

Егорова Анна Евгеньевна

воспитатель

**Государственное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение детский сад №21
Выборгский район г. Санкт-Петербург**

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕТСКОМ САДУ

*«Здоровый дух в здоровом теле - вот краткое, но полное
описание счастливого состояния в этом мире».*

Джон Локк

Тема здоровья детей на современном этапе считается не только актуальной, но общечеловеческой. Здоровье детей, его охрана и обогащение является приоритетным направлением не только образовательных и медицинских учреждений, но и всего общества в целом, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом заниматься разными видами деятельности, обучаться, развиваться. Только полноценное здоровье способствует становлению гармонически развитой личности.

Исследования социологов выявили следующие факты:

1. Если лечить заболевание (временное, приобретённое), то здоровье сохранится на 8-10%
2. Идеальные условия проживания сохраняют и улучшают здоровье на 20-25%
3. 50% здоровья целиком и полностью зависит от образа жизни, его правильном воспитании с детства, стремления беречь и умножать своё здоровье, активно заниматься оздоровительными видами деятельности.

Актуальность здоровья людей говорит о необходимости принятия неотложных мер по здоровьесбережению, оздоровлению детей, по

профилактике и коррекции различных отклонений в здоровье. В связи с этим особо востребованным на сегодня является создание специальных педагогических методик, программ, направленных на сохранение и укрепление здоровья, которые в современной терминологии называются здоровьесберегающими образовательными технологиями – ЗОТ.

ЗОТ 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.

Цель ЗОТ в ДОУ применительно к ребёнку - обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику и воспитание осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его. Использование ЗОТ в дошкольном образовании имеет огромную ценность для здоровья детей, т.к. от рождения до семи лет идёт процесс становления всех функций и систем организма, закладываются основы физического, умственного, психического, нравственного, духовного здоровья человека, формируется фундамент будущего здоровья, человеческой жизни во всех её сферах.

Здоровьесберегающие технологии в детском саду по ФГОС отличаются своей комплексной диагностикой состояния организма ребенка и возможностью проанализировать динамику, благодаря которой получают полную картину оценки здоровья дошкольника.

Виды здоровьесберегающих технологий в детском саду по ФГОС:

- физкультурно-оздоровительные,
- технологии организации социально-психологического равновесия ребенка,
- работу по просвещению родителей по общей теории здоровья,

- работу по здоровьесбережению и здоровьесобогащению воспитателей дошкольного образования,
- здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании.

Основные задачи здоровьесберегающих технологий в детском саду по ФГОС:

- сохранение уровня здоровья и подбор пошагового увеличения уровня здоровья воспитанников;
- создание обстановки для комплексного психофизиологического развития ребенка;
- обеспечение комфортных условий жизни на протяжении нахождения ребенка в детском саду.

В своей педагогической деятельности я уделяю внимание разностороннему развитию детей, но хочу немного подробнее рассказать об опыте моей работы по формированию сенсорного развития детей, т.к. именно оно лежит в основе всех видов детской деятельности.

Так сложилось, что за 9 лет работы воспитателем, я несколько раз работала с группой детей раннего возраста. Именно ранний возраст большинством исследователей считается наиболее благоприятным для совершенствования деятельности органов чувств, накопления представлений об окружающем мире.

Наблюдая за ребятами своей группы, обратила внимание, что у многих из них слабо развита моторика рук. Такие дети неловко держат ложку, застегивают пуговицы, им трудно собирать детали конструктора, работать с пазлами, мозаикой, неохотно занимаются деятельностью, которая вызывает у них затруднения. Таким образом, у этих детей сужаются возможности освоения окружающего мира. Это влияет на эмоциональное благополучие и самооценку ребёнка, а следовательно, на психофизическое здоровье.

Сенсорное воспитание детей нашей группы осуществляется через различные формы работы:

- ❖ **Создание сенсорного уголка в группе**
- ❖ **Игры-экспериментирования на развитие всех видов восприятия**
 - ❖ **Образовательную деятельность**
 - ❖ **Совместную и самостоятельную деятельность детей**
 - ❖ **Развлечения, праздники**
 - ❖ **Дидактические игры**
 - ❖ **Работу с родителями**

Изучая методическую литературу и опыт коллег по сенсорному развитию детей, я пришла к мысли, что сенсорные эталоны окружают нас повсюду, нужно только их подметить и включить во все области детского развития. Это и речевое развитие: формирование и активизация словаря с помощью дидактических сенсорных игр. Всем известный «Чудесный мешочек», «Хождение в пробках», «Пальчиковая гимнастика с прищепками» все эти игры сопровождаются речью, любимыми стихами детей. Физическое развитие: развитие общей и мелкой моторики осуществляется так-же, с помощью различных сенсорных игр.

Познавательное развитие: знакомство с сенсорными эталонами, развитие восприятия зрительного, осязательного, тактильного. Развитие наглядно-действенного, образного мышления, внимания, памяти, воображения. Развитие умения понимать количественную характеристику предметов, совокупностей из отдельных предметов, формирование представлений об окружающем мире, развитие умения сравнивать по свойствам и признакам.

Художественно-эстетическое развитие: продуктивная деятельность, создание положительного эмоционального настроения.

И конечно социально-коммуникативное развитие: с помощью сенсорных игр и приемов развиваем интерес и побуждаем к совместным действиям.

Одной из форм работы стало обогащение сенсорного центра в группе, назначением которого является развитие всех видов восприятия, реализация тактильных способностей, речевого и психического развития детей. Содержание центра побуждает детей к активному взаимодействию с предметами, друг с другом. Играя, воспитанники узнают о создании и предназначении предмета, обогащают свой чувственный опыт, экспериментируют.

Ну, и пожалуй, важнейшей формой работы по сенсорному развитию детей стало активное вовлечение родителей в образовательный процесс детского сада.

Для этого мною разработан и действует долгосрочный проект «Семейный клуб» в рамках которого проводятся детско-родительские встречи, на них мы вместе учимся видеть в окружающем возможности развития ребенка. Такое общение, основанное на игровой деятельности, очень сблизило детей, родителей и воспитателей. В рамках проекта прошло несколько совместных мероприятий: это,

- Мастер-класс «Сенсорные игры для развития детей дошкольного возраста»

На котором родители обучались играм, требующим минимальных затрат сил и времени, но очень полезных для сенсорного развития детей. Это «Рисование на крупе», «Мозаика из бросового материала», игры на развитие фантазии и воображения.

- Мастер-класс «Волшебные краски»

Встреча проводилась на основе сказки о доброй волшебнице, которая придумала рецепт «Волшебных красок». Вместе мы приготовили краски,

используя продукты, имеющиеся в любом доме. И вот такие работы у нас получились.

И ещё одно мероприятие в рамках проекта, это:

➤ Совместное развлечение для детей и родителей «ШКОЛА МЯЧА».

Где мы учились вместе при помощи игр с разнообразными мячами развивать тактильные ощущения, общую и мелкую моторику.

И в заключении хочу сказать: работа по сенсорному развитию воспитанников моей группы продолжается, но уже сейчас наблюдения за детьми показывают положительную динамику развития. У детей улучшилось слуховое восприятие, повысилась наблюдательность, внимание, память, воображение, расширился словарный запас, навык игровой деятельности и конечно-же, психоэмоциональное и физическое здоровье.

Благодаря проекту «Семейный клуб» в достижении положительных результатов главными моими помощниками стали родители.