

**Организация здоровьесберегающей деятельности
в МАДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 22» г. Усинска
как опорного ДОУ «ДОУ – центр здоровьесберегающих технологий»
(из опыта работы)»**

Выучейская В.В.,

Панкратова М.Н., старшие воспитатели

«Видеть красивого здорового ребенка – желание каждого,
кто находится рядом с ним, кого волнует и заботит его будущее»
О.В. Дуба

Приоритетным направлением муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад общеразвивающего вида № 22» г. Усинска является физическое развитие ребёнка, сохранение его здоровья в условиях Севера.

Главным критерием результативности здоровьесберегающих педагогических технологий мы считаем их влияние на развитие ребенка, увеличение резервов его здоровья и, как частный вариант, готовность ребенка легко адаптироваться к школьным нагрузкам. Очень важно, чтобы каждая из использованных нами технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

Оздоровительная работа в детском саду осуществляется с момента его открытия (1992 год). С учетом научных методик оздоровления и внедрения новых технологий разработан рациональный режим дня стабильный и гибкий для детей. Он предусматривает их разнообразную деятельность в течение дня с учетом времени и основных компонентов режима.

Базовым условием реализации образовательной программы ДОУ является создание здоровьесберегающей среды, включающую три основных компонента:

- предметно-развивающее пространство,
- режим пребывания,
- сбалансированное питание.

Предметно-развивающая среда, созданная в нашем детском саду, позволяет решать задачи воспитания, обучения и оздоровления детей, которая учитывает особенности детей: возраст, уровень развития, интересы, склонности, способности, личностные особенности.



В ДОО оборудованы медицинский блок, физкультурный зал, бассейн, музыкальный зал, спортивная площадка для занятий на воздухе, физкультурные уголки в группах, кабинет

педагога-психолога, методический кабинет, кабинет логопеда, кабинет изобразительной деятельности.



Групповые помещения организованы с учетом реализации потребности дошкольников в движении. Пространство групп можно назвать развивающим, мобильным, гендерным, живым, постоянно меняющимся под ежедневные конкретные задачи детского сада и запросы детей. В такой обстановке детям предоставлена большая свобода выбора, возможность самоорганизации.



В групповых комнатах оборудованы уголки «спортсмена» со спортивным оборудованием. Для организации двигательной активности в зимнее время на улице используется спортивный инвентарь: санки, лыжи, клюшки, хоккейные ворота. При планировании работы учитываются предыдущие виды деятельности с детьми, результаты работы за месяц, квартал.



Для реализации основной программы разработан режим пребывания, который предусматривает оптимальное соотношение периодов бодрствования и сна детей в течение

суток, организации видов деятельности и отдыха в соответствии с возрастными психофизическими особенностями организма. Режим пребывания составлен гибко.



В регламенте жизни детей предусмотрено место для разнообразных и свободных проявлений интересов самого ребенка – это личное время, когда ребенок может заняться любимым делом, зная, что ему не будут навязывать какие-то другие занятия. Данная задача решается воспитателями старших воспитанников, ведь иметь свободное время и уметь наполнить его не менее важно для ребенка, чем участвовать в коллективных действиях.

Таким образом, организация детской жизни в условиях МАДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 22» г. Усинска построена с учетом потребностей, интересов и возможностей детей дошкольного возраста и направлена на гармоничное развитие личности всех детей, посещающих детский сад.

В нашем детском саду работа по сохранению и укреплению здоровья детей связывается с деятельностью специалистов: медицинских сестер, врача-педиатра, педагога-психолога, инструктора по физической культуре, инструктора по плаванию, учителя-логопеда.



Воспитатели и специалисты используют в своей работе технологии, методики по физической и оздоровительной работе, ориентируются на новинки психолого-педагогической литературы, внедряют в практику передовой педагогический опыт своих коллег.



В то же время большинство проблем здоровья воспитанников решается в ходе ежедневной практической работы воспитателей, т.е. связано с профессиональной педагогической деятельностью, используя:

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- футбол (один раз в неделю во второй половине дня, начиная со средней группы на специальных мячах);
- организация дополнительных услуг (в том числе платных);
- создание необходимой развивающей среды;
- динамические паузы (во время занятий 2-5 мин. по мере утомляемости детей);
- подвижные и спортивные игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей;
- пальчиковая гимнастика проводится в любой удобный отрезок времени;
- дорожка здоровья (после дневного сна) с использованием нетрадиционного физкультурного оборудования;
- гимнастика для глаз (ежедневно по 3-5 мин., в зависимости от интенсивности нагрузки);
- дыхательная гимнастика (в разных формах физкультурно-оздоровительной работы);
- длительность прогулок в соответствии Сан ПиН требованиям.



