

«Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми раннего возраста в период адаптации к условиям ДОУ»



Дошкольный возраст – возраст, когда закладывается и укрепляется фундамент здоровья, развиваются физические качества, необходимые для участия ребенка в двигательной активности, что в свою очередь формирует психические и интеллектуальные способности дошкольника.

Адаптация детей раннего возраста к условиям ДОУ — это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях (физическом, психическом, социальном).

К сожалению, стресс, которому подвергается организм малыша на данном этапе, сказывается на его здоровье. Как правило, дети начинают чаще болеть, защитные функции их организма ослабевают, и именно в этот момент очень важно поддержать малышей и создать благоприятные условия для поддержания их физического здоровья.

Поэтому **необходимо** создать условия для сохранения и укрепления здоровья детей раннего возраста посредством здоровьесберегающих технологий в период адаптации.

Цель: социализация детей раннего возраста, сокращение периода адаптации к условиям ДОУ, сохранение и укрепление здоровья ребенка.

Здоровьесберегающая технология – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах обучения и развития.

С целью снижения заболеваемости в период адаптации используем следующие здоровьесберегающие образовательные технологии:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья;
2. Коррекционно-развивающие технологии;

3. Валеологическое обучение родителей.

Технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников: закаливание, дыхательная гимнастика, самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

Реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОУ в условиях специально организованных форм оздоровительной работы. Отдельные приемы этих технологий широко используются педагогами в разных формах организованного педагогического процесса: НОД, режимные моменты, свободной деятельности детей.

Коррекционно-развивающие технологии: Артикуляционная гимнастика, коррекционно-оздоровительная гимнастика, акватерапия; сказкатерапия; технология воздействия цвета, арттерапия, технология музыкального воздействия, терапевтические игры, тесочная терапия, психогимнастика, релаксация. Коррекция рассматривается как педагогическое воздействие, которое не сводится к тренировочным упражнениям, направленным на исправление отдельно взятого дефекта, а подразумевает воздействие на личность ребенка в целом.

Технологии валеологического просвещения родителей – задача данных технологий - обеспечения валеологической образованности родителей воспитанников ДОУ.

В целях сотрудничества с родителями по формированию здорового образа проводятся:

- родительские собрания, консультации, конференции, беседы,
- конкурсы, спортивные праздники, праздники здоровья,
- дни открытых дверей
- наглядная агитация
- личный пример педагога
- различные нетрадиционные формы работы с родителями (проекты, тематические акции, викторины и др.)

В соответствии с требованиями ФГОС предметно-пространственная развивающая среда в группах создавалась с учётом возрастных возможностей детей, зарождающихся интересов и конструируется таким образом, чтобы ребёнок в течение дня мог найти для себя увлекательное дело, занятие по интересам. Особое внимание уделялось эстетическому оформлению помещений, т.к. среда играет большую роль в формировании личностных качеств дошкольников. Ребёнок находится в детском саду весь день и необходимо, чтобы окружающая обстановка радовала его, способствовала пробуждению положительных эмоций, воспитанию хорошего вкуса.

Мебель и игровое оборудование подобраны с учётом санитарных и психолого – педагогических требований, созданы условия для

самостоятельной двигательной активности. Для реализации гендерных подходов к воспитанию детей предметно-развивающая среда создана с учётом интересов мальчиков и девочек.

В группах созданы условия для организации здоровьесберегающих технологий. Группы оснащены как традиционными пособиями, так и нестандартным оборудованием, сделанным руками педагогов:

1. «Сухой аквариум», который способствует снятию напряжения, усталости, расслаблению мышц плечевого пояса.

2. Коврики из пробок, пуговиц, крупы - для массажа стопы ног.

3. Султанчики, вертушки - для развития речевого дыхания и увеличения объема легких.

4. Различные массажеры, в том числе и самодельные. Общеизвестно, что на ладонях рук, находится много точек, массируя которые можно воздействовать на различные точки организма.

5. «Тропы здоровья» - для массажа ступней ног и развития координации движений

6. Спортивные мешочки и др.

Дети, занимаясь этими предметами, незаметно для себя укрепляют свое здоровье.

Система работы с родителями строится на основе социального партнёрства с помощью традиционных и нетрадиционных форм сотрудничества. Используются разнообразные формы работы: открытый НОД с детьми для родителей; педагогические беседы с родителями; родительские собрания; консультации; выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями; дни открытых дверей; участие родителей в подготовке и проведении праздников, физкультурных досугов; совместное создание предметно -развивающей среды; работа с родительским комитетом группы, анкетирование.

Наглядные стенды знакомят родителей с жизнью группы, с Конвенцией о правах ребенка, с возрастными физиологическими особенностями детей. Широко используется информация в родительских уголках, в папках-передвижках («Если хочешь быть здоров - закаляйся!», «Правильное питание», «Режим дня» «Рациональное питание и режим дня», «Грязные руки – источник кишечных инфекций», «Профилактика простудных заболеваний», «Профилактические прививки и их значение» и др.).

Важнейшим условием применения здоровьесберегающих технологий в ДООУ становится постоянный контроль за самочувствием детей. Все упражнения выполняются на фоне позитивных ответных реакций малышей. Здесь действует принцип «Не навреди!». Задача педагога - обеспечить эмоциональное тепло и поддержку каждому ребенку, демонстрировать только положительное эмоционально выраженное отношение к нему.

Таким образом, необходимым условием для эффективного руководства процессом привыкания к детскому учреждению и сохранению здоровья ребенка в адаптационный период является продуманная система

педагогических воздействий, в которых главное место занимает организация деятельности ребенка, отвечающая потребностям, которые определяют его поведение.

Исходя из принципа «здоровый ребенок - успешный ребёнок», является невозможным решение проблемы воспитания социально адаптированной личности без осуществления системы мероприятий по оздоровительной работе и физическому воспитанию детей. Вырастить здорового ребёнка - вот самое главное, что необходимо сделать сотрудникам детских садов.

