

Кобелева Екатерина Александровна
старший воспитатель
ГБДОУ детский сад №76
Невского района Санкт-Петербурга

Здоровьесберегающие технологии в ДОО: требования ФГОС и их реализация

Здоровьесберегающие технологии активно используются в образовательном процессе детского сада. Но далеко не каждая здоровьесберегающая технология может оказаться эффективной для той или иной группы детей. Здоровьеобразование является важным направлением в развитии и обучении дошкольников. О важности этой задачи говорится не только в ФГОС ДО, но и в указе президента РФ №204 от 7 мая 2018 года. Здоровье и образование входят в перечень национальных проектов.

Технология - это совокупность процессов, алгоритмов, средств. Алгоритм и структурированность – отличительная черта технологии. Они последовательны и направлены к цели. Технология всегда эффективна, когда есть положительный результат. Педагогическая технология – это направление в педагогике, цель которого – повышение эффективности образовательного процесса, гарантированное достижение обучаемым запланированных результатов.

Под здоровьесберегающими технологиями принято понимать систему мер, которые включают факторы сохранения и укрепления здоровья ребенка на всех этапах дошкольного детства. Именно в этот период закладывается основа здорового образа жизни. Детям после окончания дошкольного образования предстоит идти учиться в школу, где нагрузка, которой подвергаются дети в школе достаточно высока, и дети должны быть к ней готовы.

Основная цель здоровьесбережения – это достижение физического, психического и социального благополучия ребенка. Ребенок должен выйти из детского сада с понимаем значимости здорового образа жизни, элементарными представлениями об укреплении здоровья. Кроме того, у ребенка должны укрепиться не только знания, но и само здоровье.

Выбор технологии во многом зависит от образовательной организации, продолжительности пребывания в ней, от профессиональной компетентности педагога, от образовательной программы.

Выделяют различные здоровьесберегающие виды технологий:

- медико-профилактические;
- физкультурно-оздоровительные;
- социально-психологического благополучия ребенка;
- здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагога;
- обучение здоровому образу жизни.

Здоровьесберегающая деятельность предусматривает комплексную медико-психологическую педагогическую оценку уровня физического развития здоровья детей, лечебно-оздоровительную работу, которая охватывает направления оздоровления и закаливания через комплекс мероприятий. Также можно выделить физкультурно-развивающую направленность работы с детьми, и включение здоровьесберегающих компонентов в образовательный процесс детского сада.

Для оценки критериев выбора здоровьесберегающих технологий, надо рассмотреть внутренние факторы: здоровье, возраст и контингент родителей и их запросы, готовность педагогов, наличие инструктора по физической культуре. Технологии не должны противоречить образовательной программе. Также необходимо учитывать и материально-технические условия образовательной организации. Стоит остановиться и на внешних факторах: это и эколого-природные и климатические условия региона, опыт использования технологии в других образовательных организациях.

Технология здоровьесбережения служит для того, чтобы ребенок был здоровый, жизнерадостный, стрессоустойчивый, чтобы ребенок вырос полезным членом общества.

Первый принцип, на котором основываются здоровьесберегающие технологии – это принцип осознанности. Ребенок должен понимать, что он делает и с какой целью он это делает, двигательный опыт ребенка в повседневной жизни. Второй принцип – принцип оздоровительной направленности упражнений.

Медико-профилактические технологии обеспечивают сохранение и укрепление здоровья детей под руководством медицинского персонала:

К ним относятся следующие технологии:

- организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста;
- организация и контроль физического развития дошкольников, закаливания;
- организация профилактических мероприятий в детском саду;
- организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов;
- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

Физкультурно-оздоровительные технологии направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др. Реализация этих технологий, как правило, осуществляется инструктором по физической культуре и воспитателями ДОУ в условиях специально организованных форм оздоровительной работы. Отдельные приемы этих технологий широко используются педагогами дошкольного образования в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимные моменты и в свободной деятельности детей, в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребенком.

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка – технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника. Основная задача этих технологий 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 данных технологий занимается психолог посредством специально организованных встреч с детьми, а также воспитатель и специалисты дошкольного образования в текущем педагогическом процессе ДОУ. К этому виду технологий можно отнести технологии психологического и психолого-педагогического сопровождения развития ребёнка в педагогическом процессе ДОУ.

Технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов дошкольного образования – технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.

Технологии обучения здоровому образу жизни предполагают следующие виды деятельности: физкультурные занятия, игротренинги, сюжетно-ролевые игры и пр.

Целесообразный подбор современных игр и методик ДОУ в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования способствует гармоничному развитию дошкольника.

Для реализации всех направлений работы по здоровьесбережению необходимо создание в ДОУ единого здоровьесберегающего пространства.

Для этого должны быть созданы соответствующие условия.

- медицинский кабинет;
- физкультурный зал (гимнастические стенки, гимнастические мячи, различные тренажеры и т.д.);
- площадка для спортивных занятий на улице (беговые дорожки, мини-стадион, беговая дорожка, полоса препятствий, спортивно-игровое оборудование);

- создание предметно-развивающей среды в группе: уголок физического саморазвития, уголок уединения (постройки из мягких модулей, домики-палатки, различные ширмы), все имеющиеся в группах пособия и материалы (дидактические игры по ЗОЖ, безопасности поведения в различных ситуациях, ПДД и т.п.) всегда находятся в распоряжении детей - т.е. среда должна быть естественной комфортабельной обстановкой, рационально организованной и насыщенной разнообразным оборудованием и материалами;
- расстановка мебели в соответствии с ростом детей, освещение помещений, режим проветривания и т.п. (в соответствии с СанПиН);
- наличие наглядной информации для родителей, информационных стендов (о режиме дня, оздоровительных мероприятиях, о пропаганде здорового образа жизни и т.п.).

Здоровый образ жизни – это жизненно важная и необходимая привычка. Именно детский сад может заложить ребенку основные понятия о здоровом образе жизни. Система здоровьесбережения в нашем детском саду помогает решать вопросы физического, психического развития детей.

Используемая литература:

1. Яковлева Л.В., Юдина Р.А.: Физическое развитие и здоровье детей 3-7лет: пособие для педагогов дошко. учреждений: в 3 ч. Часть I. Издательство: Владос, 2014 г.
2. Попова Г. П., Виноградова Е. А. Педагогическое взаимодействие в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья. ФГОС ДО. Издательство: Учитель, 2020 г.
3. Тимофейчук И.Л., Фатюшина Н.Э., Якимова Е.А.: Укрепление здоровья ребенка в детском саду. Из опыта работы ДОУ. Методическое пособие Издательство: Каро, 2014 г.