Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Центр развития ребенка – Детский сад №33»

692900 Приморскиий край г.Находка Находкинский проспект л.114 кв.53 тел.+79147319206

Учитель-логопед Черепанова Ольга Николаевна

**Здоровьесберегающие технологии в коррекционной работе с дошкольниками.**

**Здоровье – это не только отсутствие болезней и**

**физических дефектов, а состояние полного физического,**

**духовного и социального благополучия.**

Всемирная организация здравоохранения.

*Здоровье – величайшая ценность*. Хорошее здоровье – основное условие для выполнения человеком его биологических и социальных функции, основа для успешной реализации личности. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы здоровьесберегающего мышления и поведения личности. В последнее время обоснованную тревогу вызывает состояние здоровья детей. По данным специалистов, около 90% детей имеют отклонения в физическом и психическом здоровье; 30 % детей поступающих в школу, уже имеют хронические заболевания, растет число детей с нарушением зрения, осанки, увеличилось количество нарушений психического здоровья.

Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей. Кроме того, серьезной задачей является и обеспечение максимально высокого уровня реального здоровья воспитанников детских садов, воспитание валеологической культуры для формирования осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни как собственных, так и других людей.

Усилия работников ДОУ сегодня как никогда направлены на оздоровление, культивирование здорового образа жизни. Неслучайно именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада.

*Здоровьесберегающие технологии* в дошкольном образовании – это технологии направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов, родителей. *Любая педагогическая технология должна быть здоровьесберегающей.*

*Цель здоровьесберегающих* технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупность осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и охранять его, валеологичекой компетентности, позволяющей дошкольнику самостьятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи.

*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. В связи с этим можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

- медико-профилактические,

- физкультурно-оздоровительные,

- технология обеспечения социально-психологического благополучия ребенка,

- здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования,

- валеологического просвещения родителей.

В дошкольной педагогике к наиболее *значимым* видам технологий относятся технологии *личностно-ориентированного воспитания и обучения дошкольников.* Ведущий принцип таких технологий – *учет личностных особенностей ребенка, индивидуальной логике его развития, учет детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения.* Построение педагогического процесса с ориентацией на личность ребенка закономерным образом содействует его благополучному существованию, а значит здоровью.

*Задачи здоровьясбережения :*

- сохранить здоровье детей,

- создать условия для их современного и полноценного психического развития,

- обеспечить каждому ребенку возможность радостно и содержательно прожить период дошкольного детства.

Все технологии направлены в первую очередь на воспитание здоровых физически и психологически детей. Причем, физическому и психологическому аспектам уделяется одинаково большое внимание, в то время как ещё несколько лет назад в детских садах велась работа предпочтительно по сохранению и поддержанию физического здоровья ребенка.

*Направления работы по здоровьесбережению:*

1. Лечебно-профилактическое (фито-, витаминотерапия, прием настоек, отваров)
2. Обеспечение психологической безопасности личности ребенка (психологически комфортная организация режимных моментов, оптимальный двигательный режим, правильное распределение физических и интеллектуальных нагрузок, доброжелательный стиль общения, использование приемов релаксации в режиме дня и т.д.).
3. Оздоровительная направленность воспитанников образовательной деятельности (учет гигиенических требований к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения. Создание условий для оздоровительных режимов, валеологизация образовательного пространства, бережное отношение к нервной системе ребенка: учет его индивидуальных особенностей и интересов, предоставление свободы выбора, создание условий для самореализации, ориентация на зону ближайшего развития ребенка, и т.д.).
4. Формирование валеологической культуры здоровья, основ валеологического сознания ( знания о здоровье, формирование осознанного отношения к здоровью и жизни).

*Роль педагога в здоровьесберегающей технологии.*  В настоящее время можно с уверенностью сказать, что именно педагог в состоянии сделать для здоровья современного дошкольника больше, чем врач. Это не значит, что педагог должен выполнять функции медицинского работника. Просто педагог должен работать так, чтобы воспитание и обучение не приносило ущерба здоровью ребенка.

