**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 22 «Зайчик»**

**Протокол № 3**

**педагогического совета**

**Тема: «Здоровьесберегающая среда детского сада – условие физического и психического здоровья детей».**

**Форма проведения: круглый стол**

**Дата: 26 февраля 2016 год**

**Председатель: Самохина О.В., заведующий**

**Секретарь: Пудова В.Ю., учитель-логопед**

**Общее число членов педагогического совета: 10**

**Присутствовало: 10**

**Цель:**Систематизация знаний педагогов о здоровье и методах организации здоровьесберегающего пространства, сохранения и укрепления здоровья детей.

**ПЛАН ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОВЕТА*:***

1. Выполнение решений предыдущего педсовета.

2. Сохранение здоровья воспитанников – необходимое условия качества образования.

3. Состояние физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ.

4. Самоанализ прогулок (создание условий для двигательной активности детей, подбор игр и упражнений в зависимости от предшествующей работы, уровни освоения двигательных навыков, настроение детей на прогулке, стиль взаимоотношений педагога с детьми).

5. Здоровьесберегающие технологии в воспитательно-образовательном процессе ДОУ.

6. Итоги проведения недели здоровья.

7. Итоги смотра-конкурса «По тропинке за здоровьем» (изготовление массажных ковриков для стопы ног).

8. Анализ анкетирования родителей.

**СЛУШАЛИ:**

**1. О выполнении решений предыдущего педагогического совета (см. протокол № 2 от 27.11.2015 г.) выступила заведующий Самохина О.В. Она сообщила, что решения педсовета выполняются. В ДОУ создаются условия для творческой деятельности педагогов: проведены семинары «От разнообразия форм деятельности к качеству образования», «Создание предметно-развивающей среды в соответствии с требованиями ФГОС к условиям реализации ООП ДОУ», мастер-классы «Использование современных образовательных технологий в процессе реализации образовательных областей», консультации «Требования ФГОС к развивающей предметно-пространственной среде», «Психолого-педагогические условия реализации ООП ДОО». При создании предметно-развивающей среды в группах педагоги учитывают возрастные особенности детей, социально-психологические особенности детей, потребности детей своей группы.**

**2. По второму вопросу слушали учителя-логопеда Пудову В.Ю., которая предложила презентацию «Сохранение здоровья воспитанников – необходимое условие качества образования в ДОУ», где дала подробный анализ деятельности ДОУ по данной проблеме. Виктория Юрьевна рассказала о механизмах и методах, с помощью которых можно организовать физическое воспитание таким образом, чтобы оно обеспечивало ребёнку гармоничное развитие, помогало детям использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышения его уровня, приобщение детей к физической культуре как фундаментальной составляющей общечеловеческой культуры. Нами поставлены задачи:**

**1) Оздоровительные задачи:**

* **охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;**
* **совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к различным заболеваниям;**
* **формирование правильной осанки и укрепление всех групп мышц, содействие профилактике плоскостопия.**

**2) Образовательные задачи:**

* **формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка в соответствии с его индивидуальными особенностями;**
* **создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;**
* **развитие двигательных способностей детей и физических качеств (быстрота, сила, выносливость, гибкость, подвижность в суставах, ловкость, выносливость).**

**3) Воспитательные задачи:**

* **воспитание потребности в здоровом образе жизни;**
* **вырабатывать привычку к соблюдению режима, потребность в физических упражнениях и играх;**
* **воспитывать положительные черты характера.**

**На сегодняшний день мы достигли следующих результатов:**

**1) Скоординированность действий воспитателей и специалистов в физкультурно-оздоровительной работе с детьми.**

**2) Повышение активности родителей в совместной работе по укреплению здоровья детей.**

**3) Скоординированность приёмов и методов в работе педагогов ДОУ и школы.**

**Для обеспечения воспитания здорового ребёнка, подготовленного к обучению в школе работа осуществляется через систему физкультурно-оздоровительной работы, включающей в себя восемь взаимосвязанных разделов:**

**1) Условия;**

**2) Диагностика;**

**3) Развитие движений;**

**4) Лечебно-профилактическая работа;**

**5) Закаливание;**

**6) Здоровый образ жизни;**

**7) Взаимодействие с родителями;**

**8) Взаимодействие со школой.**

**Далее Виктория Юрьевна подробно рассказала о методах и формах работы по каждому разделу. Результатах, полученных на данный момент, познакомила с результатами диагностических наблюдений. (*Приложение № 1, презентация*).**

**3. По третьему вопросу выступила инструктор по физической культуре Макаусова С.С., которая сообщила, что ведущей целью физкультурно-оздоровительной работы в МБДОУ «Детский сад № 22 «Зайчик» является общее оздоровление и укрепление детского организма. Основными задачами нашей работы являются:**

**1) Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья воспитанников;**

**2) Формирование основ базовой культуры личности.**

**3) Всестороннее развитие психических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями.**

**4) Подготовка ребёнка к жизни в современном обществе.**

**Эти цели и задачи реализуются в процессе разнообразных видов детской деятельности: игровой, учебной, двигательной. Работа по физическому воспитанию детей в ДОУ проводится с учётом состояния здоровья детей и осуществляется во взаимосвязи с воспитателями групп при регулярном контроле со стороны медсестры ДОУ.**

**С целью снижения заболеваемости в детском саду разработана и усиленно применяется система закаливающих мероприятий в течение всего года. Профилактическая работа включает в себя:**

**1) Соблюдение температурного режима в течение дня.**

**2) Мытьё прохладной водой рук до локтя.**

**3) Правильно организованные прогулки и их длительность.**

**Формы и методы оздоровления детей:**

**1) Обеспечение здорового ритма жизни.**

**2) Физические упражнения.**

**3) Гигиенические и водные процедуры.**

**4) Световоздушные ванны.**

**5) Активный отдых.**

**6) Правильное питание.**

**7) Закаливание.**

**8) Пропаганда ЗОЖ.**

**В ежедневную утреннюю гимнастику и физкультурные занятия включаются корригирующие упражнения для профилактики зрения, нарушения осанки, плоскостопия, дыхательная и пальчиковая гимнастика, самомассаж. В детском саду выполняются все виды здоровьесберегающих технологий. Для полноценного физического развития детей и удовлетворения их потребности в движении в ДОУ созданы следующие условия: спортивный зал со спортивным инвентарём; спортивная площадка для подвижных и спортивных игр, физкультурные уголки (во всех группах), медицинский кабинет, кварцевые лампы, музыкальный зал, кабинет логопеда.**

**Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ во многом зависит от взаимосвязи инструктора по физической культуре с воспитателями групп, медсестрой, музыкальным руководителем. психологом**

**4. По четвёртому вопросу выступала воспитатель Симонова Т.Н., которая отметила, что на современном этапе развития общества выявлена тенденция ухудшения здоровья детей. Всемирная организация здравоохранения определяет здоровье как полное физическое, психическое и социальное благополучие ребёнка. Ведь чем активнее вовлечение ребёнка в мир движений, тем богаче и интереснее его физическое и умственное развитие, крепче здоровье. Двигательная активность – это естественная потребность в движении, удовлетворение которой является важнейшим условием всестороннего развития и воспитания ребёнка. Это средство приобщения детей к здоровому образу жизни.**

