**Создание условий для сохранения здоровья воспитанников ДОУ**

Формирование жизнеспособного подрастающего поколения-одна из главных задач развития страны. Здоровье – не всё, но всё без здоровья ничто! Если есть здоровье – человек радуется, спокойно живет, работает, учится, ходит в детский сад. Без здоровья нельзя жить, любить, нельзя быть красивым, обаятельным. Первые шаги к здоровью, стремление к здоровому образу жизни, к познанию самого себя, формированию культуры здоровья делаются в дошкольном учреждении. Катастрофическое состояние здоровья детей требует систематической работы по здоровьесбережению, оптимальному использованию материального, интеллектуального, творческого ресурсов дошкольного учреждения. Необходимость комплексного подхода к организации здоровьесберегающего пространства в дошкольном учреждении не вызывает ни у кого сомнения. Поэтому понимая государственную значимость работы по формированию, укреплению, сохранению здоровья своих воспитанников коллектив детского сада целенаправленно работает над созданием благоприятного здоровьесберегающего пространства, ищет новые современные методы и приемы, адекватные возрасту дошкольников, использует в работе передовой опыт. Стараемся органически соединить между собой все элементы комплекса:

1. Образовательного

2. Медико-профилактического

3. Физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового

4. Психологического

Из выше указанного вытекают основные направления создания здоровьесберегающего пространства в детском саду:

1. Организация санитарно-эпидемиологического режима и создание гигиенических условий жизнедеятельности детей.

2. Физическое воспитание

3. Организация лечебно-профилактической работы с детьми

4. Обеспечение психологической безопасности детей во время их пребывания в детском саду

Организация санитарно-эпидемиологического режима и создание гигиенических условий регламентируются целой серией нормативно-правовых и инструктивных документов, которые обязаны знать не только руководители, но и рядовые работники дошкольного учреждения, а с некоторыми извлечениями из них нужно знакомить и родителей дошкольников. Основными документами для нас являются СаНПиН и «Гигиенические требования к максимальной учебной нагрузке на занятиях с детьми дошкольного возраста».

Гигиенисты отмечают увеличение умственной нагрузки на детей, так как почти каждые три-четыре года вводятся новые предметы, увеличивается риск перегрузки детей, а любая перегрузка ведет к потере здоровья.

В здоровьесберегающем пространстве детского сада особое, самое важное место занимает физкультурно-оздоровительная работа и правильная организация двигательной деятельности воспитанников с учетом возрастных психофизиологических и индивидуальных особенностей детей, времени года и режима работы детского сада.

Каждый день ребенка в детском саду начинается с утренней гимнастики по возможности на свежем воздухе, которая позволяет получить заряд бодрости, дает стимул к рабочей активности на занятии. В утренний отрезок времени на детей ложится наиболее сильная нагрузка в это время проходят занятия. Занятия требуют от детей длительного напряжение, связанного с поддержанием определенной позы и значительными зрительными нагрузками. В связи с этим в учебно-воспитательный процесс мы включаем оздоровительные мероприятия: гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, физминутки, которые необходимы для снятия психо-эмоционального напряжения.

Физкультурные занятия разнообразны по форме и содержанию в зависимости от задач:

1. Традиционные

2. Игровые в форме подвижных игр малой, средней и большой интенсивности.

3. Сюжетно-ролевые, дающие более эмоциональные впечатления.

4. Тематические занятия.

5. Занятия – тренировки это закрепление знакомых детям упражнений, элементов спортивных игр.

6. Занятия – зачеты для проведения диагностики по основным видам движений и развития физических качеств (2 раза в год).

7. Спортивные праздники, дни здоровья, праздник «Папа, мама и я - спортивная семья».

Крайне важно и необходимо формировать у детей каждой возрастной группы спокойную мотивацию выработки гигиенических навыков, умений, привычек, ведущих к сохранению здоровья, обеспечению здорового образа жизни. Подобная задача может быть решена только совместными усилиями медиков, воспитателей, специалистов и родителей.

После занятий наступает время прогулок, происходит динамическая перемена деятельности. Поэтому наши прогулки состоят из подвижных и спортивных игр, эстафет и соревнований, для этого на каждом участке предусмотрено физкультурное оборудование: лестницы, змейки, дорожки для бега, кольца для мячей, оборудование для подлезания, перешагивания, перелезания, площадки для подвижных игр, игровое оборудование.

Вопросы оздоровления ребенка решаются в тесном контакте с семьей. В начале оздоровительного периода проводится беседа с родителями, что позволяет выяснить отношение их к оздоравливающим мероприятиям и составить план оздоровительной работы, учитывая запросы родителей. В детском саду проводится обширный комплекс оздоровительных мероприятий:

1. Соблюдение температурного режима согласно СаНПиНа.

2. Правильная организация прогулок и их длительность (сетка занятий составлена с учетом длительности прогулки не менее полутора часов

3. Соблюдение сезонной одежды (индивидуальная работа с родителями)

4. Облегченная одежда в детском саду

5. Гимнастика после сна

6. Закаливающие процедуры (согласно возрасту детей)

· Солевые дорожки – младший возраст

· Мытье прохладной водой рук по локоть – средний возраст

· Комплекс контрастных закаливающих процедур – старший возраст

7. Полоскание рта лечебными настоями т прохладной водой

8. Летом ходьба босиком по спортивной площадке

9. Самомассаж

10. Витаминотерапия

Обеспечение психологической безопасности детей во время их пребывания в детском саду строится на сотрудничестве со всеми структурными подразделениями учреждения. Сотрудники внимательны и отзывчивы к детям, уважительно относятся к каждому ребенку. Педагоги стараются эстетично оформить интерьер групповых, раздевальных и спальных комнат, чтобы ребенок чувствовал себя комфортно в уютной обстановке.

Развивающая среда, современное дидактическое и игровое оборудование, экологический кабинет, цветник, огород дают массу положительных эмоций, душевное равновесие.

Работа с сотрудниками – одно из важнейших направлений по укреплению и сохранению соматического, психологического и физического здоровья детей. Самообразование и внедрение ППО: разработаны планы прогулок с учетом двигательной активности детей в старших группах.

Важным направлением деятельности по формированию физически и психически здорового ребенка является работа с семьёй. Для себя мы определили следующие задачи работы с родителями:

* Повышение педагогической культуры родителей.
* Установка на совместную работу с целью решения здоровьесберегающих задач.
* Привлечение родителей в воспитательно-образовательный процесс.
* Вооружить родителей психолого-педагогических знаний через психологические тренинги, консультации, семинары.

Для этого используем следующие формы работы с родителями:

1. проведение родительских собраний, семиниров-практикумов, консультаций, дней открытых дверей.

2. педагогические беседы (индивидуальные и групповые)

3. совместные занятия и развлечения, труд.

4. круглые столы с привлечением специалистов детского сада (логопедов, медсестры, врача, инструктора по физкультуре, психолога, музыкантов).

5. организация совместных дел.

Таким образом, одним из основных условий в укреплении здоровья дошкольников является теснейшее сотрудничество педагогов, психологов, медиков, родителей и детей.

Перспектива работы по данной проблеме:

1. Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном детстве заболеваний, за счет реализации индивидуального подхода к каждому воспитаннику и системы оздоравливающих мероприятий.

2. Совершенствование системы физического воспитания на основе внедрения новых методик и технологий.

3. Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья ребенка.

Зам.зав. по ВМР Реджепова Н.В.