Муниципальный орган управления образованием

Управление образованием городского округа Красноуфимск

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад общеразвивающего вида № 6 с приоритетным осуществлением деятельности по физическому направлению развития воспитанников»

**IIIмежрегиональная научно-практическая конференция «Планета детства:**

**лучшие практики и технологии дошкольного образования»**

*Сборник тезисов 4*



г. Красноуфимск

2020 год

Сборник содержит материалы ***IIIмежрегиональной научно-практической конференции «Планета детства: лучшие практики и технологии дошкольного образования».***В сборнике представлен инновационный опыт работы педагогов дошкольных образовательных организаций, представляющие интерес для педагогической общественности по направлениям:

* *«Здоровый ребенок: старт на активное долголетие»;*
* *«Инклюзивное образование в ДОО - пространство равных возможностей».*

Материалы III межрегиональной научно-практической конференции «Планета детства: лучшие практики и технологии дошкольного образования» представлены руководящими и педагогическими работниками системы дошкольного образования Свердловской области и Пермского края.

Составители:

Чайникова Л.В., учитель-логопед МАДОУ детский сад 6, ГО Красноуфимск.

Комина А.А., заместитель заведующего МАДОУ детский сад 6, ГО Красноуфимск.

Рецензенты: Терентьева О.О., методист МО Управления образованием городского округа Красноуфимск

*© Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида № 6 с приоритетным осуществлением деятельности по физическому направлению развития воспитанников»*

|  |
| --- |
| **СОДЕРЖАНИЕ** |
| ***Раздел 1.Здоровый ребенок: старт на активное долголетие*** |
| 1. | **Андреева О.Э.** Использование детских тренажеров в физкультурно-оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста…………………… | 5 |
| 2. | **Блюмберг Н.Ю**. Использование современных здоровьесберегающих технологий при   решении задач физического развития детей дошкольного возрастав условиях реализации ФГОС ДО…………………………………… | 7 |
| 3. | **Богомолова Л.Г.** Здоровый ребенок – результат совместных усилий детского сада и родителей……………………………………………………… | 10 |
| 4. | **Вяткина Н.Г.** Взаимодействия инструктора по физической культуре с родителями по физическому развитию детей дошкольного возраста………. | 11 |
| 5. | **Гайнутдинова М.В.** Особенности развития познавательных интересов детей старшего дошкольного возраста через мотивацию на здоровый образ жизни:игры – упражнения, которые лечат…………………………………… | 13 |
| 6. | **Голубчикова С.С.** Здоровым быть - модно! ………………………………… | 15 |
| 7. | **Дьячкова Н.Б.** Воспитание интереса старших дошкольников к здоровому образу жизни …………………………………………………………………… | 17 |
| 8. | **Калянова Е.Е, Шмелева Н.В.** Здоровьесберегающие технологии в ДОО... | 19 |
| 9. | **Корнилова О.В**. Здоровьесберегающие технологии в работе педагога дополнительного образования…………………………………………………. | 20 |
| 10. | **Кочева Г.Е.** Сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста посредством катания на роликовых коньках……………………….. | 22 |
| 11. | **Маслакова Н.В.** Здоровьесберегающие технологии в художественно-эстетическом развитии дошкольников………………………………………... | 24 |
| 12. | **Миридонова О.В., Мельцина И.В.** Расширение возможностей для физической активности детей посредством дополнительного образования.. | 26 |
| 13. | **Мишарина В.М.** Профилактика нарушений осанки и плоскостопия при организации двигательной деятельности в ДОУ……………………………... | 28 |
| 14. | **Никифорова Г.А.** Использование здоровьесберегающих технологий в формировании здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраста………………………………………………………………………….. | 29 |
| 15. | **Николаева Е.Н.** Педагогическая деятельность по здоровьесбережению детей в условиях дошкольной образовательной организации………………. | 31 |
| 16. | **Первушина Т.Л.** Оздоровительные мероприятия в ДОУ как основа формирования здорового образа жизни дошкольников……………………… | 32 |
| 17. | **Путяшева Е.С.** Применение здоровьесберегающих технологий для профилактики нарушений развития детей раннего возраста………………... | 33 |
| 18. | **Семисынова Г.И.** Здоровый ребенок – счастливая семья!.............................. | 35 |
| 19. | **Сюзева Е.А.** Лего-конструктор как один из способов формирования здоровья детей старшего дошкольного возраста…………………………….. | 37 |
| 20. | **Танков М.А.** Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовательном учреждении…………………………………………………. | 39 |
| 21. | **Тебнева Ю.Ю.** Здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях в ДОУ…………………………………………………………………. | 40 |
| 22. | **Трифанова М.С.** Использование нестандартного физкультурного оборудования для развития двигательной активности детей дошкольного возраста………………………………………………………………………….. | 42 |
| 23. | **Хренов В.Н.** Мастер - класс «Нормы ГТО в дошкольном возрасте, как мотивация к занятиям физкультурой и спортом в будущем**»** ………………. | 43 |
| 24. | **Худеева И.В.** Су-Джок-терапия - здоровьесберегающая технология в работе с детьми раннего возраста …………………………………………….. | 46 |

