубленный медицинский осмотр с участием узких специалистов, приходящих из поликлиники,

• коррекция возникающих функциональных отклонений,

• отслеживание характера течения хронической патологии (для детей, имеющих III-У группу здоровья),

• реабилитация соматического состояния здоровья,

• противоэпидемическая работа и медицинский контроль работы пищеблока в соответствии с действующими санитарно-гигиеническими правилами,

• витаминопрофилактика (отвар шиповника в осеннее – зимний период, витаминизация третьих блюд с использованием аскорбиновой кислоты),

• санитарно-гигиеническая деятельность всех служб ДОУ.

**2. Физкультурно-оздоровительные технологии** - направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребёнка, развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников: закаливание, КГН; беседы по вылеологии; спортивны праздники; спортивные развлечения и досуги; недели здоровья; соревнования; прогулки-походы.

**3. Технология обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка** – технология, обеспечивающая психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника.

Основная задача этой технологии обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье; обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника.

Реализацией данной технологией занимается педагог-психолог посредством специально организованных встреч с детьми, а также воспитатель и специалисты дошкольного образования в текущем педагогическом процессе ДОУ.

**4. Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов** - технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни. (ознакомление воспитателей с инновационными здоровьесберегающими технологиями и способами их внедрения, мотивация к здоровому образу жизни, расширение знаний о возрастных и психологических особенностях дошкольников через консультации, практикумы, семинары-тренинги, обсуждение вопросов здоровьесбережения на педагогических советах).

**5. Валеологического просвещения родителей** - это технологии, направленные на обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОУ (мотивация родителей к ведению здорового образа жизни, обучение родителей способам взаимодействия с детьми по формированию у них валеологической культуры);

- Взаимодействие ДОУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей:

- Информационные стенды для родителей в группах по оздоровления без лекарств (комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры);

- Информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми в ДОУ;

- Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДОУ (соревнования, спортивные праздники, дни открытых дверей, Дни и Недели здоровья, встречи детей ДОУ с родителями-спортсменами и другие);

- Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.

**6. Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду** - это прежде всего технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников.

Существует много эффективных разновидностей современных здоровьесберегающих технологий, которые должны находиться в картотеке воспитателя детского сада.

**Все здоровьесберегающее педагогические технологии условно можно разделить на три категории:**

1. Воспитывающая: Технологии сохранения и стимулирования здоровья

2. Обучающая: Технологии обучения здоровому образу жизни

3. Закрепляющая: Коррекционные   технологии

**1. Воспитывающая: Технологии сохранения и стимулирования здоровья:** (физкультурная минутка, подвижные и спортивные игры, пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика, бодрящая гимнастика, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, стретчинг (система упражнений, направленная на совершенствование гибкости и подвижности в суставах и на укрепление этих суставов), ритмопластика (cистема физических упражнений, выполняемых под музыку);

**2**. **Обучающая: Технологии обучения здоровому образу жизни:**  (физкультурное занятие, утренняя гимнастика, занятия из серии «Здоровье», точечный массаж, самомассаж, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия) и коммуникативные игры).

**3. Закрепляющая: Коррекционные   технологии:**

**-**  арттерапия; cказкотерапия;

- технологии музыкального воздействия (для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр.);

- гехнологии воздействия цветом (особое внимание уделяется цветовой гамме интерьеров групп, ДОУ, правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка);

- технологии коррекции поведения (игры, направленные на ослабление внутренней агрессии, приобретение эмоц.  и поведенческой стабильности).

Каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребёнка привычку к здоровому образу жизни.

Ну и, конечно, физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в содружестве с семьёй.

В процессе организации единого здоровьесберегающего пространства **ДОУ и семьи, используют разнообразные формы работы:**

- открытые занятия с детьми для родителей;

- педагогические беседы с родителями - общие и групповые родительские собрания;

- консультации; занятия с участием родителей;

- выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями;

- участие родителей в подготовке и проведении праздников, физкультурных досугов;

- совместное создание развивающей предметно – пространственной среды;

- работа с родительским комитетом группы, анкетирование.

- наглядные стенды (знакомят родителей с жизнью группы, с Конвенцией о правах ребенка, с возрастными физиологическими особенностями детей; широко используется информация в родительских уголках, в папках-передвижках о здоровье, о правильное питание).

Проводимая в ДОУ физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по сохранению здоровья детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении.

Вся эта работа должна осуществляется, конечно же, комплексно, в течение всего дня с участием педагогических работников: воспитателя, педагога-психолога, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре, учителя - логопеда.

**Таким образом**, применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно - образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, а у ребёнка - стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. Только здоровый ребенок может стать хорошим учеником и успешной личностью.

Хочется закончить доклад словами В.А. Сухомлинского « Я не боюсь и ещё раз повторить: забота о здоровье ребёнка – это важнейший труд воспитателя».

Желаю Вам всем творческих успехов в разработке и внедрении собственных или авторских здоровьесберегающих педагогических систем: моделей, подходов, технологий! Спасибо за внимание!

**2.** А, сейчас, я предоставляю слово воспитателю логопедической группы А.А. Сигаева. Она представить вам опыт работы «Здоровьесберегающие технологии в работе с дошкольниками».

**3.** «Песочная арт-терапия». Педагог-психолог М.В. Алексеева

4. В основу содержания физической культуры дошкольников нужно включать как традиционные средства и методы физического воспитания дошкольников, так и современные инновационные средства и методы физического развития.

**Фитбол-гимнастика**, является на данный момент инновационным направлением в физическом воспитании и оздоровлении детей, сочетает в себе все необходимые компоненты для гармоничного развития ребенка.

В нашем дошкольном учреждении фитбол – гимнастика стала использоваться с 2012 году, была создана физкультурно – оздоровительную секцию «Фитбол – гимнастика» для детей от 5 до 7 лет под руководством инструктор по физической культуре Петровой Н.Н.

Ведущая педагогическая идея опыта заключается в использовании фитбол- мячей в системе физического воспитания для повышения уровня физической активности детей, профилактики и укрепления опорно-двигательного аппарата.

Фитбол – щвейцарский гимнастический чудо-мяч, простой и эффективный тренажер. Это нетрадиционное оборудование позволяет проводить профилактику в здоровье детей в игровой форме. Благодаря этому повышается эффэктивность лечебного воздействия на детский организм, улучшается эмоционально-психическое состояние дошкольников. Фитбол с успехом применяется для коррекции фигуры, формирует осанку и отлично поднимает настроение.

А сейчас, уважаемые коллеги, я предлагаю вам на практике опробовать фитбол-гимнастику.

**В рамках метод. объединения в зале организована выставка под лозунгом «Мы здоровью скажем «Да!», на которой были представлены опыт работы педагогов.**