

Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми младшего дошкольного возраста.

Подготовила:
старший воспитатель Шкурдода В.С.

*«Счастливый ребенок — это, прежде всего, ребенок здоровый и только потом уже умеющий читать и играть на скрипке".
Е. О. Комаровский*

Человек, его культура и деятельность в той мере, в какой они имеют ценность для человечества, полностью зависят от его здоровья. По статистике, в последние годы численность практически здоровых дошкольников резко падает.

Здоровье человека зависит не только от его физических особенностей и развития здравоохранения. По мнению медиков, большинство заболеваний — следствие негативного, халатного отношения человека к своему организму: вредных привычек, неправильного питания, несоблюдения режима дня, малоподвижности, подверженности стрессам, неразумного поведения — всего того, к чему большинство людей в той или иной мере привыкают с самого детства. Избежать всего этого можно, сформировав достаточно высокий уровень образования, санитарной грамотности, физической и гигиенической культуры человека, его осознание ценностей здорового образа жизнедеятельности, практические навыки безопасного поведения в окружающем мире. Воспитание человека, сознательно заботящегося о своем здоровье в течение всей жизни — важная задача детского сада, требующая включения в ее реализацию всех участников воспитательно-образовательного процесса, включая самих детей.

Актуальность проблемы валеологизации образования требует от педагогов комплексного подхода к оздоровительно-воспитательному процессу в ДОУ, который предполагает не только нормативный подход к физическому совершенствованию детей и укреплению их здоровья, но и создание условий для становления физкультурной, валеологической, гигиенической образованности дошкольников, обусловленной формированием у них мотивации здоровья. Теоретическая значимость заключается в преобразовании стандартного обучения детей здоровому образу жизни через формирование осознанного отношения к своему здоровью, а не просто механическому выполнению заученного материала. Практическая значимость состоит в разработке определенной системы по формированию у детей основ здорового образа жизни и применению этой системы педагогами совместно с родителями в воспитательно-образовательном процессе в ДОУ и в семейном воспитании.

На мой взгляд, целенаправленное, системное использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми младшего дошкольного возраста позволит:

- значительно улучшить соматические показатели здоровья, повысить сопротивляемость детского организма к инфекциям;
- обеспечить правильное физическое развитие детского организма, улучшить показатели физической подготовленности;
- сформировать у детей младшего возраста целостное понимание основ здорового образа жизни, привычку к ЗОЖ.

Я разработала и активно использую целостную систему здоровьесберегающих технологий в работе с детьми младшего дошкольного возраста. Это позволяет мне решать следующие задачи:

- Помочь создать правильные представления о здоровом образе жизни;
- Внедрить различные здоровьесберегающие технологии в повседневную жизнь детей;
- Использовать в процессе приобщения детей к здоровому образу жизни приемов интеграции разных видов деятельности;
- Сформировать у детей младшего дошкольного возраста потребность в укреплении и сохранении физического и психического здоровья, в ведении здорового образа жизни и умении заботиться о своем здоровье;
- Обеспечить улучшение показателей мониторинга в области физического развитие.

В любом возрасте человек должен заботиться о своем здоровье, но особенно это важно в детстве. Детство является ключевым периодом жизни, когда формируются все морфологические и функциональные структуры, определяющие потенциальные возможности взрослого человека. Согласно исследованиям специалистов, 75% болезней взрослых уходят корнями в детство. Поэтому охрану здоровья детей можно назвать приоритетным направлением деятельности всего общества.

В заключение, вслед за великим и педагогом Ж. Ж. Руссо, хочется сказать: «Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым».

Будьте здоровы!