|  |
| --- |
| ***Раздел 2. Инклюзивное образование в ДОО - пространство равных возможностей*** |
| 25. | **Аникина О.В.** Лекотека как перспективная модель инклюзивного образования детей с тяжелыми нарушениями речи………………………….. | 47 |
| 26. | **Луткова М.И., Лузина А.А.** Проблемы и перспективы инклюзивного образования детей с ограниченными возможностями здоровья……………. | 49 |
| 27. | **Некрасова С.И., Филипьева Т.А.** Инклюзивное образование, как фактор организации пространства равных возможностей……………………………. | 52 |
| 28. | **Томилова Н.В., Гатина О.И.** Игровые развивающие панели как средство образовательной и [коррекционной работы](https://pandia.ru/text/category/korrektcionnaya_rabota/) с детьми с ОВЗ…………………. | 53 |
| 29. | **Чайникова Л.В.** Кинезиологические упражнения как вид здоровьсберегающей технологии в практике учителя-логопеда ДОУ…….. | 55 |
| 30. | **Черемшанова Е.В.** Организация образовательной среды в коррекционно-развивающей работе с детьми с ОВЗ………………………………………….. | 57 |
| 31. | **Якунцова И.Н.** Работа с семьей детей с ограниченными возможностями здоровья в дошкольной образовательной организации……………………… | 59 |

***Раздел 1. Здоровый ребенок: старт на активное долголетие***

Андреева О.Э., инструктор по ФИЗО

МАДОУ № 5

Артемовский ГО

**Использование детских тренажеров в физкультурно-оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста**

Большинство современных родителей ориентированы на интеллектуальное развитие своих детей, причем, иногда это происходит в ущерб физическому развитию. А ведь именно в дошкольном возрасте закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма, формируются движения, осанка, приобретаются физические качества, вырабатываются начальные гигиенические навыки и навыки самообслуживания, без которых невозможен здоровый образ жизни. Особенно важно интеллектуальное развитие дошкольника, которое идет параллельно с физическим развитием. Достичь необходимого уровня интеллектуально-познавательного развития может только здоровый ребенок. А, следовательно, одной из самых важных задач современного общества является охрана и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

Потребность ребенка в движении — одна из важнейших биологических особенностей растущего организма, обязательное условие его нормального формирования и развития, причем как физического, так и интеллектуального: эти два аспекта у детей не просто взаимосвязаны, а составляют единое целое.

Ни для кого не секрет, что на сегодняшний день дети стали меньше двигаться. И в детском саду, и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении (за столами у компьютера, за планшетом или телефоном, у телевизора и т.д.). Это увеличивает нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, а это влечет за собой и нарушение осанки, и искривление позвоночника, и плоскостопие, и задержку физического развития: быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы.Проблема здоровья детей является как никогда ранее актуальной.

