«Здоровьесбережение в ДОУ»

1. Система работы по здоровьесбережению в ДОУ
2. Здоровьесберегающие технологии
3. Мотивация в воспитании здорового образа жизни у детей.
4. Система закаливания в ДОУ.

1. Система работы по здоровьесбережению в ДОУ

В детском саду проводится обширный комплекс оздоровительных мероприятий:

- соблюдение температурного режима, проветривание, согласно СанПиН;
- облегченная одежда в детском саду (внутри учреждения);
- утренняя гимнастика;
- гимнастика после сна.
- закаливающие процедуры (согласно возрасту детей).
- ребристые дорожки – для профилактики плоскостопия.
- правильная организация прогулок и их длительность.

*соблюдение сезонной одежды воспитанников (индивидуальная работа с родителями).

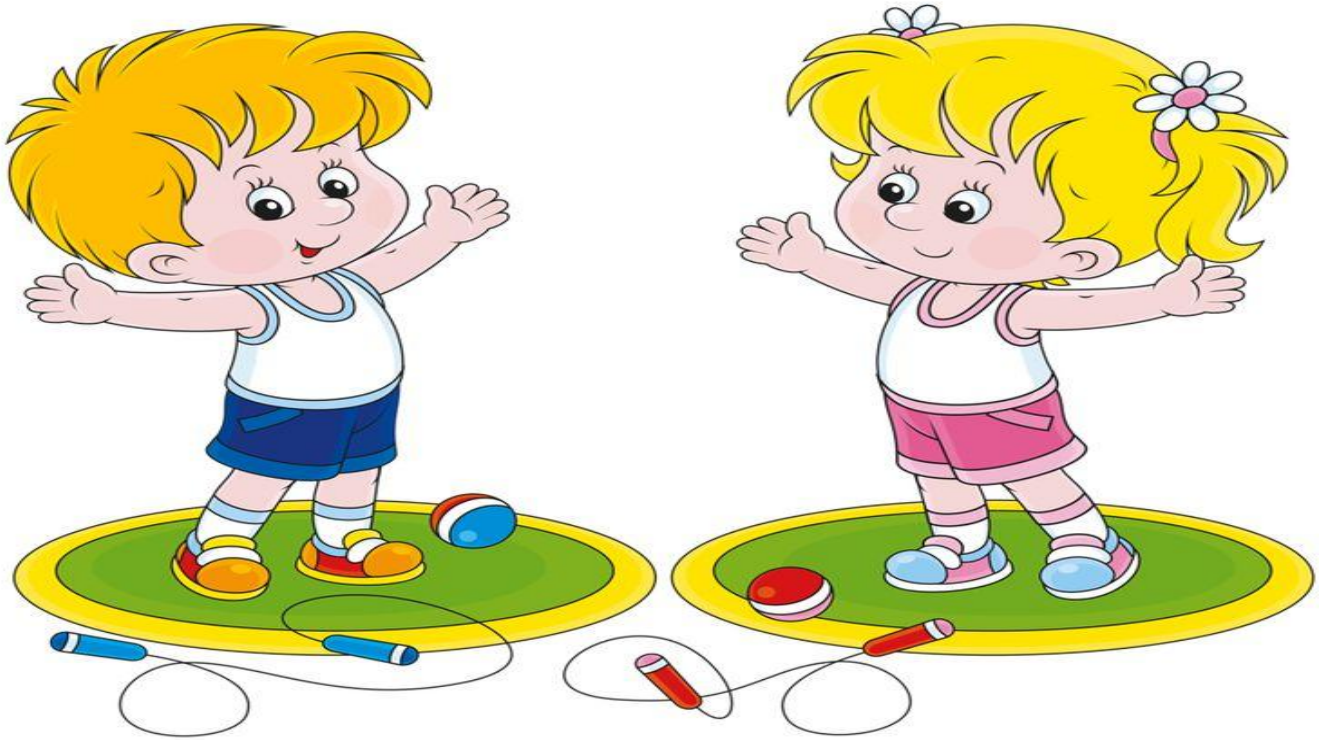
- мытье прохладной водой рук по локоть – средний-старший возраст.