Для эффективного внедрения в педагогическую практику идей здоровьесберегательных технологий необходимо решение 3-х проблем:

1. Изменение мировоззрения педагога, переживание с позиции проблем здоровьесбережения.
2. Изменение отношения педагога к детям. Педагог должен полностью принимать дошкольника таким, каков он есть.
3. Изменение отношение педагога к задачам воспитательно-образовательного процесса, которое предполагает не только достижение дидактических целей, но и развитие детей с максимально сохраненным здоровьем.

**Виды здоровьесберегающих технологий.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Типы здоровье-  сберегающих  технологий. | Время проведения  в режиме дня. | Особенности  методики  проведения. | Ответственный |

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Музыкальные  Этюды. | Через 30 мин. после  приема пищи. 2 раза в  неделю со среднего  возраста. | Обратить внимание на  художественную цен-  ность, соразмерность  физической нагрузки  возрастным показателям. | Музыкальный руководитель,  воспитатель. |
| Динамические  паузы (физми-  нутки). | Во время занятий по мере утомляемости детей  2-3 мин. | Для всех детей во время  занятий. Можно включать  элементы гимнастики  для глаз, дыхательную  гимнастику и др. | Воспитатель,  специалисты. |
| Подвижные и  спортивные  игры. | Ежедневно для всех воз-  растных групп как часть  физкультурного НОД  или проводится на про-  гулке, в помещении  ДОУ – игры малой  подвижности. | Подбирается с учетом  возраста детей, места и времени проведения в  связи с поставленной  целью. В ДОУ использу-  ются элементы спортив-  ных игр. | Психолог,  физрук,  воспитатель. |
| Релаксация | Для всех возрастных  групп в зависимости от  состояния детей в сво-  бодном помещении. Пе-  дагог определяет интен-  сивность технологии. | Проветренное помещение  и музыкальное сопровож-  дение – классическая или  релаксационная музыка. | Психолог,  воспитатель. |
| Эстетотерапия. | Реализуется на НОД  художественно-эстети-  ческого цикла, при посещении музеев, теат-  ров, цирка, выставок. | Осуществляется на НОД  по программе ДОУ и по плану работы с социумом. | Воспитатель,  специалисты. |
| Пальчиковая  гимнастика. | С раннего возраста 3-5  Мин. индивидуально и  Со всей группой ежед-  Невно в течении дня.  Может использоваться в  Динамических паузах. | Показ пальчиковой гим-  настики воспитателем.  В раннем возрасте инди-  видуальное обучение. В  старшем возрасте при  проведении пальчиковой  гимнастики можно ис-  пользовать карандаш. | Воспитатель,  специалисты. |
| Гимнастика для  глаз. | Ежедневно по 3-5 мин.  в свободное время и как  динамическую паузу во  время занятий с млад-  шего возраста в зависи-  мости от интенсивности  нагрузки. | Необходим показ педагога  и наглядного пособия в  младшем возрасте. В старшем возрасте гимнас-  тику для глаз рекоменду-  ется проводить по мето-  дике Аветисова. | Воспитатель,  специалисты. |
| Корригирующая  гимнастика. | В различных формах физкультурно-оздорови-  тельной работы. | Зависит от поставленного диагноза и от поставлен-  ной цели коррекции. | Воспитатель,  специалисты. |
| Дыхательная гимнастика. | В различных формах физкультурно-оздорови-  тельной работы. | Помещение должно быть проветрено. Перед прове-  дением гимнастики обес-  печить гигиену полости носа. | Воспитатель,  специалисты. |
| Гимнастика после сна. | По мере пробуждения детей после дневного сна 5-7 мин. | Состоит из нескольких частей: гимнастики в кровати, у кровати, по мере вхождения в группу, по пути к туалету. | Воспитатели. |
| Лечебно-физкультурный комплекс (ЛФК) | В первой или 2-й поло-  вине дня, в зависимости от рекомендации специа-  листа. | Комплекс зависит о пос-  тавленного диагноза и  поставленной цели кор-рекции. | Специалист имеющий медицинское образование. |
| Позы животных. | 1-2 мин. в течении дня для снятия напряженнос-ти позвоночника. | В помещении группы по мере усталости детей от сидячего положения. | Воспитатель, специалисты. |
| Коррекция осанки. | 1-2 мин. 2 раза в день для формирования пра-вильной осанки и профи-лактики сколиоза. | На специальном пособии – осанкомере или у стены без плинтуса ребенок фиксирует на ровной по-верхности стены точки: голова, лопатки, ягодицы, пятки. | Воспитатель, специалисты. |