Но невозможно решить проблему здоровья детей, применяя только традиционные педагогические технологии, необходимо использовать и новые эффективные и разнообразные подходы в физкультурно-оздоровительной работе с детьми. Одним из таких подходов являются занятия с использованием тренажеров. Применение тренажеров позволяет обеспечить формирование у детей правильных представлений о технике сложных двигательных действий, обеспечивает развитие двигательных качеств. Велико значение тренажеров на занятиях и в индивидуальной работе с детьми.

Для начала занятий с использованием тренажеров  была проведена следующая предварительная работа:

1. Проанализирована учебно-методическая литература.
2. Проанализировано физическое состояние детей.
3. Разработаны конспекты занятий с использование простейших тренажеров и тренажеров сложного устройства.

Первый этап – ознакомительный. Дети узнали названия тренажеров, какие упражнения выполняются на них, какие группы мышц при этом задействованы. С этой целью используется показ, объяснение и практическое апробирование тренажера детьми. Таким образом, у детей образуется связь между зрительным образом, словами, обозначающими технику выполнения движения, и мышечными ощущениями.

Второй этап - углубленное заучивание упражнения на тренажере. На этом этапе особое внимание уделяется технике выполнения упражнения.

На третьем этапе происходит закрепление навыка выполнения упражнений на тренажерах и совершенствование техники выполнения.

В нашем детском саду имеются разнообразные тренажеры, их можно разделить на два вида – это простейшие тренажеры и тренажеры сложного устройства.

Простейшие тренажеры удобны в использовании, не занимают много места и просты в использовании,к ним относятся: диски здоровья, детские резиновые эспандеры, гантели весом 0,5 кг, медбол весом 1кг, шведская стенка, массажные коврики, массажные диски, массажные ролики, балансировочные подушки. С такими тренажерами можно заниматься с детьми с трех лет.

Дети 5-7 лет способны анализировать свои действия, контролировать свое самочувствие, проявлять свои физические возможности - силу, ловкость, выносливость. На занятиях по физической культуре со старшими дошкольниками целесообразно использовать как простейшие тренажеры, так и сложного устройства.

Тренажеры сложного устройства:

1. Детский силовой тренажёр«Бегущая по волнам» предназначен для укрепления мышц спины и ног, развития чувства равновесия и координации движений.
2. Велотренажёр«Велосипед» для укрепления мышц ног, развития выносливости.
3. Детская беговая дорожка для развития и укрепления мышц ног.
4. Батут развивает все группы мышц, вестибулярный аппарат, улучшает кровообращение, тем самым повышает иммунитет.
5. Тренажер «Мини-степпер» для развития и укрепления мышц ног.
6. Тренажер «Мини-твистер» предназначен для тренировки мышц опорно-двигательного аппарата и массажа стоп.
7. Детский силовой тренажер «Гребля» предназначен для развития и укрепления мышц ног, рук, спины, мышц плечевого пояса и мышц брюшного пресса.

Занятия с использованием тренажеров проводятся со старшими дошкольниками 1 раз в две недели по 30 минут. Структура занятия с использованием тренажеров идентична структуре традиционного занятия.

Занятие состоит из трех частей: вводная, основная и заключительная. Вводная часть занятия включает в себя различные виды ходьбы и бега, дыхательные и игровые упражнения и т.д.

В основную часть занятия входят общеразвивающие упражнения с простейшими тренажерами или упражнения на тренажерах сложного устройства и подвижная игра. Способ организации занятия проводится по методу круговой тренировки, дети переходят от одного тренажера к другому. Каждое упражнение выполняется от одной до трех минут. После тренировки на одном тренажере проводятся упражнения на восстановление дыхания и расслабление мышц, а затем дети переходят к следующему тренажеру. На каждом занятии дети используют простейшие тренажеры и тренажеры сложного устройства.

Начиная упражнения на тренажерах, следует постепенно переходить от самых простых упражнений к более сложным упражнениям.

При работе на тренажерах инструктор по физкультуре имеет возможность уделить внимание каждому ребенку, следит за самочувствием ребенка, контролирует двигательную активность ребенка. К занятиям на оздоровительных тренажерах допускаются все дети старшего дошкольного возраста. Абсолютными противопоказаниями для занятий с использованием тренажеров являются: хронические и острые заболевания почек, органов дыхания, большинство пороков сердца, значительная близорукость с изменением глазного дна. Детей с такими диагнозами в нашем детском саду нет.

