**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 38 «Ягодка» города Смоленска**

**Статья**

**«Оздоровительная работа в детском саду»**

**Автор: воспитатель**

**Васильчикова Светлана Григорьевна**

2019

**Оздоровительная работа в детском саду.**

В условиях современной природно-социальной и экологической ситуации проблематика здоровья детей приобретает глобальный характер Разнообразные медицинские, социологические, демографические и другие данные свидетельствуют о том, что только 14% детей России можно считать практически здоровыми, 50%, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья, 35% - хронически больны. *(Данные материалов Всероссийского совещания « Пути оптимизации здоровья и физического развития детей в дошкольных образовательных учреждениях)*

Остро эта задача стоит в дошкольных учреждениях. По мнению ученых, дошкольный возраст относится к так называемым критическим периодам жизни ребенка. Термин «критический возраст» введен учеными для характеристики тех фаз жизни ребенка когда он особенно чувствителен к повреждающим влияниям, что приводит к формированию отклонений здоровья, формирования аллергических реакций и хронических соматических заболеваний.

Исходя из этого физическое воспитание должно являться неотъемлемой частью жизни ребенка с самого рождения, а задача укрепления здоровья одна из приоритетных в работе ДОУ Устойчивость организма к неблагоприятным факторам среды зависит не только от индивидуальных особенностей организма ребенка, но так же и от своевременного и правильного проведения специальных оздоровительных мер, к числу которых относится закаливание.

Как показывают данные социологических исследований ученых традиционные методы закаливания *(узко педагогический и узко медицинский)* не приводят к улучшению сложившийся ситуации. Положение о необходимости комплексного применении оздоровительных мер в детском саду общеизвестно. Стремление к комплексности оправдано и понятно, тем более в таком деле как оздоровительная работа Учеными доказано, простое воздействие на конкретное состояние ребенка не эффективно. Педагогические и медицинские задач порой хорошо состыковываются на бумаге, в действительности же в традиционной системе оздоровления детей педагоги выполняют свои функции механически *(обливание стоп, хождение по ребристой дорожке принятие воздушных ванн и так далее)* поддерживая общий жизненный тонус ребенка. Однако если учитывать, что в дошкольном возрасте формируется основы телесного и духовного здоровья то становится очевидным отсутствие целостности или комплексности в данных оздоровительных мероприятиях.

Российский ученый-педиатр и педагог Змановский Ю. Ф. стал зачинателем новое междисциплинарное направления

**«Педагогика оздоровления»**

Названному направлению присущи следующие черты:

1. В его центре лежат представления о здоровом ребенке, понимаемом как идеальный эталон и практически достижимая норма детского развития
2. Здоровый ребенок рассматривается как целостный телесно-духовный организм.
3. Оздоровлние трактуется не как совокупность лечебно профилактических мер, а как форма развития, расширения психофизиологических возможностей детей.
4. Ключевым, системообразующим средством оздоровительно-развивающей работы с детьми является индивидуально-дифференцированный подход

**РАЗВИТИЕ ВООБРАЖЕНИЯ В СТРУКТУРЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ДОУ**

Система развития воображения через особые формы двигательной активности имеет оздоровительный эффект влияя на психосоматическое состояние ребенка. Исходя из этого, средства развития воображения включаются в структуру оздоровительной работы.

Новым звеном такой работы становится проектирование условий развития двигательного творчества детей. При этом активно используются нетрадиционные формы оздоровленияигры и драматизации с медитацией и релаксационной ориентацией, элементы йоги, дыхательной и звуковой гимнастики, точечного массажа, гимнастики для глаз. Занятия проводятся в игровой форме. Строя и выполняя специфические упражнения, дети не просто создают некоторые образы, но и по особому «входят» вживаются в них. Создаваемые силой детского воображения образы - это не просто условность. Если ребенок действительно вошел в образ, то этот образ «материализуется» в его психосоматический состояниях, начинает влиять на их динамику, участвует в коррекции функциональных систем детского организма.