**При разработке рационального двигательного режима важно не только обеспечить удовлетворение биологической потребности детей в двигательной активности, но и предусмотреть рациональное содержание ДА, основанное на оптимальном соотношении разных видов занятий, подобранных с учётом возрастных и индивидуальных особенностей. Поэтому педагогам необходимо позаботиться об организации детской двигательной деятельности, её разнообразии, а также выполнении основных задач и требований к ей содержания. Разработана и введена современная модель двигательного режима детей в дошкольном учреждении. Эта модель состоит из 5-ти блоков, включающих в себя разные виды мероприятий по физической культуре.**

**Первое место в двигательном режиме детей принадлежит физкультурно-оздоровительным занятиям. К ним относятся подвижные игры и физические упражнения во время прогулок. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Таким образом, правильно организованные и продуманные прогулки помогают осуществлять задачи всестороннего развития детей. В этом случае большое значение имеет в соответствии с педагогическими и гигиеническими требованиями спланированный и оборудованный участок, на котором присутствуют постройки для развития основных движений: ходьба, бег, упражнения в равновесии, лазанье, прыжки, метание.**

**Также на прогулке мы проводим три игры. Подбирая игры для дневной прогулки, я учитываю предыдущую деятельность детей. После спокойных занятий (рисование, лепка) провожу игры более подвижного характера со всей группой вначале прогулки. После физкультурных и музыкальных занятий – игры средней подвижности (проводятся в середине или в конце прогулки), также использую малоподвижные игры.**

**Выступила воспитатель Брагина Т.В., которая отметила, что отношения ребёнка с воспитателем играют огромную роль в формировании его личности. Так, если воспитатель постоянно злоупотребляет негативными оценками, запретами, наказаниями, это провоцирует у детей агрессивное поведение и активное неприятие каких-либо требований, предъявляемых с его стороны. Такое же поведение детей провоцирует неорганизованный воспитатель, равнодушных к их проблемам, далёкий от их нужд.**

**Поэтому в своих отношениях с детьми постарайтесь помнить о том, что:**

**1) Ребёнок вам ничего не должен. Это вы должны помочь ребёнку стать более самостоятельным и ответственным.**

**2) В каждой конкретной неблагоприятной ситуации нужно понять, чего добивается ребёнок и почему он это делает. Добивайтесь от него соблюдения социальных норм и правил с учётом его состояния и интересов.**

**3) Навязывание своих правил и требований против воли детей – это насилие, даже если ваши намерения благонравны.**

**4) Запретов и строгих требований не должно быть слишком много. Это ведёт к пассивности и низкой самооценки у воспитанников.**

**5) Тихий, застенчивый ребёнок также нуждается в вашей профессиональной помощи, как и отъявленный драчун.**

**Особенно эти рекомендации нужно использовать при организации прогулок с детьми.**

**Выступила воспитатель Мариненко Л.Н. Она сообщила, что немаловажную роль на прогулке играет настроение детей. Прогулка должна дать ребёнку разрядку, снять напряжение после статических, сосредоточенных занятий и создать у него жизнерадостное настроение. Следовательно, воспитатель, организуя прогулку, должен использовать такие методы и приёмы, чтобы вызвать у ребёнка только положительные эмоции.**

**5. По пятому вопросу слушали инструктора по физической культуре Макаусову С.С. Она очень интересно рассказала не только о том, какие здоровьесберегающие технологии применяет она:**

**1) Технологии сохранения и стимулирования здоровья (подвижные, спортивные игры, пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика, бодрящая гимнастика, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастка, релаксация и др.).**

**2) Технологии обучения здоровому образу жизни (самомассаж, утренняя гимнастика, коммуникативные игры и т.п.).**

**3) Коррекционные технологии (технология музыкального воздействия, технология коррекции поведения, фонетическая ритмика, сказкотерапия),**

**но и провела практическое занятие по использованию некоторых из них в деятельности педагога. Светлана Сергеевна поделилась с коллегами коллекцией музыкальных физкультминуток, подробно рассказала о том, как она проводит с использованием ИКТ гимнастики для глаз.**

**Педагог сделала вывод, что, используя здоровьесберегающие технологии в комплексе, я формирую у ребёнка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни и способствую укреплению как физического, так и психического здоровья ребёнка. (*Приложение 2*).**

**6. По шестому вопросу выступила заведующий ДОУ Самохина О.В. Она подвела итоги недели здоровья «Путешествие в волшебную страну спорта», которая проводилась в период с 15.02 по 19.02.2016 года. Основной целью недели здоровья являлась пропаганда среди воспитанников ДОУ и их родителей (законных представителей) здорового образа жизни, развития интереса к физической культуре и спорту.**

**О проведении недели здоровья «Путешествие в волшебную страну спорта» в детском саду заранее были проинформированы родители воспитанников: в уголках для родителей была размещена информация об основных мероприятиях, которые ожидают детей и приглашение родителей принять активное участие в выставке газет, фотовыставке и совместных с детьми мероприятиях.**

**Работа в ДОУ по приобщению к ценностям здорового образа жизни осуществлялась согласно плану, разработанному на основе Положения о проведении недели здоровья в ДОУ.**

**С целью развития двигательных навыков и навыков ЗОЖ у воспитанников, формирования психологического здоровья, устойчивой положительной мотивации к сохранению и укреплению здоровья с детьми проводилась не только образовательная деятельность по основным направлениям развития дошкольников, но и совместная деятельность в ходе режимных моментов (утренняя гимнастика, закаливающие мероприятия после сна, тематические беседы, игры и т.д.) и самостоятельная деятельность дошкольников (рассматривание иллюстраций, фотографий о спорте, дидактические игры, самостоятельная ДА с использованием спортивного оборудования и инвентаря).**

**Воспитатели большое внимание уделяли оздоровительной направленности гимнастики, включая комплексны упражнений на дыхание, звуковую гимнастику, упражнения на профилактику опорно-двигательного аппарата, вводили в неё игровые ситуации и образы, помогающие формировать двигательное воображение ребёнка.**

**В рамках недели здоровья «Путешествие в волшебную страну спорта» по физическому развитию детей были организованы сюжетно-игровые занятия, построенные на основе подвижных игр и игр-эстафет; физкультурные досуги: «Богатырские состязания», «Неболейка и его друзья» и другие с участием разных персонажей.**

**Таким образом, считаю, что неделя здоровья является эффективной формой работы по пропаганде среди воспитанников ДОУ и их родителей (законных представителей) здорового образа жизни, развития интереса к физической культуре и спорту, позволяет обогащать у детей основы знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.**

**7. По седьмому вопросу слушали учителя-логопеда Пудову В.Ю., которая подвела итоги смотра-конкурса «По тропинке за здоровьем», где педагоги ДОУ с целью активизации творческого потенциала и распространения лучшего педагогического опыта по развитию двигательной активности детей должны были изготовить массажные коврики для стопы ног.**

**Виктория Юрьевна отметила, что нестандартное оборудование вносит элементы необычности, тем самым, вызывая у детей наибольший интерес и желание использовать оборудование в самостоятельной деятельности. Дети с большим удовольствием ходят по массажным коврикам: «Дорожках здоровья», «Весёлая дорожка», которые способствуют профилактике деформации стопы, развивают мышцы нижних конечностей, координацию, внимание, и поддерживают психомоторное развитие.**

**По результатам смотра-конкурса «По тропинке за здоровьем» (изготовление массажных ковриков для ног) среди педагогов ДОУ:**

