

*Ямбулатова Ирина Юрьевна,  
старший воспитатель,  
МБДОУ Д/с № 80 «Ужара» г. Йошкар-Олы»*

**Реализация Программы здоровья «Гармония здоровья и развития»  
в дошкольном учреждении**

Сегодня перед человечеством стоит серьезная задача увеличения продолжительности жизни людей, сохранения их полноценной творческой работоспособности, молодости, красоты. Нам необходимо выработать у каждого человека, начиная с его первых шагов, отношение к здоровью как к главной человеческой ценности.

Здоровье выступает основой жизнедеятельности человека, представляя собой сложный многоуровневый феномен, включающий физиологический, психический, социальный и педагогический компоненты.

Комплекс мероприятий по формированию модели здоровьесбережения в ДОУ получил статусное оформление в качестве документа - Программы здоровья. Программа направлена на сохранение и укрепление здоровья дошкольников. Срок реализации Программы рассчитан на 2012-2017 г.г.

Ожидаемые результаты реализации Программы:

- Снижение уровня заболеваемости;
- Увеличение посещаемости;
- Сформированность у детей навыков здорового образа жизни.
- Повышение показателей развития физических качеств;
- Устойчивые показатели психоэмоционального благополучия дошкольников.

На уровне образовательного учреждения основное содержание Программы можно представить в виде следующей модели формирования здоровьесберегающей образовательной среды в ДОУ, в которой выделяются следующие компоненты:

- **образование в области здоровья** (направлен на приобретение ценностных ориентиров в области здоровья как необходимой составляющей общей культуры человека и реализуется в ДОУ посредством образовательных

областей «Здоровье», «Физическая культура», «Безопасность», интеграции всех образовательных областей)

- **формирование навыков здорового образа жизни** (деятельностный компонент предполагает формирование навыков здорового образа жизни посредством вовлечения детей в разного рода мероприятия).

- **медицинское обслуживание**(медико-профилактическая деятельность обеспечивает сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДООУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами использования медицинских средств).

- **формирование культуры правильного питания** (компонент включает формирование представлений о правильном питании, о полезных и вредных продуктах; воспитание культуры поведения за столом; соблюдение гигиенических требований).

- **психолого-диагностическое сопровождение**, осуществляемое ПМПк.В деятельности консилиума задействованы учитель-логопед, учитель-дефектолог, педагог-психолог, инструктор по физической культуре, медработник; в их задачи входят первичное выявление детей с проблемами в обучении, поведении, адаптации, разработка и корректировка индивидуальных программ и сопровождения детей с выявленными проблемами, профилактическая работа с детьми группы риска и их родителями.

- **формирование безопасной среды** (хороший детский сад это еще и среда, сама обстановка задаёт качество воспитательно-образовательного процесса, поэтому так важны не только цвет стен и мебель, но и формат помещения, новые решения его организации), также обеспечивается посредством реализации мероприятий по пожарной безопасности и соблюдению санитарно-гигиенических норм и правил, по защите от террористических актов и противоправных действий.

- **вовлечение общественности в работу по формированию ЗОЖ**ведется через волонтерскую деятельность, акции, конференции, публикации, конкурсы, дни здоровья, газету ДООУ «Утренняя Заря» и др. Информационно-

просветительская деятельность выражается в формировании у родителей здорового образа жизни как ценности, в знакомстве родителей с различными формами работы по физическому воспитанию в ДОО, информировании о состоянии здоровья и физическом развитии, об уровне двигательной подготовленности их ребенка; привлечение родителей к участию в различных совместных физкультурных досугах и праздниках.

- **работа с персоналом** (со временем у педагогов могут появиться признаки эмоционального выгорания, редукция профессиональных достижений, поэтому с педагогами также необходимо проводить коррекционную и профилактическую работу). К вредным факторам работников образовательной сферы относятся: систематическое перенапряжение голосового аппарата, большие нагрузки на опорно-двигательный аппарат, большой объем интенсивной зрительной работы, высокая плотность эпидемических контактов, высокая нервно-психическая напряженность, социальная ответственность.

Для сохранения и укрепления здоровья персонала ДОО систематически проводятся медосмотры, создаются надлежащие условия труда, организуется питание работников в процессе трудовой деятельности, повышается заработная плата, обеспечивается здоровый микроклимат в коллективе. Большое внимание уделяется подбору и расстановке кадров на группы с учетом их деловых качеств, опыта и психологической совместимости.

Продолжая разговор о Программе, позвольте остановиться на здоровьесберегающих технологиях. Что такое 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.

Цель здоровьесберегающих технологий применительно к ребенку: обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику ДОО и воспитание его валеологической культуры. Цель здоровьесберегающих технологий применительно к взрослым: содействие становлению культуры

здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей и валеологическому просвещению родителей. В дошкольном учреждении реализуем здоровьесберегающие технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья (стретчинг, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, закаливание водой, воздухом и солнцем, разные виды гимнастики, пальчиковая, дыхательная, для глаз, динамическая и др.), технологии обучения здоровому образу жизни (физкультурные занятия, коммуникативные игры, досуги, развлечения, праздники, утренняя и корригирующая гимнастика), коррекционные технологии (технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, цветотерапия, логоритмика, флора-дизайн, психогимнастика, арттерапия).

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, а также **Я-концепцию здоровой личности:** знания о здоровье, личная и общественная гигиена, рациональное питание, оптимальная двигательная активность, положительный психологический настрой, восстановление функций организма, закаливание.

Только здоровый ребёнок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств. Подготовка к здоровому образу жизни ребёнка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого ДОУ.

**Перспективы реализации Программы «Гармония здоровья и развития» в дошкольном учреждении:**

- продолжать целенаправленную, системную работу на основе межведомственной и междисциплинарной интеграции;
- продолжать эффективную профилактическую деятельность в ДОУ, ориентированную на положительный результат;

- проводить анализ и обобщать положительный практический опыт по сохранению и укреплению здоровья воспитанников и педагогов в различных регионах РФ и образовательных учреждениях;
- создать информационный банк данных на сайте об инновационном опыте в области здоровьесбережения, активно его распространять и транслировать в образовательных учреждениях Республики и РФ;
- продолжать волонтерскую деятельность;
- разработать программу «Культура здоровья работников ДООУ» с целью улучшения состояния здоровья педагогов, обеспечения качества и продолжительности активной трудовой жизни. Здоровье работников ДООУ необходимо рассматривать как важнейший ресурс развития образования, определяющий основу национальной безопасности страны.

#### **Список литературы:**

1. Амосов Н.М. *Раздумья о здоровье. М.: Физкультура и спорт, 1987.-63с.*
2. Васильева О.С., Филатов Ф.Р. *Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 352 с.*
3. Никифорова В.М. *Концепция здоровьесбережения/ В.М.Никифорова, Е.В.Бирюлева (Электронный ресурс) – Режим доступа: [www.websib.ru/news\\_doc/programma\\_konferencii](http://www.websib.ru/news_doc/programma_konferencii). doc свободный.- Загл. с экрана.*
4. Селевко Г.К. *Современные образовательные технологии: Учебное пособие/ Г.К.Селевко - М.: Народное образование, 1998. – 256с.*
5. Смирнов Н.К. *Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе/ Н.К.Смирнов. М.: АПК и ПРО, 2002. 121с.*
6. *Федеральный закон от 22 июля 1993 г. № 5487-1 «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан»*
7. Франкл В. *Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.*