В заключение основной части занятия проводится подвижная игра.

В третьей части используется комплексы релаксационных упражнений или игра малой подвижности и рефлексия.

Занятие с тренажерами очень нравятся детям. Кроме того они позволяют укрепить мышцы рук, плечевого пояса, брюшного пресса, спины, ног, развивают силу, быстроту реакции, ловкость, гибкость и выносливость. Благодаря таким занятиям, увеличивается двигательная активность детей, формируется интерес к занятиям физической культурой. Воспитывая у детей потребность двигаться, выполнять физические упражнения с раннего возраста, можно заложить прочные основы хорошего здоровья и гармоничного развития ребенка.

Блюмберг Н.Ю., воспитатель

МАДОУ НГО «Детский сад общеразвивающего вида № 4 «Сказка»

Новолялинский ГО

 **Использование современных здоровьесберегающих технологий**

**при   решении задач физического развития**

**детей дошкольного возрастав условиях реализации ФГОС ДО**

Происходящие изменения в обществе и принятые стандарты дошкольного образования выдвинули новые требования к системе образования. Дошкольное учреждение призвано создать условия для физического, интеллектуального, творческого, эмоционального развития воспитанников в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом.

Мы понимаем, что здоровые дети смогут полноценно освоить образовательные программы, и их достижения будут соответствовать всем целевым ориентирам на этапе завершения дошкольного образования, которые определяет стандарт.

С целью внедрения инновационных технологий, поиска эффективных форм и приемов всестороннего развития детей дошкольного возраста, применяем - кинезиологические упражнения. Метод кинезиологии не требует никаких финансовых затрат. Упражнения активизируют полноценную деятельность ума и тела, помогают управлять своей эмоциональной, физической и умственной жизнью.

Кинезиологические упражнения, или игры включаю в любую часть занятия. Все упражнения данной системы — перекрестные. Упражнение выполняем сначала правой рукой, затем левой, затем двумя руками вместе. При затруднениях предлагаю детям помогать себе командами, произносимыми вслух или про себя.

Предлагаю вам попрактиковаться в кинезиологии, в подготовительной части, во время ходьбы, идем правая нога на носке, а левая на пятке, руки на поясе, держите себя крепко, локти смотрят в стороны. Позже добавляем движения рук: одна рука в сторону, другая вверх, затем меняем положение ног и рук.

Упражнения для развития мелкой моторики начинаем с легкого упражнения «Колечко», поочередно перебирайте пальцами рук, соединяя в кольцо большой палец и последовательно указательный, средний, безымянный и мизинец. Упражнения выполнять начинаем с указательного пальца и в обратном порядке от мизинца к указательному. На начальном этапе выполняем каждой рукой отдельно, сначала правой, затем левой рукой, затем обеими руками вместе. Давайте попробуем выполнить сразу обеими руками.

Освоив это упражнение, переходим к более сложному упражнению «Ухо – нос»: левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот», когда воспитанники освоят и это упражнение, предлагаю им добавить хлопок.

Заниматься кинезиологией нужно ежедневно. Каждое упражнение по тренировке мозга выполняется не более 2-х минут. Их можно делать в различных сочетаниях. Сначала комплекс кинезиологических упражнений, воспитанники выполняют вместе со мной, затем самостоятельно по памяти, я им называю только название упражнений.

Еще одна оздоровительная технология – степ-аэробика. Это ритмичные движения вверх и вниз по специальной степ-платформе (Степ — это ступенька высотой не более 8 см, шириной — 25 см, длиной — 40 см). Это нестандартное оборудование способствует формированию осанки, развитию координации движений; укреплению сердечно – сосудистой и развитию дыхательной системы.

Занятия степ-аэробикой сопровождаются бодрой, ритмичной музыкой, которая создает у воспитанников хорошее настроение. Во время занятий степ-аэробикой напоминаю детям об осанке и правильном дыхании, поддерживаю их положительные эмоции.