**1 место заняла Брагина Т.В., педагог-психолог;**

**2 место – Пудова В.Ю., учитель-логопед;**

**3 место – Виденкина Л.П., воспитатель группы «Ягодка».**

**Педагоги проявили творчество и фантазию, грамотно оформили, представили свои пособия, дали рекомендации и варианты его использования. Нетрадиционное оборудование соответствует современным требованиям, несёт развивающий и обучающий характер, доступность и лёгкость применения на практике, новизну и оригинальность.**

**8. По восьмому вопросу выступила педагог-психолог Брагина Т.В., которая отметила, что непременным условием успешной работы по здоровьесбережению и здоровьеобогащению дошкольников является активное взаимодействие педагогов с родителями воспитанников. В связи с этим в ДОУ было проведено анкетирование родителей целью которого было выявление отношения родителей к проблеме здоровья своего ребёнка.**

**В результате, мы выяснили, что 92% родителей понимают значимость ЗОЖ, но только 74% знают, как это делать и только 31% родителей являются примером для ребёнка в ежедневном укреплении здоровья. (*Приложение 3*).**

**РЕШЕНИЕ:**

**1. Принять выполнение решений предыдущего педсовета.**

**2. Всю работу педагогического коллектива направить на укрепление здоровья детей и снижение заболеваемости через включение в работу эффективных форм физкультурно-оздоровительной работы.**

***Ответственный: воспитатели групп. Срок: постоянно.***

**3. Продолжать физкультурно-оздоровительную работу в ДОУ. При составлении плана работы на летний оздоровительный период особое внимание уделить закаливающим процедурам и организации оптимальной двигательной активности.**

***Ответственные: инструктор по физической культуре Макаусова С.С. Срок: март-апрель 2016 года.***

**4. При планировании прогулок использовать современные методы двигательной активности детей, подбирать игры и упражнения в зависимости от предшествующей работы. создавать положительное настроение детей на прогулке.**

***Ответственный: воспитатели групп. Срок: постоянно.***

**5. Разнообразить формы работы при использовании современных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе.**

***Ответственный: воспитатели групп. Срок: постоянно.***

**6. Использовать в своей работе систематическое проведение недели здоровья, так как это способствует формированию здорового образа жизни среди воспитанников и их родителей.**

***Ответственный: воспитатели групп. Срок: постоянно.***

**7. С целью активизации творческого потенциала педагогов ДОУ использовать в работе проведение смотров-конкурсов различной тематики.**

***Ответственный: учитель-логопед Пудова В.Ю. Срок: в течение года.***

**8. Приобщать родителей к здоровому образу жизни посредством проведения совместных мероприятий с детьми.**

***Ответственные: инструктор по физической культуре Макаусова С.С., воспитатели групп. Срок: в течение года.***

**Председатель собрания О.В. Самохина**

**Секретарь собрания В.Ю. Пудова**

***Приложение 2***

**Выступление инструктора по физической культуре Макаусовой С.С.**

**Сообщение к педсовету**

**на тему: «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе ДОУ и семье»**

**План сообщения**

1. Здоровьесберегающие технологии: понятие, цель и задачи.
2. Что такое здоровьесберегающие технологии?
3. Виды здоровьесберегающих технологий, используемых в ДОУ.
4. Формы оздоровительной работы в дошкольном учреждении.
5. ДОУ и семья.
6. Сотрудничество детского сада и семьи: забота о здоровье дошкольника.

*«Я не боюсь ещё и ещё раз повторять:*

*забота о здоровье – это важнейший*

*труд воспитателя. От жизнерадостности,*

*бодрости детей зависит их духовная жизнь,*

*мировоззрение, умственное развитие,*

*прочность знаний, вера в свои силы».*

*В.А. Сухомлинский*

Дошкольный возраст обоснованно считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. В этом возрасте более интенсивно развиваются различные способности, формируются нравственные качества, вырабатываются черты характера. Именно в данном возрастном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств, необходимых для эффективного участия ребенка в различных формах двигательной активности, что, в свою очередь, создает условия для активного и направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей дошкольника.

Что же такое здоровье? Обратимся к «Словарю русского языка» С.И. Ожегова: «Правильная, нормальная деятельность организма». В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Именно поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте.

Анализ состояния здоровья детей дошкольного возраста показывает, что за последнее десятилетие количество абсолютно здоровых детей снизилось с 23 до 15% и увеличилось количество детей, имеющих хронические заболевания, с 16 до 17,3%. В среднем по России на каждого дошкольника приходится не менее двух заболеваний в год. Приблизительно 20-27% детей относится к категории часто и длительно болеющих. Почти 90% детей дошкольного возраста имеют стандартные отклонения в строении опорно-двигательного аппарата - нарушение осанки, плоскостопие, неравновесный мышечный тонус, слабость мышц брюшного пресса, не оптимальность соотношения статических и динамических движений. У 20-30% детей старшего дошкольного возраста наблюдаются невротические проявления. По данным прогнозов, 85% этих детей - потенциальные больные сердечно-сосудистыми заболеваниями. Около 50% детей нуждаются в психокоррекции и характеризуются серьезным психологическим неблагополучием. В подавляющем большинстве дети, начиная с дошкольного возраста, страдают дефицитом движений и сниженным иммунитетом. Их мышечная нагрузка уменьшается в силу объективных причин: у детей практически нет возможности играть в подвижные игры во время прогулки, да и некоторые родители чрезмерно увлекаются интеллектуальным развитием своих детей (компьютерные игры, посещение разнообразных кружков).

Приведенные результаты наглядно указывают на социально-педагогический уровень проблем, которые возникают перед работниками дошкольных учреждений, призванных воспитать здорового ребенка с оптимальным физическим и психическим развитием, что соответствует социальному запросу общества.

Неоспоримо, что основная задача детского сада - подготовить ребенка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определенные привычки. Но может ли каждый профессионально подготовленный педагог, просто взрослый ответственный человек бесстрастно относится к неблагополучному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению? Одним из ответов на этот вопрос и стала востребованность педагогами образовательного учреждения здоровьесберегающих образовательных технологий.

**Здоровьесберегающие технологии: понятие, цель и задачи**

Прежде чем начать говорить о здоровьесберегающих технологиях, определим понятие “технология”. Технология - это инструмент профессиональной деятельности педагога, соответственно характеризующаяся качественным прилагательным – педагогическая. Сущность педагогической технологии заключается в том, что она имеет выраженную этапность (пошаговость), включает в себя набор определенных профессиональных действий на каждом этапе, позволяя педагогу еще в процессе проектирования предвидеть промежуточные и итоговые результаты собственной профессионально-педагогической деятельности. Педагогическую технологию отличают: конкретность и четкость цели и задач, наличие этапов: первичной диагностики; отбора содержания, форм, способов и приемов его реализации; использования совокупности средств в определенной логике с организацией промежуточной диагностики для достижения обозначенной цели; итоговой диагностики достижения цели, критериальной оценки результатов. (Данное определение предлагается Деркунской В.А. – к.пед.н.)

**Что такое 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.

В ДОУ может быть разработана «технология здоровьесбережения», задачами которой являются:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания, оптимизации двигательной деятельности на свежем воздухе.

2. Обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни.

3. Конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении их здоровья, развитии творческого потенциала.