Технологии обучения здоровому образу жизни:

- физкультурные занятия (проводятся в соответствии учебного плана и основной общеобразовательной программы ДОУ);
- физкультурные занятия на улице (проводятся в соответствии учебного плана и основной общеобразовательной программы ДОУ);
- утренняя гимнастика (ежедневно);
- спортивные игры (баскетбол, пионербол, выбивной);
- тематика занятий по здоровому образу жизни в рамках основной общеобразовательной программы ДОУ;
- точечный самомассаж с использованием наглядности;
- использование рециркуляторов ультрафиолетовых бактерицидных облучателей для дезинфекции воздуха в помещении в присутствии детей «Кристалл-2»;
- использование увлажнителей воздуха в музыкальном зале и групповых помещениях;
- веселые старты игры в занимательной, соревновательной форме;
- малые олимпийские игры (4 раза в год по сезонам);
- обучение плаванию в бассейне, начиная со второй младшей группы.

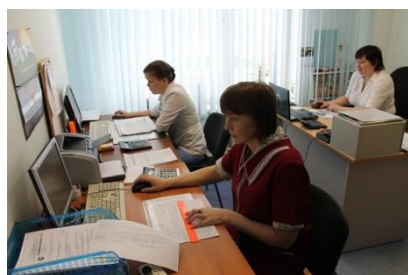
Коррекционные технологии:

- технология музыкального воздействия (сон под звуки природы);
- сказкотерапия с использованием мнемотаблиц, с помощью которых сказка выполняется, как единый двигательный комплекс в рамках программы «Детство»;
- дыхательная гимнастика по Стрельниковой А.Н.;
- артикуляционная гимнастика (проводит воспитатель, музыкальный руководитель);

- технология коррекции поведения (проводит педагог-психолог по программе «Давайте познакомимся»).
- логомассаж, логоритмика (проводит учитель-логопед).



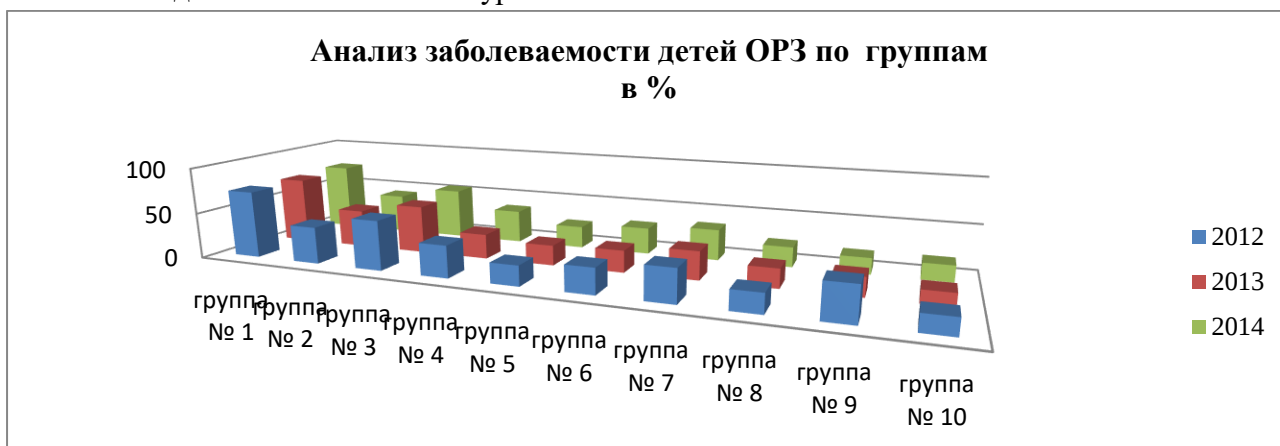
Питание в ДООУ организовано с учетом продолжительности пребывания ребенка в детском саду, возраста, подсчетом соотношения белков, жиров и углеводов, калорийности питания и микронутриентов. Детским садом освоена и внедрена компьютерная программа по питанию детей «Вижен-Софт: Питание в детском саду» г.Санкт-Петербург.

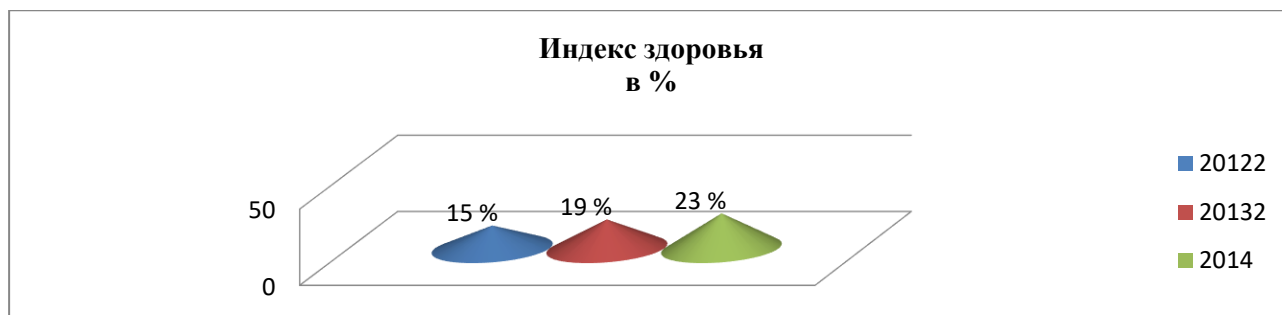


Питьевой режим в детском саду проводится в соответствии с требованиями СанПин 2.1.4. 1116-02; питьевая вода доступна детям в течение всего времени нахождения в саду и при питьевом режиме используется бутилированная вода «Усинский источник» емкостью 5 литров.