Степ аэробика включается в программу праздников и развлечений. Это повышает интерес детей к физическим упражнениям и вызывает у них положительный эмоциональный отклик.

Предлагаю вам заняться степ аэробикой. На степы вставать нужно всей ступней, на середину платформы, голову не опускать, спину держать прямо.

1. Ходьба на степ, со степа, движения рук ритмичны и свободны.

2. И.п. стоя на степе, руки у груди в кулаках. 1 – шаг правой ногой вперед со степа, 2 – и.п.; 3 – то же левой ногой, 4 – и.п. (4 раза)

3. И.п. то же. 1 – шаг правой ногой назад со степа, локти свести за спиной, 2 – и.п.; 3 – то же левой ногой, 4 – и.п. (4 раза)

4. И. П. – стоя на степе, ноги врозь руки перед грудью. Приставной шаг на степе вправо – влево. (4 раза)

6. И. П. сидя на степе руки, упор сзади, 1 – поднять правую ногу, 2 – и.п. то же левой ногой (4 раза)

7. Прыжки И. П. Правая нога на степе, левая на полу, прыжком поменять ноги, руки у груди. Чередование с ходьбой.

2. Упражнение на дыхание «сдуем с ладошки все проблемы и заботы».

С целью приобщения воспитанников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни включаем в работу технологию «Школа мяча». Моя основная задача – научить всех детей владеть мячом на достаточно высоком уровне.

Даю воспитанникам представление о сущности спортивных игр с мячом, их правилах, знакомлю со стойкой готовности баскетболиста. Учу воспитанников правилам ведения мяча, ведению мяча на месте и вокруг себя, шагом и бегом. Одновременно с ловлей мяча учу воспитанников передаче его двумя руками сначала с места, в дальнейшем - в движении. Обучаю не только индивидуальному умению владения мячом, так и действию в микрокомандах – парами, тройками, пятерками.

Использование игрового парашюта позволяет совершенствовать двигательные навыки детей, воспитывать умение действовать в коллективе согласованно. Игровой парашют – это яркая ткань, состоящая из нескольких цветных секторов, у которой по кругу расположены ручки.

Уникальность парашюта и игр с ним не нуждается в представлении и рекламе — развернутый парашют сразу же собирает вокруг себя ребят. В игре с ним отсутствует соперничество, она воспитывает дух сотрудничества, учит последовательным действиям и распределению усилий. В то время как большинство игр для детей развивают мышцы нижней части тела, игра с парашютом укрепляет главным образом мышцы плеч, предплечий и кистей рук. Создавая с помощью парашюта гигантские волны, дети совершенствуют свои навыки моторного восприятия и развивают чувство ритма.

Игра «Море и волны» подходит для любого возраста, она помогает как активизировать группу, так и успокоить. Начинаем с мелких волн, потом раскачиваем парашют всё сильнее, устраиваем шторм, потом постепенно уменьшаем волны, приговаривая, что ветер стал слабее, волны утихают, и на море штиль.

Игра «Перемена мест», развивает ориентировку в пространстве и координационные способности, скоростно-силовые способности детей.

Поиграем! Нужно встать по кругу по кругу, лицом к парашюту, руки хватом за цветовой сектор, произносим слова:

Скучно, скучно, нам стоять,

не пора ли пробежаться,

нам местами поменяться.

Раз, два, три.

Педагог продолжает, и называет любой цветовой сектор- КРАСНЫЕ БЕГИ!

Дети, стоящие под этим цветом, пробегают под парашютом и меняются местами с другими детьми. Правила игры:Меняются местами только дети под названным цветовым сектором, остальные высоко держат парашют. Выигрывает тот, кто быстрее всех из своей команды поменяется местом.

В целях сохранения и укрепления здоровья воспитанников в нашем дошкольном учреждении используются различные оздоровительные технологии и методики, одна из нетрадиционных – йога, а именно ее базовая ступень – хатха – йоге. Используемая методика адаптирована для детей дошкольного возраста.

Гимнастика с элементами хатха-йоги доступна детям дошкольного возраста. Для детей йоговские упражнения – это профилактика сколиоза, астмы, воспитанники увереннее координируют свои движения, у них повышается иммунитет и общий тонус, устойчивость к простудным заболеваниям и стрессам.