**Виды здоровьесберегающих технологий, используемых в ДОУ**

Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании - классификация здоровьесберегающих технологий по доминированию целей и решаемых задач, а также ведущих средств здоровьесбережения и здоровьеобогащения субъектов педагогического процесса в детском саду.

Здоровьесберегающая деятельность в нашем детском саду осуществляется в следующих формах:

**Медико-профилактическая технологии**

Медико-профилактическая деятельность обеспечивает сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами с использованием медицинских средств.

Задачи этой деятельности:

- организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;

- организация и контроль питания детей, физического развития, закаливания;

- организация профилактических мероприятий, способствующих резистентности детского организма (например, иммунизация, полоскание горла противовоспалительными травами, щадящий режим в период адаптации и т.д.).

- организация контроля и помощи в обеспечении требований санитарно-эпидемиологических нормативов – СанПиНов.

- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

Мониторинг за состоянием здоровья и физическим развитием детей осуществляется медицинскими работниками детского сада. Вся работа по физическому воспитанию детей в ДОУ строится с учётом их физической подготовленности и имеющихся отклонений в состоянии здоровья. Для этого на основании индивидуальных медицинских карт врач дошкольного учреждения составляет по каждой возрастной группе сводную схему, которая помогает воспитателям и медицинским работникам иметь чёткую картину о состоянии здоровья детей всей группы и каждого ребёнка в отдельности. Эта схема-анализ и конкретные рекомендации заносятся в групповой «Журнал здоровья» - «Индивидуальный маршрут ребёнка», - чтобы каждый воспитатель планировал физкультурно-оздоровительную работу в соответствии с особенностями здоровья детей.

**Физкультурно-оздоровительная технология**

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка.

Задачи этой деятельности:

- развитие физических качеств;

- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников,

- формирование правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;

- воспитание привычки повседневной физической активности;

- оздоровление средствами закаливания. Физкультурно-оздоровительная деятельность осуществляется инструктором по физической культуре на занятиях по физическому воспитанию, а также педагогами - в виде различных гимнастик, физкультминуток, динамических пауз и пр.;

**Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;**

Задача этой деятельности – обеспечение эмоционального комфорта и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду, семье; обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника, т.к. эмоциональный настрой, психическое благополучие, бодрое настроение детей является важным для их здоровья. В своей деятельности «служба сопровождения» руководствуется Положением о медико-психолого-педагогической службе и ставит своей целью создание в дошкольном учреждении целостной системы, обеспечивающей оптимальные условия для развития детей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, состояния соматического и психического здоровья. В данной системе взаимодействуют диагностическое, консультативное, коррекционно-развивающее, лечебно-профилактическое и социальное направления.

**Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов**

На улучшение здоровья малышей, их благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни ребёнка в детском саду, заботливое и внимательное отношение к нему взрослых, высокое чувство ответственности всего коллектива за каждого воспитанника. Поэтому большое внимание в нашем ДОУ уделяется подбору и расстановке кадров на группы с учётом их деловых качеств, опыта и психологической совместимости. Помня о том, что результаты физического развития зависят прежде всего от профессиональной подготовки педагогов, их педагогических знаний, продумана система всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства.

Педагог, стоящий на страже здоровья ребенка, воспитывающий культуру здоровья ребенка и родителей прежде всего сам должен быть здоров, иметь валеологические знания, не переутомлен работой, должен уметь объективно оценивать свои достоинства и недостатки, связанные с профессиональной деятельностью, составить план необходимой самокоррекции и приступить к его реализации*.*

**Технологии валеологического просвещения родителей*.***

Главными воспитателями ребенка являются родители. От того, как правильно организован режим дня ребенка, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка, зависит его настроение, состояние физического комфорта. Здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в образовательном учреждении, может или находить каждодневную поддержку дома, и тогда закрепляться, или не находить, и тогда полученная информация будет лишней и тягостной для ребенка.

Информационно-просветительская деятельность выражается в формировании у родителей здорового образа жизни как ценности, а также в знакомстве родителей с различными формами работы по физическому воспитанию в дошкольном учреждении, информировании о состоянии здоровья и физическом развитии, об уровне двигательной подготовленности их ребёнка; привлечении родителей к участию в различных совместных физкультурных досугах и праздниках.

В целях сотрудничества с родителями по формированию здорового образа жизни у детей нами разработана система мероприятий, к которым относятся:

* родительские собрания,
* консультации,
* конференции,
* конкурсы,
* спортивные праздники,
* праздники здоровья,
* семейный клуб
* папки-передвижки,
* беседы,
* личный пример педагога,
* нетрадиционные формы работы с родителями,
* практические показы (практикумы)

**Здоровьесберегающие образовательные технологии.**

Этот вид деятельности предполагает воспитание валеологической культуры, или культуры здоровья, дошкольников. Цель ее – сформировать у детей осознанное отношение ребенка к здоровью и жизни, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать его.

Здоровьесберегающие образовательные технологии наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей. Главный их признак – использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем.

Образовательная деятельность предполагает проведение занятий и бесед с дошкольниками о необходимости соблюдения режима дня, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем, дети приобретают навыки культуры и здорового образа жизни, знания правил безопасного поведения и разумных действий в непредвиденных ситуациях.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения для детей дошкольного возрасте.

**Формы оздоровительной работы в дошкольном учреждении**

В дошкольном учреждении ежедневно во всех возрастных группах предусмотрено несколько форм физического воспитания детей, что способствует укреплению здоровья и позволяет обеспечить необходимую двигательную активность детей в течение всего дня.

Особое внимание в режиме дня уделяется проведению ***закаливающих процедур*,** способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости. Закаливающие мероприятия, как важная составная часть физической культуры, содействует созданию обязательных условий и привычек здорового образа жизни. Используемая нами система закаливаний предусматривает разнообразные формы и методы, а также изменения в связи с временами года, возрастом и индивидуальными особенностями состояния здоровья детей.

При работе с детьми обязательно соблюдаются основные принципы закаливания:

Осуществление закаливание при условии, что ребёнок здоров;

Недопустимость проведения закаливающих процедур при наличии у ребёнка отрицательных эмоциональных реакций (страха, плача, беспокойства);

Тщательный учёт индивидуальных особенностей ребёнка, его возраста, возможности повышенной чувствительности к закаливающим мероприятиям;

Интенсивность закаливающих процедур увеличивается постепенно и последовательно, с расширением зон воздействия и увеличением времени проведения закаливания;

Систематичность и постоянство закаливания (а не от случая к случаю.

Для наибольшей эффективности закаливания нами обеспечиваются:

Чёткая организация теплового и воздушного режима в помещении («температурная» гигиена);

Рациональная, не перегревающая одежда детей;

Соблюдение режима прогулок во все времена года;

Сон при открытых фрамугах;

Гигиенические процедуры (умывание и обливание рук до локтя прохладной водой, полоскание рта кипяченой водой комнатной температуры);

Хождение босиком в группе и летом на прогулке, занятия босиком утренней гимнастикой и физкультурой. Главный смысл хождения босиком заключается в закаливании кожи стоп к влиянию пониженных температур, которое осуществляется, главным образом, действием низких температур пола, земли. Именно данное действие и является определяющим, если не единственным, в закаливании, поскольку убедительных доказательств в отношении влияния других компонентов в научной литературе не имеется.