1. Технологии обучения здоровому образу жизни.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Физкультурное занятие. | 2-3 раза в неделю в спор-тивном или музыкальном зале, на прогулке. Длит-тельность занятия соот-ветствует возрасту детей. | Помещение должно быть проветрено. Проводится в соответствии с реализуе-мой программой ДОУ. | Воспитатель, физрук. |
| Игротерапия. | Вторая половина дня. Время не ограниченно, зависит от поставленной задачи. | Занятие может быть организованно незаметно для ребенка, посредством включения педагога в игровую деятельность. | Воспитатель, психолог. |
| Коммуникатив-ные игры. | 1-2 раза в неделю по 30 минут со старшего возраста. | Строятся по определен-ной теме и состоят из нескольких частей: бесе-ды, игры разной подвиж-ности, этюды, занятия рисованием, лепкой и др. | Воспитатель, специалисты. |
| Цикл занятий из серии «Познай себя» или «Здо-ровье». | 1 раз в неделю со старшего возраста по 20 минут. | Могут быть включены в расписание занятий поз-навательного цикла. | Воспитатель, медсестра, физрук. |
| Самомассаж. | В различных формах физкультурно-оздорови-тельной работы в тече-нии дня в зависимости от поставленной цели со старшего возраста. | Индивидуальный показ для каждого ребенка, соб-людение техники безопас-ности для своего здоровья «Не навреди!» | Воспитатель, медсестра, специалисты. |
| Точечный массаж. | Для укрепления имун-ной системы в преддверии эпидемий в удобное для педагога время с детьми старшего возраста. | По строго определенной методике с использова-нием наглядного материала. | Воспитатель, медсестра, специалисты. |

1. Корригирующие технологии.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Арттерапия. | Сеансами по 12 НОД по 35 мин. начиная со сред-ней группы. | НОД проводятся по под-группам по 12-13 человек, в соответствии с прграм-мой, которая имеет диаг-ностический инструмен-тарий и предполагает протоколы . | Воспитатель, специалисты. |
| Технологии му-зыкального воздействия. | В различных формах физкультурно-оздорови-тельной работы либо на НОД по музыкальному воспитанию в зависимо-мости от поставленных целей. | Используется как часть других технологий для снятия стресса, напряже-ния или повышения эмо-ционального настроя. | Воспитатель, специалисты. |
| Сказкотерапия. | 2-4 НОД в месяц по 30 минут со старшего воз-раста. | НОД используются для психологической, тера-певтической и развиваю-щей работы. Сказку могут рассказывать взрослый, ребенок или группа детей | Воспитатель, психолог. |
| Цветотерапия. | Как специальная образовательная деятель-ность 2-4 раза в месяц в зависимости от постав-ленных целей. | По программе разрабо-танной психологом ДОУ. Цветовая гамма оформле-ния интерьера ДОУ долж-на соответствовать реко-мендациям психолога. | Воспитатель, психолог. |
| Технологии коррекции поведения. | Сеансами по 12 занятий по20 минут. | Проводится по специальным методикам. | Воспитатель, психолог. |
| Психогимнас-тика. | 1-2 раза в неделю по 20 минут со старшего воз-раста. | Проводятся по специаль-ным методикам. | Воспитатель,  психолог. |

*Рекомендации*:

- комплексы должны меняться,

- проводятся на 20 минуте НОД,

- положительные эмоции являются обязательным условием воспитательного процесса.