Символический по своей природе образ обладает не фиктивной реальной энергийной силой. Так же и сопряженное с ним движение не просто условно выражают добро, а реально творят его по этому на занятиях широко используется оздоровительный потенциал эмоционально-тактильного контакта ребенка с педагогом, с другими детьми, с самим собой. Включая в работу с детьми средства развития воображения можно добиться существенных результатов в профилактике и лечении ряда заболеваний ОРЗ, диатеза, заболеваний почек

В процессе игровой психогимнастики, когда дети вызывают у себя различные ощущения, типа «тепло-холод», они при посредстве собственного воображения овладевают навыками самопроизвольной терморегуляции организма. Например, воспитатель указывает детям на ребенка, испытывающего дискомфорт. Дети желающие помочь товарищу прикладывают к больному месту ребенка свои ладошки и начинают прогревать ими больное место срабатывает эффект эмоциональной отдачи и ребенок действительно начинает чувствовать себя лучше.

При проведении игр с элементами массажа происходит целенаправленное воздействие на биологически активные точки кожи *(БАТК)*. Но в отличие от ситуаций применения широко известного метода лечения *(акупунктуры)* ребенок здесь не просто «работает», а играет своим телом. Он мнет, разглаживает, «лепит» свое тело, словно ваятель, как бы заново создавая его «по законам красоты». Полная уверенность в том, что он действительно творит что то новое и прекрасное, способствует развитию чувства любви к собственному телу, внимательного и бережного отношения к нему.

Конкретные задачи этих игровых упражнений *(см. приложение)*, направленных на развитие воображения, связаны с профилактикой простудных заболеваний, снятием стрессов, закаливанием и т. д. А при условии их систематического включения в содержание педагогической работы закладывается и элементы фундаментальной способности ребенка к самосозиданию и самопознанию, у детей воспитывается стремление «творить добро ради добра» *(Н. К. Рерих)*. На сходных принципах организуется работа особых оздоровительных процедур: контрастные воздушные ванны, хождения босиком и т. д. Так, при полоскании горла кипяченной водой или ее питье более эффективно с точки зрения закаливания, когда дети в игре предварительно «заряжают» жидкость руками *(см. приложение)*, желая себе здоровья. Все используемые методики проводятся в игровой форме. Данные мероприятия проводятся под контролем медицинского персонала, ежемесячным анализом заболеваемости и эффективности проводимых процедур.

С этих позиций коллектив детского сада считает, что проблема оздоровления детей не кампания одного дня деятельности и одного человека, а целенаправленная, спланированная систематическая работа всего коллектива образовательного учреждения на длительный период

**Цель данной работы**

Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья

**Ожидаемые результаты**

1. осознание взрослыми и детьми понятия «здоровье» и влияние образа жизни на состояние здоровья
2. повышение уровня ориентации к современным условиям жизни.
3. овладения навыками самооздоровления.
4. снижение уровня заболеваемости

**Основные принципы работы**

1. принцип научности - подкрепление всех проводимых мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно-обоснованными и практически апробированными методиками
2. принцип активности и сознательности - участие всего коллектива педагогов и родителей в поиске новых, эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей
3. принцип комплексности и интегративности– решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса всех видов деятельности
4. принцип адресованности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровнего развития и состояния здоровья.
5. принцип результативности и гарантированности - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического развития детей

**ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ ДОУ**

**Профилактическое-**

1. обеспечение благоприятной адаптации
2. выполнение сангигиенического режима
3. проведение обследования по скринг-программе и выявление патологий
4. решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры
5. предупреждение острых заболеваний и невротических состояний методами неспецифической профилактики
6. проведение социальных санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний

**Организационное –**

1. организация здоровьесберегающей среды ДОУ
2. определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, объективных и субъективных критериев здоровья методами диагностик.
3. изучение передового педагогического, медицинского и социального опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик
4. систематическое повышение квалификации педагогических и медицинских кадров
5. пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников

**Лечебное -**

1. коррекция отдельных отклонений в физическом и психическом развитие
2. дегельминтизация
3. иммунотерапия
4. витаминотерапия
5. оказание скорой помощи при неотложных состояниях
6. диетотерапия *(индивидуальное меню, для детей с почечной патологией)*

**Модель стратегии и тактики работы воспитателя с родителями**

1 этап – ознакомительный

Сбор информации *(собеседование, анкетирование, наблюдение)*

Выделения групп риска *(по результатам исследования)*

2 этап - общепрофилактический

Наглядная агитация *(стенды, памятки)*

Встречи со специалистами

3 этап-работа с группой риска

Выявление проблемы *(беседы, наблюдения, тесты, опросы)*

Коррекция родительских установок *(тренинги, беседы)*

*4этап - индивидуальная работа*

Выявление, знакомство с опытом семейного воспитания

Консультативная индивидуальная помощь

5 этап - рефлексивный

Выявление изменений родительских установок в группе риска *(беседы, наблюдения)*

Дополнительное обсуждение отдельных вопросов *(с привлечением специалистов)*

6 этап - интегративный

Совместные мероприятия

Дискуссии *(совместное обсуждение проблем)*

7 этап - перспективный

Совместное обсуждение планов на будущее

**Общие приоритеты оздоровительной работы**

* Культивирование у детей осмысленного и преобразовательного отношения к собственному физическому и духовному здоровью как к единому целому; расширение на этой основе адаптивных возможностей детского организма.
* Закрепление педагогом эффектов отдельных оздоровительных мер в виде константных психосоматических состояний ребенка, которые далее могут воспроизводится в режиме саморазвития.
* Формирование психической *(произвольной)* регуляции жизненных функций организма путем развития творческого воображения.
* Воспитание у ребенка способности к самосозиданию собственной телесной организации в посильных для него формах.
* Привитие детям доступных навыков «самоврачевания»- психологической самокоррекции, а так же психологической взаимопомощи в соответствующих ситуациях
* Активизация и развитие познавательных интересов к своему и чужому телу и его возможностям.
* Развитие эмоционального сопереживания другим людям.
* Превращение здорового образа жизни в норму повседневного бытия детей и взрослых.

Руководствуясь в работе данными принципами и развивая творческое воображение детей, мы формируем не только здорового ребенка, но и творческую личность с активной жизненной позицией способную к эмпатии.

ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА.

1. Антонов Ю. Е. «Здоровый дошкольник. Оздоровительные технологии 21 века», «Аркти» М. , 2001 г.
2. Алямовская В. Г. «Как воспитать здорового ребенка» М, 1993 г.
3. Алямовская В. Г. «Профилактика психоэмоционального напряжения детей средствами физического воспитания»
4. Глазырина Л. Д. «Физическая культура дошкольникам» «Владос» М. ,2001 г.
5. Гурич А. Г. «Теория биологического поля» М, 1944 г.
6. «Детство» программа развития и воспитания детей в детском саду, С-П, 2002 г.
7. Ильенков Э. В. «Диалектическая логика» М, 1984 г.
8. Казначеев В. П. «Космопланетарный феномен человека» Новосибирск, 1991 г.
9. Кудрявцев В. Т. , Нестерюк Т. В. , «Развитие двигательной активности и оздоровительная работа с детьми 4-7 лет», М. ,1997 г.
10. Кудрявцев В. Т. «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста» М. , 1999 г
11. Казначеев В. П. «Космопланетарный феномен человека» Новосибирск, 1991 г.
12. Леви-Гориневская Е. Г. , Быкова А. И. «Закаливание детского организма» М. , 1962 г.
13. Материалы Всероссийского совещания «Пути оптимизации здоровья и физического развития детей в ДОУ» М. , 2001 г.
14. Манахеева М. Д. «Воспитание здорового ребенка», «Аркти», М. , 2000 г.
15. Маркова Л. С. , «Программа развития дошкольного образовательного учреждения», М. , 2002 г.
16. Праздников В. П. « Закаливание детей дошкольного возраста» «Медицина» 1988 г.
17. «Радуга» программа и методическое руководство М, 1996 г.