Методика контрастного воздушного закаливания, которая проводится в конце дневного сна попеременно в холодном и теплом помещениях. Температура воздуха в тёплом помещении поддерживается с помощью подогревателей, в холодном понижается за счёт интенсивного проветривания, летом вплоть до сквозняков.

Одной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни является ***прогулка.*** Для того, чтобы прогулка давала эффект, нами меняется последовательность видов деятельности детей, в зависимости от характера предыдущего занятия и погодных условий. Так, в холодное время года и после занятия, на котором дети сидели, прогулка начинается с пробежки, подвижной игры; в тёплое время года или после физкультурных и музыкальных занятий – с наблюдения, спокойных игр.

Прогулка – один из важнейших режимных моментов, во время которого дети могут в достаточной степени реализовать свои двигательные потребности. Оптимальной формой для этого служат ***подвижные игры и физические упражнения*** *на улице.*

***Подвижная игра***занимает особое место в развитии ребёнка-дошкольника. Она способствует закреплению и совершенствованию двигательных навыков и умений, предоставляет возможность развивать познавательный интерес, формирует умение ориентироваться в окружающей действительности, что так важно для приобретения ребёнком жизненного опыта.

Разнообразные игровые действия развивают ловкость, быстроту, координацию движений и благоприятно влияют на эмоциональное состояние детей.

Потребность в движениях у дошкольников велика, однако неокрепший организм крайне чувствителен не только к недостатку, но и к избытку движений. Вот почему при выборе подвижных игр и игровых упражнений мы стараемся соблюдать оптимальный режим двигательной активности, регулируем допустимую нагрузку, изменяя игровую ситуацию, увеличивая или уменьшая количество повторений.

Кроме подвижных игр, в нашем детском саду мы широко используем разнообразные ***упражнения*** в основных видах движений:

Бег и ходьба

Прыжки

Метание, бросание и ловля мяча

Упражнения на полосе препятствий

Проводимые на свежем воздухе физические упражнения способствуют функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, развитию защитных сил по отношению к неблагоприятным факторам внешней среды. На каждые две недели имеются 3-4 комплекса физических упражнений на воздухе:

- для хорошей погоды (по сезону);

- на случай сырой погоды;

- на случай порывистого ветра.

Безусловно, особое значение в воспитании здорового ребёнка в нашем дошкольном учреждении придаётся развитию движений и физической культуры на ***физкультурных занятиях***. Причём, в каждом возрастном периоде физкультурные занятия имеют разную направленность:

- маленьким детям они доставляют удовольствие, учат их ориентироваться в пространстве, приёмам элементарной страховки;

- в среднем возрасте – развивают физические качества, прежде всего, выносливость и силу;

- в старших группах – формируют потребность в движении, развивают двигательные способности и самостоятельность.

Именно поэтому в нашем детском саду используются разнообразные варианты проведения физкультурных занятий:

Занятия по традиционной схеме;

Занятия, состоящие из набора подвижных игр большой, средней и малой интенсивности;

Занятия-соревнования, где дети в ходе различных эстафет двух команд выявляют победителей;

Занятия серии «Здоровье», которые могут быть включены и в сетку занятий в качестве познавательного развития. В ходе таких занятий детям даются представления о строении собственного тела, назначении органов, о том, что полезно и вредно для человеческого организма, а также прививаются элементарные навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи. Эти занятия имеют огромное значение в воспитании у ребёнка потребности в здоровом образе жизни.

Одним из важнейших компонентов укрепления и оздоровления детского организма, а также организации двигательного режима ребёнка, направленного на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей, является ***утренняя гимнастика***.

Ежедневное выполнение физических упражнений под руководством взрослого способствует проявлению определённых волевых усилий, вырабатывает у детей полезную привычку начинать день с утренней гимнастики. Утренняя гимнастика постепенно вовлекает весь организм ребёнка в деятельное состояние, укрепляет дыхание, усиливает кровообращение, содействует обмену веществ, вызывает потребность в кислороде, помогает развитию правильной осанки. Чтобы предупредить возникновение плоскостопия, предлагаются упражнения для укрепления свода стопы – поднимание на носки, на пятки.

Музыка, сопровождающая движения, создаёт бодрое настроение, оказывает положительное влияние на нервную систему ребёнка.

Утренняя гимнастика проводится ежедневно до завтрака, в течение 10–12 минут на воздухе или в помещении (в зависимости от погодных условий). В течение всей утренней гимнастики, проводимой в помещении, форточки остаются открытыми, дети занимаются в физкультурной форме и босиком.

Содержание утренней гимнастики составляют упражнения, рекомендованные программой для данной возрастной группы, разученные предварительно на физкультурном занятии и хорошо знакомые детям.

В перерывах между занятиями, особенно в старших группах детского сада, проводится ***двигательная разминка.*** Её цель –предотвратить развитие утомления у детей, снять эмоциональное напряжение в процессе занятий с умственной нагрузкой, что способствует более быстрому восприятию программного материала. Двигательная разминка позволяет активно отдохнуть после умственной нагрузки и вынужденной статической позы, способствует увеличению двигательной активности детей. Игровые упражнения, используемые в разминке, хорошо знакомы детям, просты по содержанию, с небольшим количеством правил, не длительны по времени (не более 10-12 минут), доступны детям с разным уровнем двигательной активности.

С целью предупреждения утомления на занятиях, связанных с длительным сидением в однообразной позе, требующих сосредоточенного внимания и поддержания умственной работоспособности детей на хорошем уровне, в детском саду проводятся ***физкультминутки***.

Физкультминутки повышают общий тонус, моторику, способствуют тренировке подвижности нервных процессов, развивают внимание и память, создают положительный эмоциональный настрой и снимают психоэмоциональное напряжение.

Физкультминутки проводятся воспитателем по мере необходимости во время занятий по развитию речи, формированию элементарных математических представлений и т.д. Длительность составляет 3-5 минут.

Физкультминутки проводятся в многочисленных формах: в виде упражнений общеразвивающего воздействия (движения головы, рук, туловища, ног), подвижной игры, дидактической игры с разными движениями, танцевальных движений и игровых упражнений. Физкультминутка может сопровождаться текстом, связанным или не связанным с содержанием занятия.

Наряду с различными оздоровительными мероприятиями в дошкольном учреждении проводится и ***гимнастика после дневного сна,*** которая помогает улучшить настроение детей, поднять мышечный тонус, а также способствует профилактике нарушений осанки и стопы. Гимнастика проводится при открытых форточках 7-15 минут. В течение года используются различные варианты гимнастики.

*Разминка в постели*. Дети постепенно просыпаются под звуки приятной музыки и, лёжа в постели на спине поверх одеяла, выполняют 5-6 упражнений общеразвивающего воздействия. Упражнения выполняются из разных положений: лёжа на боку, на животе, сидя. После выполнения упражнений дети встают и выполняют в разном темпе несколько движений (ходьба на месте, ходьба по массажным коврикам, постепенно переходящая в бег). Затем все переходят из спальни в хорошо проветренную групповую комнату и под музыку выполняют произвольные танцевальные, музыкально – ритмические или другие движения.

*Гимнастика игрового характера*. Состоит из 3-6 имитационных упражнений. Дети подражают движениям птиц, животных, растений, создают различные образы («лыжник», «конькобежец», «петрушка», «цветок»).

