

Инновационные подходы к здоровьесбережению и здоровьеобогащению детей в образовательном пространстве ДОО

«Здоровье — это вершина, которую должен каждый покорить сам» — так гласит восточная мудрость. Задача педагогов — научить детей покорять эту вершину.

Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается в первоочередную социальную проблему.

Здоровье – важный фактор работоспособности и гармоничного развития детей. Здоровье не существует само по себе, оно нуждается в тщательной заботе на протяжении всей жизни человека.

Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении всей последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов, становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и к окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Показатели здоровья детей требуют принятия эффективных мер по улучшению их здоровья; многие дети нуждаются в особых технологиях физического развития, в которых должен быть учтен весь комплекс соматических, физических и интеллектуальных проблем. Поэтому здоровьесберегающие образовательные технологии должны в первую очередь способствовать коррекции не только физического, психомоторного, но и речевого, эмоционального и общего психического развития.

Для того чтобы собственное здоровье стало ценностью для ребенка коллектив детского сада пришел к необходимости переосмысления работы с дошкольниками в сфере физического, валеологического воспитания, организации режима, общения, навыков самообслуживания и личной гигиены, в воспитании чувств бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Мы поставили перед собой цель: сохранение и укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса с учетом индивидуальных возможностей и способностей; формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле здоровьесбережения и здоровьеобогащения.

Актуальнейшей задачей на современном этапе развития дошкольного образования является осмысление накопленного опыта сохранения и укрепления здоровья детей, оценка его эффективности и модернизация содержания физкультурно-оздоровительной деятельности.

Инновационной деятельностью в содержании, формах, методах и средствах в работе педагогического коллектива является сочетание воспитательно - образовательного процесса и совершенствование физкультурно-оздоровительной работы с применением здоровьесберегающих и здоровьеобогащающих технологий, взаимодействие специалистов и воспитателей.

Всё содержание работы в ДОО строится по определенной системе, которая сложилась в работе коллектива на протяжении нескольких лет. Постоянно

совершенствуются, изучаются и апробируются последние достижения современности. Главной целью работы является организация здоровьесберегающего образовательного пространства дошкольного образовательного учреждения в условиях ДОО.

Особое значение в деятельности педагогов по созданию здоровьесберегающего пространства уделяется выбору и подбору здоровьесохраниющих технологий для организации образовательной деятельности с воспитанниками. Выделяем три группы технологий, активно используемых нашими педагогами:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- Ритмопластика (в т.ч. балет «пластик-шоу»);
- динамические паузы;
- подвижные и спортивные игры (квесты, геокешинг, фотокросс);
- релаксация;
- гимнастика пальчиковая;
- гимнастика для глаз;
- гимнастика дыхательная, речевая;
- гимнастика бодрящая;
- закаливание («тропа здоровья», длительные прогулки на свежем воздухе)
- Дни здоровья (с вовлечением родителей ребенка)

2. Технологии обучения здоровому образу жизни:

- проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия);
- коммуникативные игры;
- занятия из серии «Здоровье»;
- самомассаж;
- точечный самомассаж.

3. Коррекционные технологии:

- технологии музыкального воздействия;
- сказкотерапия;
- технологии воздействия цветом;
- технологии коррекции поведения;
- психогимнастика;
- фонетическая ритмика.

Очень важно, чтобы каждая из вышеперечисленных технологий имела оздоровительную направленность и адресную практическую значимость, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни и полноценное развитие.

В завершении вышесказанного хочется отметить, что здоровьесберегающая педагогика не является альтернативной всем другим педагогическим системам и подходам. Ее главная и отличительная особенность - приоритет здоровья, то есть грамотная забота о здоровье как обязательное условие образовательного процесса. Это и будет определять последовательное формирование в ДОО здоровьесберегающего образовательного пространства, в котором все участники образовательных отношений согласованно и целенаправленно решают общие задачи, связанные с заботой о здоровье, и принимают на себя солидарную ответственность за результаты.