Все упражнений йоги предлагаю воспитанникам в игровом контексте, обращаясь к воображению и эмоциям детей, что позволяет поддержать интерес к занятию, помогает в удержании внимания. Например, балансируя в позе дерева, воспитанники называют вслух свои любимые деревья, удержать позу удается гораздо дольше и получается это лучше, чем обычно.

А сейчас давайте вместе с вами поучаствуем в практике. Я расскажу вам йога сказку!

В далекой-далекой стране под названием Индия жил со своими родителями мальчик Маугли. Однажды они отправились в гости в соседнюю деревню. Шли они шли и увидели высокую гору, поза горы, на языке йогов звучит как Тадасана, Встаньте прямо. Соедините стопы, при этом пятки и большие пальцы соприкасаются, если равновесие держать сложно, расставьте на расстояние не большее, чем ширина стопы. Должно появиться ощущение устойчивости, укорененности, колени подтяните, ноги держите в тонусе, круговым движением отведите плечи назад и вниз, руки вытяните вдоль ног, живот слегка втяните, будто легко прижимаете воздушный шарик к позвоночнику и удерживаете его. Раскройтесь, прижмите лопатки ближе к позвоночнику, потянитесь всем телом вверх, вытягивая и удлиняя линию позвоночника. Начинаем удерживать позу с 3-5 сек. доводим до 10 сек.

Наступила ночь. Путешественники решили остановиться на ночлег на небольшой поляне. Все легли и крепко уснули в позе ребенка. Предлагаю принять позу ребенка на языке йогов она звучит, как Баласана. Детям говорю, что для этого нужно лечь на спину, обхватить лодыжку согнутой правой ноги, прижать ее к животу. Внимание концентрируется на правой стороне живота. Так они удерживают позу в течение 5-6 секунд, затем возвращаются в исходное положение. То же самое делают с левой ногой, затем, прижимаем к животу обе ноги, стараясь коснуться коленей лбом или подбородком. Внимание сосредотачиваем на области пупка. Повторяем 2-3 раза. На дыхании внимание не заостряем, оно произвольное.Поза ребенка помогает укрепить мышцы брюшного пресса и спины, наладить пищеварение.

Вдруг из кустов кто-то громко зарычал. Тигр напал на путешественников и забрал Маугли с собой в джунгли. Но и там у него нашлись друзья. Волк, Медведь Балу, пантера Багира. Еще одним его другом стал гигантский удав по имени Каа. Они показали Маугли, как с помощью специальных упражнений можно научиться ловко владеть своим телом.

А мы сейчас примем любимую позу удава Каа. Бхуджангасана, поза змеи, развивает гибкость позвоночника, стимулирует работу внутренних органов, входит в комплекс упражнений для лечения и облегчения астмы. Выполняем эту асану в несколько этапов. Сначала делаем детеныша змеи, ложитесь на живот, руки находятся под плечами. Сделайте вдох и немного приподнимитесь вверх, поднимите голову и верхнюю часть туловищу, используя не силу рук, а мышцы спины. Локти находятся близко к телу и касаются ребер, ноги сведены вместе, носочки вытянуты. Это детеныш змеи, вернитесь в исходное положение и расслабьтесь. Теперь приподнимитесь больше, выпрямляя руки, но не прогибаясь до конца. Это большая змея. Аккуратно опуститесь на пол на выдохе, и, наконец, сам Каа (на полностью выпрямленных руках).

Когда Маугли уставал, он собирал свою усталость в мешок на выдохе наклонитесь вниз, руки вниз, расслабьте спину. «Соберите усталость» руками снизу – вверх в «большой мешок» и выбросите ее. Говорю детям, что поза и дыхание во время сбора усталости произвольные, комфортные для них. Настраиваю на расслабление всех мышц.

Сейчас мы выполняли асаны йоги, как вы себя чувствуете?

В заключении скажу, очень важно, что каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемые в комплексе в итоге сформируют у воспитанников стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, ценностное отношение к здоровью.