*Пробежки по массажным дорожкам*. Сочетаются с контрастными воздушными ваннами и проводятся 2 раза в неделю по 5-7 минут. Массажная дорожка состоит из пособий и предметов, способствующих массажу стопы. Дети занимаются босиком, идут в быстром темпе по дорожке и плавно переходят на бег (1-1.5мин.) и снова переходят на спокойную ходьбу с дыхательными упражнениями. Это способствует развитию выносливости, координации движений, формированию стопы и укреплению организма детей.

***Дыхательная гимнастика***. От правильного дыхания во многом зависит здоровье человека, его физическая и умственная деятельность. Дыхательные упражнения увеличивают вентиляцию, лимфо- и кровообращение в легких, снижают спазм бронхов и бронхиол, улучшают их проходимость, способствуют выделению мокроты, тренируют умение произвольно управлять дыханием, формируют правильную биомеханику дыхания, осуществляют профилактику заболеваний и осложнений органов дыхания.

У детей дошкольного возраста дыхательные мышцы ещё слабы, поэтому необходима специальная система упражнений в естественном ритмичном дыхании, а также в правильном использовании вдоха и выдоха при простых и более сложных движениях, причем ритм дыхания и движения образуют одно ритмическое целое. К гимнастическим упражнениям, формирующим правильное дыхание, относятся упражнения для постановки правильного дыхания через нос, развития мышц грудной клетки для увеличения ее эластичности, на активное вытягивание позвоночника. Все упражнения проводятся в собственном дыхательном ритме, медленно, следя за вдохом и выдохом и компенсаторной паузой после выдоха.

*Методика применения дыхательных упражнений:*

Вдох через нос, выдох через рот в сомкнутые трубочкой губы, сочетать дыхательные упражнения с общеразвивающими упражнениями, формировать дыхание смешанного типа.

***Точечный массаж*** – элементарный приём самопомощи своему организму. Упражнения точечного массажа учат детей сознательно заботиться о своём здоровье, прививают им уверенность в том, что они сами могут помочь себе улучшить своё самочувствие. Наряду с этим точечный массаж является профилактикой простудных заболеваний.

Во время проведения пальцевого массажа происходит раздражение рецепторов кожи, мышц, сухожилий, пальцев рук, импульсы от которых проходят одновременно в головной и спинной мозг, а оттуда уже поступает команда включиться в работу различным органам и структурам. Массаж повышает защитные свойства оболочек носоглотки, гортани, трахеи, бронхов и других органов. Под действием массажа организм начинает вырабатывать свои собственные лекарства (например, интерферон), которые очень часто намного эффективнее и безопаснее таблеток.

В нашем детском саду функционирует ***фито бар***, где воспитанники получают кислородный *коктейль*. Кислородный коктейль – это сок, фитораствор или любой другой напиток, насыщенный кислородом до состояния нежной воздушной пены. Кислородный коктейль - это очень полезный продукт. Он помогает сконцентрироваться и улучшает память, улучшает зрение. Это естественный природный способ избавиться от головной боли, увеличивает выносливость, является немедикаментозным способом снижения веса, успокаивает и стабилизирует нервную систему, служит гарантией хорошего настроения.

Его применяют для устранения гипоксии, повышения работоспособности, устранения хронической усталости, нормализации сна, повышения иммунитета.

Для повышения сопротивляемости организма простудным заболеваниям в нашем саду детям рекомендовано орошение зева отварами календулы, эвкалипта, шалфея, ромашки, зверобоя, подорожника, мать-и-мачехи, дубовой коры. Дети в течение всего года получают витаминные чаи, настои трав ромашки, крапивы, зверобоя, мяты, подорожника. Постоянно дети полощут рот отварами трав шалфея, эвкалипта, календулы. С большим удовольствием наши воспитанники участвуют в дегустации травяных чаев:

- успокаивающего чая (мята, пустырник);

- противовоспалительного чая (зверобой, ромашка, подорожник);

- витаминного чая (смородина, крапива, шиповник);

- чая, регулирующего обмен веществ (шиповник, земляника).

Доказано, что различные ароматы определённым образом влияют на развитие ребёнка, на его здоровье и настроение (Б.В. Шеврыгин). Различать запахи способен даже грудной малыш. Разные запахи влияют на детей по-разному: приятные ароматы способны действовать как хорошие лекарств, могут вызывать аппетит, нормализуют деятельности нервной системы, улучшают зрение в сумерках и цветоощущение; и, наоборот, неприятные запахи могут угнетать и раздражать ребёнка.

В нашем дошкольном учреждении используется ***ароматерапия.*** Практическое применение ароматерапии и аромопрофилактики преследует следующие цели:

- предупреждение и снижение заболеваемости острыми респираторными и вирусными инфекциями;

- коррекция психофизиологического состояния, повышение умственной и физической работоспособности, улучшение координации движений и функций анализаторов, расширение объёма кратковременной памяти, повышение устойчивости к стрессу, улучшение сна;

- профилактика вегетососудистой дистонии, функциональных нарушений деятельности сердечно-сосудистой системы;

- стимуляция общей иммунологической реактивности организма с целью повышения резистентности к инфекционным заболеваниям, расширения адаптационных возможностей;

- расширение комплекса реабилитационных мероприятий у больных с хроническими и неспецифическими заболеваниями лёгких.

Использование ароматерапии в детском саду происходит согласно «Индивидуального маршрута ребёнка» во избежание различных аллергических заболеваний, учитывая принцип «Не уверен – не назначай».

Оздоровительная работа в нашем саду усиленно проводится и в летний период и представляет собой комплекс мероприятий, направленных на восстановление функционального состояния детского организма.

Центральное место в этом комплексе занимает режим дня, который предусматривает максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующую возрасту продолжительность сна и других видов отдыха. Вся деятельность, связанная с физическими нагрузками (подвижные игры, труд, занятия физической культурой) проводятся в часы наименьшей инсоляции.

При осуществлении летней оздоровительной работы в детском саду наш коллектив придерживается следующих принципов:

комплексное использование профилактических, закаливающих и оздоровительных технологий;

непрерывное проведение профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;

преимущественное использование немедикаментозных средств оздоровления;

использование простых и доступных технологий;

формирование положительной мотивации у детей к проведению профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий;

интеграция программы профилактики закаливания в семью;

повышение эффективности системы профилактических, закаливающих и оздоровительных мероприятий за счет соблюдения в ДОУ санитарных норм и правил, оптимального двигательного режима и физической нагрузки, санитарного состояния учреждения, организации питания, воздушно-теплового режима и использования различных форм оздоровительной работы.

**ДОУ и семья**

Семья и детский сад – это тот микроклимат, в котором живет ребенок дошкольного возраста. Это та среда, в которой он черпает необходимую информацию и адаптируется к жизни в обществе. В любые времена педагоги работали с семьей своего воспитанника, ища поддержку и понимание проблем ребенка для всестороннего развития гармонически развитой и здоровой личности. Однако, родители, не владея в достаточной мере знанием возрастных и индивидуальных особенностей развития ребёнка, порой осуществляют воспитание вслепую, интуитивно. Всё это, как правило, не приносит позитивных результатов. Семья и детский сад – два общественных института, которые стоят у истоков нашего будущего, но зачастую не всегда им хватает взаимопонимания, такта, терпения, чтобы услышать и понять друг друга. Для формирования позиции сотрудничества педагогов с детьми и их родителями необходимо создание единого пространства развития ребенка, которое должны поддерживать и детский сад  и семья.

