

## **«Создание здоровьесберегающей среды в ДОУ»**

*«Здоровье  
до того превышает все благо жизни,  
что воистину здоровый нищий  
счастливее больного короля»  
Шопенгауэр.*

Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических дефектов. Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья детей, увеличение количества детей с нарушениями психического и речевого развития диктует необходимость поиска механизмов, позволяющих изменить эту ситуацию. Целью деятельности дошкольного учреждения является создание здоровьесберегающей среды в детском саду для сохранения и укрепления здоровья детей.

В основе концепции развития детского сада №8 лежит создание эффективного здоровьесберегающего пространства и обновление отдельных направлений жизнедеятельности ДОУ. Говоря о создании здоровьесберегающей развивающей среды, мы подразумеваем следующие направления:

- организация жизни ребёнка в ДОУ т.е. режим дня;
- организация учебной деятельности и эффективное усвоение ребёнком программных требований;
- создание предметно пространственной среды в целом в ДОУ и в групповых комнатах;
- профилактические мероприятия;
- взаимодействие детского сада и семьи;
- взаимосвязь с социумом;
- психологическое сопровождение дошкольника.

Воспитатели тесно взаимодействуют с медицинским работником и инструктором по физическому воспитанию, логопедом, музыкальным руководителем, что позволяет комплексно подходить к решению проблемы здоровья детей и тем самым обеспечивают:

- единый подход к сохранению и укреплению здоровья ребенка;
- осуществление мониторинга физического развития и состояния здоровья детей в ДОУ;
- организацию медико-педагогического контроля за проведением оздоровительной педагогической работы в ДОУ;
- осуществление просветительной работы среди педагогов и родителей по проблеме здоровья дошкольников.

Режим детского сада определяет регламентированную на занятиях и вне регламентированную т.е. самостоятельную, свободную деятельность детей различных видов.

Педагоги используют разнообразные формы организации физической активности детей:

- ✓ Утренняя гимнастика и гимнастика «Побудка» после сна.
- ✓ Ритмика для детей старшей и подготовительной групп.
- ✓ Физкультминутки на занятиях и в перерывах между занятиями.
- ✓ Подвижные игры в помещении и на воздухе.
- ✓ Прогулка в любое время года, продолжительностью не менее 4 часов, при температуре воздуха не ниже минус 15 С и скорости ветра не более 7 м/с
- ✓ Спортивные игры.
- ✓ Развлечения и физкультурные праздники.
- ✓ Дни здоровья.

Проводят работу по профилактике и снижению заболеваемости детей, активно применяют на практике самые распространённые методы закаливания:

- хождение босиком по полу и специальным «дорожкам здоровья»;
- полоскание рта после еды;
- простые приемы массажа биологически активных точек рук, ступней, ушных раковин, лица и тела;
- дыхательная гимнастика;
- воздушное закаливание.

В детском саду уделяется большое внимание предметно-развивающей среде:

- В групповых комнатах произведена замена ламп, кроватей, частично мебели, столов, стульев.
- В группах имеются: уголки природы, спортивные уголки с традиционным и нестандартным оборудованием, уголки психологической разгрузки, игровая и учебная зоны, книжный уголок, уголок художественно-эстетического развития, родительские уголки
- Имеется залы для физкультурных и музыкальных занятий. Физкультурный зал оборудован необходимым инвентарем: гимнастические скамейки, гимнастические стенки, наклонные доски, ребристые доски, обручи, гимнастические палки, мячи, мешочки с песком, лыжи, канат, конструктор мягких модулей и др. Нестандартное оборудование: коврики для здоровья, дорожки-следочки, ребристые дорожки; оборудования по профилактике плоскостопия (шишки, палочки, ленточки и др.).
- Спортивная площадка для занятий на воздухе оснащена необходимым инвентарем и оборудованием: «ямой» для прыжков в длину, полосой препятствий, гимнастические лестницы, турник, корзины для игры в баскетбол и др.

Организационной формой работы в двигательном режиме являются физкультурные занятия, которые проводятся 3 раза в неделю (2 в физкультурном зале, 1 на улице). В зимний период у детей старшей и подготовительной групп идет лыжная подготовка.

Имеется большая картотека для основных видов движения, картотека подвижных игр, физкультминуток, пальчиковых игр, дыхательной

гимнастики, гимнастики после сна, гимнастики для глаз, тематических физкультурных праздников.

Традиционно 1 раза в год проводится «Неделя здоровья», 1 раз в месяц – физкультурные досуги в каждой возрастной группе, нравятся детям спортивные тематические праздники.

Педагогами разработаны и апробированы образовательные проекты по здоровьесбережению дошкольников:

Сипина А.А. (старший воспитатель) «Здоровая семья», Шалкина М.А. (инструктор по физической культуре) «Дорога к олимпийским медалям начинается с детского сада», «Мой весёлый звонкий мяч», «Подвижные игры народов России», «Художественная гимнастика в детском саду», Глухова Т. Е. (воспитатель) «От здоровых привычек - к спортивным традициям», Плетнёва М.Н. (воспитатель) «Яблоко», Гурьянова А.И. (воспитатель) «Зимние забавы», Кичапина Н.Д (воспитатель) «Спасибо зарядке! Здоровье в порядке», Ватутина К. И. (воспитатель) «Ритмика в детском саду», Точилина Л.Е. «Азбука здоровья».

Педагогами планируется работа с родителями по здоровому образу жизни. Проводятся консультации, родительские собрания, беседы, тематические выставки, анкетирование, конкурсы. Родители активно принимают участие в совместных мероприятиях детского сада и семьи.

Налажена связь ДООУ с ФСК «Планета спорта». Организуются экскурсии, спортивные мероприятия, встречи с спортсменами города.

Осуществляя педагогическую, медицинскую, физкультурно-оздоровительную и профилактическую деятельность коллектив нашего детского сада добился следующих результатов:

- Налажена координация всех специалистов ДООУ, что способствует системности физкультурно – оздоровительной деятельности ДООУ.
- Улучшилась материально-техническая база.
- Снижился уровень заболеваемости детей.
- Создана и действует система диагностирования физического развития детей.
- Осуществляется мониторинг здоровья дошкольников в ДООУ.
- Изучены и применяются разнообразные формы закаливания и методы оздоровления и укрепления здоровья детей.
- Созданы условия для полноценного физического развития ребенка в ДООУ, а также для осмысления ребенком ценностей собственного здоровья.
- Возрос уровень профессиональной компетентности педагогов, родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья дошкольников.
- Планируются и организуются различные мероприятия с родителями.

Это стало возможным за счет системы профилактических, оздоровительных мероприятий и эффективности образовательного процесса в ДООУ. Созданы необходимые условия для развития каждого малыша.

Создание здоровьесберегающей среды в нашем детском саду работает на развитие каждого ребенка.