

Здоровьеориентированные практики в работе воспитателя

Дементьева Татьяна Альбертовна

Воспитатель

МБДОУ Д/С №10 «Земский»

г.Белгород, Белгородская область.

Одной из приоритетных задач воспитания гражданина является формирование устойчивой, здоровой, отвечающей требованиям социальной среды личности. Здоровье детей - это наше будущее. В настоящее время здоровье нации оставляет желать лучшего, а здоровье детей ужасает.

Юнеско предлагает ряд мероприятий для сбережения здоровья наций всех стран на планете. Юнеско разрабатывает новые методы по сбережению здоровья наций на планете. Наше государство обеспокоено тоже этой проблемой. Здоровье нации – важнейшая задача государства, без ее решения невозможно решать другие проблемы, заявил В.В Путин. Это вопрос национальной безопасности.

Здоровье ребенка находится в мире социальных угроз, задача педагога научить ребенка противодействовать им. В настоящее время в российской системе образования идет углубленный поиск эффективных методов работы с детьми. Неслучайно детские врачи с большой тревогой отмечают резкое ухудшение здоровья и физического развития детей. Количество практически здоровых детей не превышает 10% у значительной части обследованных детей и у около 70% имеются множественные нарушения.

Выделяют несколько основных проблем со здоровьем у дошкольников

- Тревожность, пониженная стрессоустойчивость, нарушение сна. Страхи, невралгия.
- Нарушение внимания, концентрации
- Плоскостопие
- Нарушение осанки
- Сниженный иммунитет, частые простудные заболевания
- Синдром гиперактивности и недостатка внимания
- Чрезмерная застенчивость, неуверенность в себе

Задача педагогов дошкольного образования передать из детского сада в школу здорового ребенка с мотивацией к обучению.

Здоровьесберегающие практики- современный вид инновационных технологий, который направлен на улучшение и сохранение здоровья всех

участников образовательного процесса. Целью здоровьесберегающих практик является забота детей о своем здоровье, и организация образовательного процесса в детском садике без негативного влияния на здоровье детей.

Исходя из вышесказанного можем сказать, современная действительность такова, что здоровье нации под угрозой, всвязи с этим возникла необходимость в инновационных здоровьесберегающих практиках для детей. Самое главное в работе воспитателя – забота о здоровье воспитанников. От здорового состояния ребенка зависит его умственное развитие, бодрость, духовная жизнь детей, вера в свои силы.

Дошкольное учреждение имеет большие возможности для формирования у детей инновационной здоровьесберегающей культуры, здоровьесберегающих навыков. Это связано с системностью дошкольного образования, поэтапностью реализации поставленных задач с учетом возрастных психологических возможностей дошкольников. По степени влияния на здоровье детей здоровьесберегающие практики наиболее значимые среди известных технологий. Назначение таких технологий – объединить педагогов, медиков, родителей и детей. Здоровьесберегающая инновационная технология - это целостная воспитательно – оздоровительная, коррекционная и профилактическая совокупность мероприятий, осуществляющих в процессе взаимодействия ребенка и педагогов, ребенка и родителей, ребенка и медицинского работника.

Целью инновационных здоровьесберегающих технологий является обеспечение высокого уровня реального здоровья ребенка и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека. Основными задачами являются:

- сохранение здоровья детей, обеспечение каждому ребенку возможности комфортно и содержательно прожить период дошкольного периода;
- создание условий для своевременного и полноценного психического развития.

Обеспечение социально-психологического благополучия ребенка; воспитание осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать здоровье, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, которая позволит дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской помощи.

Инновационные здоровьесберегающие практики в дошкольном образовании включают в себя:

- Медико-профилактические технологии в дошкольном образовании – технологии , обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья
- Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании -технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников.
- Технологии, обеспечения социально-психологического благополучия ребенка – технологии обеспечивающие психическое и социальное здоровье дошкольника – обеспечение эмоциональной комфортности и позитивности психологического самочувствия ребенка.
- Технологии валеологического просвещения родителей - воспитанников ДОУ.

Физкультурно- оздоровительная работа в ДОУ приобретают новые формы. Все чаще появляются новые средства и методы инновационных технологий.

Хочу поделиться опытом внедрения в работу с детьми **йоги – игры**, как инновационного метода работы с детьми в качестве одной из инновационных здоровьеориентированных практик. Детская йога – легкий вид физической активности, который помогает в профилактике и оздоровлении всего организма. Йогу можно практиковать в любом возрасте. Наши дети, играя в йогу учатся правильно дышать, улучшают осанку, движения детей становятся более четкими, красивыми, пластичными. Использование элементов хатха – йоги как здоровьеориентированной практики привело к большей уверенности детей в себе, к дисциплинированности. Энергию гиперактивных детей занятия йогой позволили направить в правильное русло. Замечено, дети – флегматики стали более свободны в движениях, смелее в общении со взрослыми.

В качестве здоровьеориентированных практик мы используем **правополушарное рисование**. В правополушарном рисовании нет четких правил, дети рисуют как чувствуют и получают положительные эмоции. Оно позволяет быстро научиться рисовать, видеть разнообразие оттенков и форм, развивать креативное мышление, принимать нестандартные решения. Это все дарит ребенку уверенность в своих силах, чувство радости.

Интересна здоровьеориентированная практика по созданию **интеллект карт** здоровья. Дети с удовольствием составляют их, что стимулирует активность ребенка, развивает мышление, память. При составлении он учится анализировать. Полезны для формирования здорового образа жизни такие интеллект карты: «Режим дня», «Полезные продукты», «Общение», «Конфликты» и др. Интеллект карты помогают быстро воспринимать и

обрабатывать большие объемы информации. Создание интеллектуальных карт снижает тревожность детей, они помогают становиться самостоятельным.

Для инновационной здоровьесориентированной практики воспитателя характерна следующая система умений: формулировать цель и задачи учебно-воспитательной деятельности, ориентируясь на сохранение и развитие здоровья детей, отбирать содержание учебного - воспитательного материала в соответствии с целями и задачами программ, осуществлять выбор способов воспитания и обучения, соответствующих целям, содержанию учебного - воспитательного процесса в соответствии с возможностями детей.

Важным условием создания, а также эффективного функционирования и развития инновационных здоровьесориентированных практик воспитателей в условиях детского сада есть система внутрисадовского управления, обеспечивающего реализацию творческого потенциала личности педагога путем побуждающего включения в создание новаторского опыта.