комплекс контрастных закаливающих процедур - старший возраст.

- самомассаж
- витаминотерапия.

2. Здоровьесберегающие технологии

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.



Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

Применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику 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.
Применительно к взрослым – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей

Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:
- медико-профилактические;
- физкультурно-оздоровительные;
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;
- валеологического просвещения родителей; здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

Медицинские здоровьесберегающие 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,
- профилактика витаминов (отвар шиповника в осеннее – зимний период, витаминизация третьих блюд с использованием аскорбиновой кислоты),
- санитарно-гигиеническая деятельность всех служб ДОУ.

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.

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

- Информационные стенды для родителей в каждой возрастной группе работают рубрики, освещающие вопросы 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 др.);
- Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.

3. Мотивация в воспитании здорового образа жизни у детей

1. Личностно-ориентированный подход. В нашей работе применим деятельно-личностный подход в воспитании т.к. человек проявляется и развивается в деятельности. Независимо, в каких направлениях заняты дети, педагоги стимулируют каждого ребёнка на достижение, успех и продвижение вперёд по сравнению со своим предыдущим результатом. Для этого применяем как вербальные методы: Молодец! Я горжусь тобой! Ты радуешь нас! Гораздо лучше, чем на прошлом занятии. Твоё старание не прошло даром и т.д. так и невербальные: одобрительная улыбка, жест и др. Кроме того, в знак признания привлекаем детей к роли помощника, организатора, поручаем позаниматься с младшими тем, в чём сам преуспел.

2. Максимум оценок и минимум отметок. Оценивать необходимо не только практические умения и навыки, техническую составляющую успехов воспитанников, но и личностные качества, проявленные при подготовке и участии в состязаниях. Главное не сломать, а вселить уверенность, дать почувствовать гордость за себя и за причастность к общекомандному успеху. Ведь каждый ребёнок внёс свою лепту, своё старание в том виде деятельности, в котором он успешен, а может и уникален!

3. Праздники, которые активно готовят и участвуют в них сами дети и родители.
4. Приёмы арттерапии (музыка, изобразительная деятельность, элементы театральной педагогики).
5. Игровые методы (дидактические, деловые, сюжетные, подвижные и роликовые и др.)

4. Система закаливания в ДОУ

При организации закаливания следует соблюдать ряд принципов для достижения наибольшего эффекта при его проведении:

1. Закаливающие процедуры надо проводить систематически. При нерегулярном проведении организм не может выработать необходимые реакции;
2. Следует соблюдать принцип постепенности в увеличении силы раздражающего воздействия. Это необходимо для успешного приспособления организма к изменяющимся условиям;
3. Последовательность применения закаливающих процедур. Сначала следует проводить воздушные ванны, а затем можно переходить к водным и солнечным;
4. Важно учитывать индивидуальные особенности ребенка, его реакцию на применяемые раздражители. Закаливание можно проводить только при положительном настрое ребенка к процедуре;
5. Применение принципа индивидуальности;

Существует ряд противопоказаний для проведения закаливающих процедур:
- негативное отношение и страх ребенка;
- срок менее пяти дней от острых заболеваний или профилактической прививки;
- срок менее двух недель после обострения хронического заболевания;
- карантин в детском саду или в семье;
- высокая температура в вечерние часы.

Процесс закаливания – это целый комплекс мероприятий, связанных между собой и дополняющих друг друга, которые обязательно повторяются изо дня в день. Только так оздоровление детей будет эффективным. Все мероприятия, проводимые в детском саду, невозможны без участия семьи в этом процессе, так как целый ряд оздоровительных мероприятий необходимо продолжать и в домашних условиях. Участие родителей очень значимо во всей работе дошкольного учреждения.