

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВСИБИРСКА
«ДЕТСКИЙ САД № 42 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА»**

**Опыт работы по созданию и реализации
здоровьесберегающих условий**

Подготовила:

Татьяна Владимировна Брух,
воспитатель первой
квалификационной категории

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать сотрудникам детских садов. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Охрана и укрепление здоровья детей, всестороннее физическое развитие, закаливание организма – вот главная цель сотрудников нашего детского сада.

Наш детский сад работает над этой проблемой несколько лет. Из года в год мы организуем оздоровительные мероприятия, которые постоянно совершенствуем.

Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Система физкультурно-оздоровительной работы включает лечебно-профилактические и физкультурно-оздоровительные мероприятия.

Исходя из принципа “здоровый ребенок – успешный ребенок”, считаю невозможным решение проблемы воспитания социально адаптированной личности без осуществления системы мероприятий по оздоровительной работе и физическому воспитанию детей. Поэтому в настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений педагогической деятельности выделяется создание здоровьесберегающей среды в условиях детского сада.

Большую часть времени в дошкольном учреждении ребенок находится в группе, поэтому от того насколько грамотно будет построена моя деятельность по организации режима детей, зависит сохранение и укрепление их здоровья

Я подбираю упражнения и занятия по различным видам физического совершенствования детей. Основными из них являются:
подбор упражнений для физкультминуток, для бодрящей гимнастики, для организации игр между занятиями;
оборудование физкультурного уголка;
организация самостоятельной двигательной активности детей в группе и на прогулке;
оформление рекомендаций для родителей по организации двигательной деятельности в семье.

Ежедневно во всех возрастных группах реализуется несколько форм физкультурно-оздоровительной деятельности: утренняя гимнастика в зале и в летний период времени на открытом воздухе, разнообразные подвижные игры в течение всего дня, занятия по физической культуре в зале и на воздухе. Все вместе эти формы деятельности позволяют обеспечить

двигательную активность детей на протяжении всего дня, рационально распределить интеллектуальную и физическую нагрузку детей.

Проводится много профилактических мероприятий по предупреждению заболеваний в осенне-зимний период. Сюда входит поддержание чистоты, кварцевание групп, дезинфекция в период вспышки ОРВИ, проветривание спален перед сном и проветривание групп.

Детям проводятся следующие профилактические мероприятия:
вакцинация по возрасту противогриппозной сывороткой и закладывание мази (оксолиновой) в нос;
витаминизация;
дыхательная гимнастика.
Закаливающие процедуры:
утренняя гимнастика, физкультурные занятия
прогулки на свежем воздухе (-20)
воздушные ванны без маек (+16,+18оС)

В детском саду оздоровительным мероприятиям отводится одно из главных мест:

воспитание с детства разумного отношения к здоровью, правильный режим дня;
рациональное, сбалансированное питание;
оптимальная двигательная активность, физическая культура;
закаливание – адаптация организма к различным условиям окружающей среды;
профилактическая работа; здоровьесберегающие технологии и общеоздоровительные мероприятия.

Одним из главных направлений нашей деятельности является воспитание и потребность детей в здоровом образе жизни.

Чтобы привить детям потребность в здоровом образе жизни они должны знать:
значение здорового образа жизни;
осознавать особенности функционирования организма, правила охраны органов чувств;
обслуживать себя, анализировать свои поступки и поступки других детей;
взаимодействовать с окружающей средой, понимать, при каких условиях среда обитания (жилища, улица) безопасна для жизни;
усвоить и понять, какие привычки и почему представляют вред для здоровья, как правильно вести себя в обществе.

Здоровье ребёнка с первых дней жизни зависит от того микросоциума, который его окружает. Это обстоятельство налагает на членов семьи, и в

первую очередь на родителей, особую ответственность. Часто знания родителей о мерах по сохранению и укреплению здоровья не согласуются с их действиями. Ценностные ориентации относительно значимости здоровья не актуальны и в этой связи не реализованы в повседневной жизни родителей.

Таким образом, дальнейший поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников должен предусматривать повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания. Важное место в решении этих социально значимых задач занимает детский сад, который может выступить в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни, воспитания культуры семьи, формирования у родителей знаний, умений и навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья, как детей, так и взрослых. Лишь при условии совместной целенаправленной деятельности родителей и педагогов может быть обеспечена положительная динамика показателей, характеризующих здоровье детей и их ориентацию на здоровый образ жизни.