Чтобы выстроить эффективное общение педагогов и родителей важно обладать коммуникативными умениями, ориентироваться в проблемах воспитания и нужд семьи, быть в курсе последних достижений науки.

Общение будет успешно,  если оно содержательно, основано на общих и значимых для обеих сторонах темах, если каждая их них в процессе общения обогащает  свой информационный багаж. Важным условием …..является создание моделей «воспитатель - родитель», воспитатель -психолог - родитель». Особая форма общения в этих моделях доверительно-деловой контакт.

На этапе первичного знакомства родители знакомятся принципами работы ДОУ и семьи: открытость, сотрудничество, создание активной развивающей среды, принцип индивидуального подхода к каждой семье.

Зная, как важна атмосфера дружеских взаимоотношений между педагогом и родителями, первое родительское собрание «Будем знакомы» мы проводим в нетрадиционной форме. К нему следует очень тщательно готовиться, ведь от первичного восприятия педагога и семьи зависит их дальнейшее сотрудничество.  
В процессе организации единого здоровьесберегающего пространства ДОУ и семьи мы  используются разнообразные формы работы: открытые занятия с детьми для родителей; педагогические беседы с родителями - общие и групповые родительские собрания; консультации; занятия с участием родителей; выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями; Дни открытых дверей;  участие родителей в подготовке и проведении праздников, досугов; совместное создание предметно – развивающей среды;   работа с родительским комитетом группы;  тренинги;  
 родительские гостиные;  почта Доверия, анкетирование. Красочные наглядные стенды в приемных знакомят родителей с жизнью группы, с Конвенцией о правах ребенка, с возрастными особенностями детей. В уголках специалистов размещена информация практической направленности, приводятся интересные факты, даются рекомендации учителя-логопеда, педагога-психолога, руководителя изостудии, физкультурного и музыкального работников.

В результате повысился уровень воспитательно-образовательной деятельности родителей, что способствовало развитию их творческой инициативы. Организация взаимодействия с семьей – работа трудная, не имеющая готовых технологий и рецептов. Её успех определяется интуицией, инициативой и терпением педагога, его умением стать профессиональным помощником в семье.

В результате проделанной работы, использовании различных форм и методов общения с родителями, повысилась психолого-педагогическая грамотность родителей; повысилась культура межличностного взаимодействия детей в группе. Таким образом, работа в тесном взаимодействии с родителями принесла отрадные результаты.  
Условия жизни, нравственная и эмоциональная атмосфера, в которой живет ребенок, целиком и полностью зависит от взрослых, и они, бесспорно, несут ответственность за счастье и здоровье детей.

**Сотрудничество детского сада и семьи: забота о здоровье дошкольника**

Социально-экономические преобразования, произошедшие в нашей стране в конце XX — начале XXI в., повлекли за собой изме­нение привычного уклада жизни и нравственно-ценностных ори­ентации и не могли не отразиться на воспитании детей в семье.

Здоровье детей зависит не только от физических особеннос­тей, но и от уровня развития здравоохранения, санитарной гра­мотности и экологической ситуации в стране. Здоровье ребенке должно оцениваться в единстве с окружающей средой и адапта­ционными возможностями организма. Поэтому работу по полно­ценному физическому развитию и укреплению здоровья детей без сомнения, должны осуществлять семья и дошкольное учреждение.

Первая школа воспитания — это семья. Родители являются первыми педагогами своего ребенка. В условиях семьи формиру­ется эмоционально-нравственный опыт, определяется уровень содержание эмоционального и социального развития ребенка Доказано, что состояние здоровья родителей — один из ведущих факторов, оказывающих непосредственное воздействие на здоро­вье ребенка. Это воздействие не только чисто биологическое (наследственное), но и проявляется опосредованно через систему условий, характеризующих образ жизни матери и отца, их уста­новку на здоровье, степень медицинской активности.

Профилактическая активность людей, определяющаяся осоз­нанием здоровья как ценности и наличием целенаправленных действий по его поддержанию и укреплению, в настоящее время становится важным фактором, влияющим на здоровье населения, в первую очередь детского. Необходимость поиска заработка, пе­регрузки на работе, сокращение свободного времени у родителей приводят к ухудшению их физического и психического состоя­ния, повышенной раздражительности, утомляемости, стрессам. Свои эмоции родители привычно выплескивают на детей, при этом в вину им ставятся как внешние проблемы, так и домашние неуря­дицы. Ребенок попадает в ситуацию полной зависимости от на­строения, эмоций и реакций родителей, что сказывается на его психическом здоровье.

Поэтому так важно помочь родителям понять, что на развитие личности ребенка оказывают влияние очень многие факторы, и воспитание не должно идти стихийным путем.

На сегодняшний день проблема взаимодействия ДОУ и семьи по вопросам здоровья детей — одна из самых актуальных. Семье нужны поддержка и сопровождение.

Многочисленными исследованиями установлено отрицательное влияние на здоровье ребенка раннего искусственного вскарм­ливания, нерационального режима дня, нерегулярного и недоста­точного пребывания на свежем воздухе, малой физической актив­ности и вредных привычек родителей. Элементарное соблюдение принципов здорового образа жизни может нивелировать все эти отрицательные воздействия, и, следовательно, мероприятия, направ­ленные на повышение медицинской активности родителей, явля­ются задачей первостепенной важности.

Наибольший эффект оздоровительных мероприятий отмеча­ется в тех случаях, когда родители не только строго выполняют рекомендации врача, но и становятся сторонниками здорового образа жизни. Только активная позиция членов семьи, их сотруд­ничество с дошкольным учреждением позволяют добиться жела­емых результатов.

*Цель* работы детского сада в этом направлении — оказывать помощь семье по созданию условий для воспитания детей до­школьного возраста, охраны и укрепления их здоровья. Она под­разумевает следующие *задачи:*

* повышать сопротивляемость и защитные свойства организма ребенка через обеспечение здорового образа жизни, оптимального двигательного режима, психологической безопасности личности, внедрение здоровьесберегаюших технологий;
* создавать оптимальные условия, обеспечивающие охрану и укрепление физического и психического здоровья детей;
* осуществлять необходимую коррекцию отклонений в раз\* витии ребенка;
* расширять сотрудничество с семьей по формированию ду­ховно-нравственного облика подрастающего поколения, изу-чение и активизацию педагогического потенциала семьи;
* осуществлять профилактику асоциального поведения сред­ствами физической культуры и спорта.

Для успешной работы с родителями мы ежегодно проводим исследование семей воспитанников, используя такие методы, как анкетирование, беседы с родителями и детьми, наблюдения за детьми, тестирование, посещение на дому и др.

Для сознательного участия родителей и педагогов ДОУ в оздоровлении ребенка необходимы специальные знания. Причины частых заболеваний у детей, профилактика заболеваний, уход за больным ребенком, первая помощь и предупреждение осложнений — все эти вопросы мы рассматриваем на родительских со­браниях, круглых столах. На такие мероприятия приглашаются медицинские работники детского сада и детской поликлиники (врачи-педиатры, узкие специалисты). Кроме того, родители зна­комятся с результатами диагностики состояния здоровья детей, их психомоторного развития, содержанием физкультурно-оздоровительной работы в детском саду, делятся своим положитель­ным опытом семейного воспитания, рассказывают о семейных традициях, которые помогают укреплению здоровья семьи. В по­нятие «семейные традиции» входит понятие «образ жизни». Мно­гие болезни и проблемы коренятся именно в нем. Например, ост­рая проблема современности — алкоголизм и наркомания.

