

Максимова Наталья Юрьевна

Смирнова Наталья Владимировна

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 15», г. Череповец, Вологодская область

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

По данным Госкомстата России НИИ гигиены детей и подростков за последние 5 лет уровень заболеваемости в стране вырос на 15%, около 90% детей школьного возраста имеют отклонения в состоянии физического и психического здоровья. Дети оказываются больными уже с момента рождения, до 80% хронических заболеваний развивается в раннем возрасте. Поэтому считаем обоснованным выделить такое направление в своей работе как здоровьесбережение и большое внимание уделить созданию здоровьесберегающего образовательного пространства - то есть системы мер по охране и укреплению физического и психического здоровья воспитанников.

В январе 2014 года открылась группа детей старшего дошкольного возраста в новом детском саду, которая объединила воспитанников из разных ДОУ города. В связи с этим, были поставлены следующие задачи: содействовать укреплению и сохранению здоровья детей в период адаптации к новым условиям ДОУ и коллективу сверстников, создать благоприятный социально-психологический климат, сплотить детский коллектив. Весь воспитательно - образовательный процесс построен исходя из этих задач.

Для укрепления физического здоровья регулярно проводим закаливание, утреннюю и корригирующую гимнастику, физкультминутки, дыхательные



упражнения, обучение элементам самомассажа, спортивные занятия и развлечения, подвижные игры на улице и в помещении и др.

Для сохранения психического здоровья включаем в НОД и совместную деятельность в режимных моментах: звукоподражание, арттерапию, психогимнастику, артикуляционную гимнастику, релаксацию; способствуем созданию положительного эмоционального настроения детей и улучшения климата, используя функциональную музыку, игры на взаимодействие и др.

Для улучшения психического здоровья детей в группе создана богатая пространственная предметно - развивающая среда. Оформлены дидактические игры «Как устроено тело человека», «Здоровье и болезнь», «Что такое ЗОЖ» и др. В группе созданы карманницы с пиктограммами «Что я сегодня оздоравливаю» для каждого ребенка. Есть стенд для детей «Наши достижения» и «Экран победителей». Использование телевизора в группе стало эффективным средством в работе с детьми. Созданы уголки эмоционально - психологической разгрузки и двигательные центры. Наша группа является победителем смотров-конкурсов уголков экспериментирования, театральной деятельности.

В группе и ДОУ ведется профилактическая работа по сохранению и укреплению здоровья, а именно ароматерапия (в том числе введение чесночного режима), ионизация и аэризация воздуха, фитотерапия, организация рационального закаливания, а также занятия на тренажерах, оздоровительная гимнастика, аэробика.

Исходя из особенностей возраста воспитанников, для развития осознанного отношения к ЗОЖ в своей работе активно используем метод проектной деятельности (проекты «Психология спортсмена», «Мир воды»).

Залогом успеха в воспитании привычки к ЗОЖ детей в ДОУ считаем установление доверительных отношений с семьей. Учитывая особенности современной семьи, всеобщую информатизацию – встал вопрос о



необходимости внедрения в работу ИКТ, а именно взаимодействие с родителями посредством интернета и использование телевизора при проведении родительских собраний и встреч в группе. В итоге просветительская работа с семьей стала доступней – родители узнают о совместных досугах, результатах реализуемых в группе проектов, пользе и правилах закаливания и утренней гимнастики и т.д.

Ведем работу по формированию основ гигиенических знаний и ЗОЖ посредством познавательных бесед с детьми (кружок «Познавай-ка», уроки здоровья по оздоровительно-развивающей программе «Здравствуй» М. Л. Лазарева и др.), мастер-классов от родителей (в рамках проектов «Профессией папы - очень горжусь», «Олимпийцы»), домашних заданий, оформления семейных кодексов здоровья и эмблем здоровья, спортивных досугов в ДОУ и за его пределами (массовое катание, аквапарк, катание на лыжах и др.), совместных экскурсий на спортивные объекты города, встреч в семейном клубе «Университет здоровья». Проведены выставки рисунков и поделок в группе «Мой выходной день», «Олимпиада» и др., фотовыставка «Спортивные сооружения города». Выпуск газеты группы, тема – воспитание спортсмена. Создан групповой коллаж на тему «Наш любимый вид спорта», снят социальный видеоролик «Почему я выбираю спорт». Родители принимают участие в днях здоровья, «Кроссе нации» и др. Материалы по работе с семьей были представлены на городских педчтениях, педсоветах, школе проф. роста молодых воспитателей, клубе молодых руководителей.

В сравнении с прошлым годом, увеличилось число детей группы, занимающихся в спортивных секциях города: 20 детей, из них: хоккей - 2 чел, фигурное катание – 2 чел, художественная гимнастика – 1 чел, школа балета – 1 чел., танцы – 7 чел, цирк – 2 чел, единоборства – 2 чел., плавание – 5 чел. А 8 детей занимаются в творческих коллективах.



Использование в работе здоровьесберегающих технологий и рациональная организация двигательного режима обеспечивают положительную динамику в снижении заболеваемости. По данным, предоставленным фельдшером БУЗ ВО «Череповецкая городская поликлиника №7», пропуск одним ребёнком по болезни в 2014 году составил 13,7 дето/дней, что значительно ниже показателя по ДООУ и показателя по г. Череповцу (18,3 дето/дней).

За достижение значительных результатов в проф. деятельности награждены благодарственными письмами от детского сада и от родителей.

Таким образом, поставленные нами задачи выполнены в полном объеме. Приобретенные знания и умения по здоровьесбережению планируем применять и совершенствовать в дальнейшем.