С 2013 года воспитанники детского сада, 3-х летнего возраста и старше, стали получать витаминизированный напиток "Валетек", содержащий 13 витаминов с ягодно-фруктовыми вкусами. Напитки и кисели не содержат консервантов, искусственных красителей, генетически модифицированных компонентов. Введение в рацион питания киселька способствовало снижению заболевания ОРЗ, что привело к повышению посещаемости пребывания детей в детском саду.

В течение периода 2011 – 2013 года в детском саду наблюдается значительная позитивная динамика в снижении уровня заболеваемости воспитанников.





Таким образом, из данных таблиц и диаграмм видно, что в течение 3-х лет прослеживается улучшение состояния здоровья воспитанников ДОУ.

Чтобы ребенок рос здоровым, сознательное отношение к здоровью следует формировать, прежде всего, у родителей. Семья и детский сад имеют свои особые функции и не могут заменить друг друга. Наши наблюдения показывают, что в жизнь входит новое поколение родителей, понимающих значение здорового образа жизни, хорошего образования и воспитания, стремящихся обеспечить их для своего ребенка.

Одним из путей взаимодействия ДОО с семьями воспитанников стало создание информационных изданий газет «Движение + Движение», «Расти здоровым».



Широко используются Дни открытых дверей, совместные праздники, экскурсии, походы, и т.д. где родители, а так же другие близкие ребенку люди, наблюдая совместную деятельность, сами участвуют в играх, режимных моментах и других мероприятиях.



МАДОУ «ДС ОВ №22» г.Усинска является открытой социально-педагогической системой, реализуя задачи по воспитанию полноценной гармонично-развитой личности ребёнка, мы активно сотрудничаем с социальными институтами нашего города:

- центральная детская библиотека;
- общеобразовательные школы № 5, № 6;
- МОУ ДОД «Детско-юношеская спортивная школа»;
- МАОУ ДОД «ДЮСШ-1» - плавательный бассейн «Саридз»;
- музейно-выставочный центр «Вёртас»;

- ледовый дворец «Югдём»;
- конно-спортивный клуб «Кавалькада»;
- ОГИБДД ОМВД России по г. Усинску;
- ООО "Пожарная охрана"
- МБОУДОД "ЦДОД".

Активное сотрудничество с выставочным центром «Вёртас», музеем боевой и трудовой славы, краеведческим музеем.



Тесное сотрудничество со спортсменами городского плавательного бассейна «Саридз», бывшими воспитанниками детского сада, является традицией в проведении мастер-классов по плаванию, лыжам и борьбе. Знакомство с современным ледовым спортивным комплексом «Югдём» наметило планы для дальнейшей работы.

Знакомим дошкольников с работой почтовых отделений. Встречи с сотрудниками МЧС и ГИБДД по разработанному совместному плану, самые интересные и познавательные.



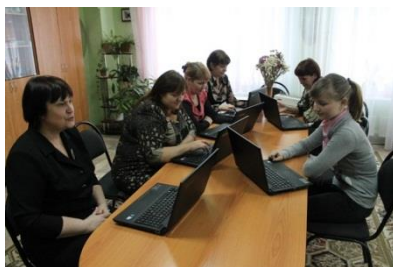
Воспитанники детского сада стали добрыми друзьями конно-спортивного клуба «Кавалькада».



Одним из наиболее интересных мероприятий являются выходы на театрализованные представления в городской Дворец культуры и на развлекательные праздники в Центр дополнительного образования детей.

С января 2012 года мы являемся опорным ДОУ по направлению «ДОУ – центр здоровьесберегающих технологий», с целью организации методической работы с педагогическими работниками образовательных учреждений города и района. За истекший период прошло более 10 заседаний. Педагогами нашего детского сада были проведены семинары, семинары-практикумы, открытые мероприятия, презентация видеоматериалов и

проектов, обобщение опыта работы педагогов по здоровьесбережению детей. На базе опорного ДОО педагогам других дошкольных организаций предоставляется возможность представить свой опыт работы.



Деятельность «ДОО – центр здоровьесберегающих технологий», будет нами активно продолжаться. В перспективе мы планируем включить в план мероприятий опыт родителей по здоровому образу жизни, создав обобщенный опыт работы в виде журнала.

тел. 89129528100, 89125542510

Е- mail detskiisad22@yandex.ru, **Сайт** www.usinsk-detsad22.ru

Усинск, 2014 г.