Наряду с коллективными формами организации широко ис­пользуем индивидуальные и подгрупповые беседы, устные жур­налы. Обучение родителей лечебно-оздоровительной работе в ус­ловиях семьи проводят специалисты ДОУ: старшая медсестра, медсестра физиотерапевтического кабинета, инструктор по физкультуре, педагог-психолог. Даются практические советы, рекомендуется медицинская и педагогическая литература.

Один из действенных методов в данном направлении — при­менение наглядной агитации. В каждой группе имеется уголок здоровья, где помешается информация для родителей о лечебно-профилактических мероприятиях, проводимых в дошкольном уч­реждении. Имеются так называемые «копилки здоровья», в которых собран материал о нетрадиционных методах оздоровления, материал, пропагандирующий здоровый образ жизни. Эта инфор­мация собирается не только медиками и педагогами, но и самими родителями.

Методы профилактики заболеваний также оформляются как санбюлютени. Медицинские работники детского сада составили из них целую картотеку.

Проводятся консультации, лектории, семинары, организуются практические занятия. Темы самые разнообразные: «Если ребе­нок боится стоматолога», «Алкоголь и потомство», «Профилакти­ческие прививки — защита от инфекционных болезней», «О здо­ровье всерьез», «Профилактика детского травматизма», «Форми­руем потребность в здоровом образе жизни» и др.

Систематически для родителей организуются дни открытых дверей. На наш взгляд, это эффективная форма вовлечение чле­нов семей в педагогический процесс. В течение дня папы, мамы, бабушки и дедушки имеют возможность посетить утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, прогулку, закаливающие проце­дуры и другие режимные моменты. Свои впечатления посетители оставляют в книге отзывов и предложений. Затем мы анализиру­ем все мероприятия, делаем выводы, подводим итоги. Как правило, родители бывают очень довольны. Но иногда у них возникают вопросы, нам важно каждое их высказывание. Ведь если они что-то не поняли, не так восприняли, необходимо принять это к све­дению и разъяснить.

Родители приглашаются на дни и недели здоровья, которые стали традиционными в нашем детском саду. Мамы и папы не только наблюдают, но и становятся активными участниками раз­влечений, различных игр, спортивных праздников: «Вместе с ма­мою вдвоем все препятствия пройдем», «Папы могут все на све­те», «Папа, мама, я — спортивная семья», «Межпланетные олим­пийские семейные игры», «Дружная семейка».

Воспитатели вместе с родителями оформляют стенгазеты и выставки рисунков на темы: «Солнце, воздух и вода — наши луч­шие друзья», «В здоровом теле — здоровый дух», «В стране здоро­вья», «Активный отдых нашей семьи» и др. Родители принимают участие в конкурсе сочинений «Наша семья — за здоровый образ жизни», в которых рассказывают о том, как отдыхают, отмечают праздники, выходные дни, какие игры проводят с детьми, какие спортивные мероприятия посещают, какие детско-родительские отношения присутствуют в семье. Затем мы делаем выставки этих сочинений, ведь каждая семья проявляет творчество при оформ­лении своих работ, прилагают к ним кодексы здоровья семьи. Кроме того, сотрудники детского сада оформляют тематические выставки: «Как вырастить здорового ребенка», «Чтобы не было «Закаляемся с раннего возраста» и др. Мамы и папы с удовольствием знакомятся с экспонатами выставки, делятся впечатлениями. Конечно, не все семьи активны, но многих удается заимствовать, некоторые родители пересматривают свои взгляды на) питание детей.

Результаты диагностики показывают, что организованная таким образом воспитательно-образовательная и лечебно-оздоровительная работа положительно влияет на развитие детей.

Считаем, что критериями взаимодействия детского сада ми по вопросам здоровья являются: ценностное отношение к другу, толерантность, информированность сторон об особенностях развития систем оздоровления в детском саду и семье, включение в совместную деятельность с прогнозируемыми результат.

Коллектив нашего учреждения мобилизован на реализации мероприятий, помогающих достичь определенных целей в снижения заболеваемости. Обширная профилактическая работа с детьми, родителями, сотрудниками, безусловно, имеет определённые положительные результаты.

*Перспективы:*

* поиск и внедрение новых моделей взаимодействия с семьями воспитанников по формированию здорового образа жизни;
* активное вовлечение родителей в педагогическую деятельность детского сада с целью укрепления чувства их личной ответственности за развитие ребёнка, его здоровье;
* укрепление и развитие тесной связи и взаимодействия с различными социальными институтами по внедрению культурно-оздоровительных технологий;
* развитие материально-технической базы ДОУ.

Переход к новому качеству взаимодействия с семьей возмо­жен, если усилия каждого участника воспитательно-образователь­ного процесса будут направлены на сохранение и укрепление физического, психического, социального здоровья детей, на до­стижение поставленных задач.

**Таким образом:**

Одним из аспектов укрепления здоровья участников педагогического процесса ДОУ выступает создание здоровьесберегающей среды. В основу разработки концептуальных направлений здоровьесберегающей среды заложены следующие задачи:

* формирование здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для конкретного дошкольного учреждения средств физического воспитания, оптимизация двигательной деятельности на свежем воздухе;
* использование в образовательной деятельности ДОУ духовно-нравственного и культурного потенциала города, микрорайона, ближайшего окружения, воспитание детей на традициях русской культуры;
* конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении их здоровья, развитии творческого потенциала;
* обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни.

В качестве средств, позволяющих решить данные задачи, может выступать:

* непосредственное обучение детей элементарным приемам здорового образа жизни (оздоровительная, пальцевая, корригирующая, дыхательная гимнастика, самомассаж) и простейшим навыкам оказания первой медицинской помощи при порезах, ссадинах, ожогах, укусах; а также привитие детям элементарных культурно-гигиенических навыков;
* реабилитационные мероприятия (фитотерапия, витаминотерапия, ароматерапия, ингаляция, функциональная музыка, лечебная физкультура, массаж, психогимнастика, тренинги);
* специально организованная двигательная активность ребенка (физкультминутки, занятия оздоровительной физкультурой, подвижные игры, спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии).

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения для детей дошкольного возраста.

***Приложение 3***

**Выступление педагога-психолога Брагиной Т.В.**

**АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

*Цель: выявить отношение родителей к проблеме здоровья своего ребенка.*

1. Часто ли вы болели в детстве?

* Да, часто
* Редко
* Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* Да, часто
* Редко
* Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* Закаливаю
* Прививаю прививки
* Здоровое питание
* Занятия спортом
* Ничего
* Другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* Да
* Нет
* Иногда
* Да
* Нет
* Не определились
* Никуда
* Никакие
* Да
* Нет

2. Часто ли, на ваш взгляд, болеет ваш ребенок?

3. Что вы предпринимаете, чтобы ваш ребенок не болел?

4. Что включает, на ваш взгляд, понятие “здоровый образ жизни”? \_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Делаете ли вы утром зарядку?

6. Занимаетесь ли вы спортом?

7. В какую спортивную секцию планируете отдать своего ребенка?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

8. Какие закаливающие процедуры применяете для укрепления своего здоровья и вашего ребенка? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9. Есть ли у вас в квартире спортивный уголок или спортивный инвентарь?

Благодарим за участие в анкетировании!