

## **Консультация для воспитателей «Здоровье ребенка в наших руках»**

«Забота о здоровье – это важнейший труд **воспитателя**. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». В. А. Сухомлинский

Приказом Министерства Образования и науки РФ от 17.10. 2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» представлена система необходимых условий, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического **здоровья воспитанников**. Учебная нагрузка, режим занятий **воспитанников** определяются на основе Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов, утвержденными постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 15мая 2013г. №26 г. Москва. Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Таким образом, задача для педагога – создать условия для правильного физического развития **ребенка**, обеспечить оптимальный режим двигательной активности, способствующий современному развитию моторных функций, правильному формированию важнейших органов и систем в соответствии с возрастными особенностями дошкольников.

**Здоровье** сберегающий процесс - это специально организованное, развивающееся во времени и в рамках определенной образовательной системы взаимодействие детей дошкольного возраста и педагогов, направленное на достижение целей **здоровьесбережения и здоровьесобогащения в ходе образования, воспитания и обучения**. Технология - это инструмент профессиональной деятельности педагога, соответственно характеризующаяся качественным прилагательным педагогическая. Сущность педагогической технологии заключается в том, что она имеет выраженную этапность, включает в себя набор определенных профессиональных действий на каждом этапе, позволяя педагогу еще в процессе проектирования предвидеть промежуточные и итоговые результаты собственной профессионально-педагогической деятельности. Иными словами, нам важно достичь такого результата, чтобы **наши дети**, переступая порог “взрослой жизни”, не только имели высокий потенциал **здоровья**, позволяющий вести **здоровый образ жизни**, но и имели багаж знаний, позволяющий им делать это правильно.

**Виды здоровьесберегающих технологий:**

1. Медико-профилактические технологии;
2. **Физкультурно-оздоровительные технологии;**
3. **Здоровьесберегающие образовательные технологии** в детском саду;
4. Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка;
5. Технологии **здоровьесбережения и здоровьесобогащения** педагогов дошкольного образования.

**Система здоровьесбережения в ДОУ**

- Различные **оздоровительные режимы** (*адаптационный, гибкий, щадящий, по сезонам, на время каникул*).
- Комплекс закаливающих мероприятий (воздушное закаливание, хождение по «**дорожкам здоровья**», профилактика плоскостопия, хождение босиком, полоскание рта и горла, максимальное пребывание детей на свежем воздухе, бодрящая гимнастика).

- Физкультурные занятия всех типов.
- Оптимизация двигательного режима: традиционная двигательная деятельность детей (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, проведение подвижных игр, прогулки) и инновационные технологии **оздоровления и профилактики** (ритмопластика, логоритмика, сухой бассейн, массажеры, тактильные дорожки).
- Организация рационального питания.
- Медико – профилактическая работа с детьми и родителями.
- Соблюдение требований СанПиНа к организации педагогического процесса.

В настоящее время анализ тематической литературы показывает, что в ДОУ чаще всего **воспитатели используют здоровьесберегающие технологии** по следующим направлениям:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:
2. Технологии обучения здоровому образу жизни.
3. Коррекционные технологии:

Необходимым условием для осуществления обогащенного физического развития и **оздоровления** детей является создание развивающей среды. В группе оборудован **«Уголок здоровья»**. Он оснащен как традиционными пособиями, так и нестандартным оборудованием, сделанным **руками педагогов**.

В **«Уголке здоровья»** находятся осиновые плашки, грецкие орехи, разнообразные запахи (ароматерапия, кора, бусы, четки, мага, схемы для выражения эмоций, схемы для точечного массажа и т. д. Все эти предметы хорошо снимают напряжение, агрессию, негативные эмоции. Дети, занимаясь этими предметами, незаметно для себя укрепляют свое **здоровье**. Также находятся книги, энциклопедии, иллюстрации, схемы, рассматривая их, у детей проявляется интерес к своему **здоровью**. Дидактические игры: *«Структура человеческого тела»*, *«Спорт – это здоровье»*, *«Чистим зубы правильно»*, *«Бережём уши»* и т. д. Все эти игры научат детей контролировать себя и своё поведение, настроение, закрепят культурно – гигиенические навыки, заставят задумываться о **здоровье**.

С уверенностью можно сказать, что ни одна, даже самая лучшая **здоровьесберегающая** технология не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в содружестве с семьёй. В процессе организации единого **здоровьесберегающего** пространства группы и семьи, используются разнообразные формы работы: открытый НОД с детьми для родителей; педагогические беседы с родителями; родительские собрания; **консультации**; выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями; дни открытых дверей; участие родителей в подготовке и проведении праздников, физкультурных досугов; совместное создание предметно – развивающей 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 (*«Если хочешь быть здоров - закаляйся!»*, *Правильное питание*, *«Режим дня»* и т. д.). **Здоровье** детей зависит не только от особенностей их физического состояния, но и от условий жизни в семье, санитарной и гигиенической культуры людей, уровня развития здравоохранения и образования, социально-экономической и экологической ситуации в стране. Только **здоровый ребенок** с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

Только **здоровый ребенок** может быть успешен в процессе личностного и интеллектуального развития, а значит, успешен в обучении. От того насколько грамотно организована работа с детьми по физическому **воспитанию**, насколько эффективно **воспитатель** использует для этого условия дошкольного учреждения, зависит **здоровье ребенка**