Надеюсь, я сумела вас убедить, что здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как одну из самых перспективных систем 21 века, и вы будете применять их на практике.

Богомолова Л.Г., воспитатель

филиала МБДОУ «Приданниковский детский сад № 5» -

 «Подгорновский детский сад»

МО Красноуфимский округ

**Здоровый ребенок – результат совместных усилий детского сада и родителей**

Долголетие, или долгожительство - социально-биологическое явление, характеризующееся доживаемостью человека до высоких возрастных рубежей, значительно превышающих среднюю продолжительность жизни. Долголетие тесно связано со здоровьем человека. Здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь.

К сожалению, многие взрослые не соблюдают самых простейших, обоснованных наукой норм здорового образа жизни, забывая о том, что именно они служат примером подражания для своих детей. Для нормального функционирования человеческого организма и сохранения здоровья необходима определенная «доза» двигательной активности, и она зависит от возраста человека. В современном обществе существует большое количество различных спортивных технологий по оздоровлению организма, но одним из самых популярных упражнений, рекомендованных для профилактики, оздоровления являются бег, ходьба, плавание. Не стоит забывать, что данные упражнения эффективны только тогда, когда выполняются системно и циклично. Так же трудно ожидать требуемого эффекта без дополнительных мер: правильного питания, закаливания, здорового образа жизни.

 В нашей дошкольной организации строго соблюдаются все три основных принципа сохранения и улучшения здоровья. Во-первых: правильное питание, которое организовано в детском саду с учетом требований Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13.

Во-вторых: закаливание – это определенная система мероприятий, повышающих сопротивляемость организма. В России уделялось повышенное внимание к закаливанию детей еще в начале двадцатого века, так в1910г. вышла книга Г. Сперанского о закаливании детей грудного и ясельного возраста «О закаливании детского организма». Основная мысль книги в том, что закаливание следует начинать с самого раннего детства и продолжать в течение всей жизни, видоизменяя формы и методы его применения в зависимости от возраста. Мы начали закаливание детей еще в 1 младшей группе. Соблюдение принципа постепенности особенно важно для детей, так как детский организм еще не обладает большой сопротивляемостью. Чтобы был эффект от закаливания необходимо постепенно усиливать нагрузку. Поэтому, вначале мы делали обтирание ног влажным полотенце, затем обливали ноги теплой водой, чтоб дети привыкли к процедуре и она доставляла им радостные ощущения. Осенью во второй младшей группе начали процедуры с теплой воды, постепенно довели ее до комнатной температуры. Нельзя прерывать начатые мероприятия, поэтому закаливание проводим ежедневно после дневного сна, в выходные дни родители следят за выполнением данной процедуры. Доступность средств закаливания в том, что они всегда под рукой, главное в том, что их можно использовать в том или ином виде, в любое время года, в любых условиях. Они не требуют сложной аппаратуры и специальных кабинетов, способы их применения не представляют затруднений. Обязательно при закаливании руководствуемся принципами: постепенность, системность, учет индивидуальности ребенка.

В-третьих: становление у детей дошкольного возраста ценностей здорового образа жизни. А для этого в ходе образовательной деятельности - развиваем у детей навыки личной гигиены; формируем у дошкольников элементарные представления о полезности, целесообразности физической активности и личной гигиены (при проведении занятий обращаем внимание детей на значение конкретного упражнения для развития определенной группы мышц; при выполнении гигиенической процедуры рассказывают о ее влиянии на состояние кожи, зубов и пр.); поддерживать возникновение у детей в процессе физической активности положительных эмоций, чувства «мышечной радости»;

Используем различные здоровьесберегающие технологии такие как: физминутки, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика, релаксация. Во время проведения непосредственной образовательной деятельности применяем разнообразные формы организации детей (стоя в кругу, сидя на ковре, стоя за столами); растяжки и забавные упражнения во время НОД по физической культуре; динамические паузы, подвижные игры в перерывах между НОД. Активно привлекаем родителей к формированию у ребенка ценностей здорового образа жизни: организуем консультации, беседы с родителями; разрабатываем памятки. Например: если вы желаете здоровья своим детям, необходимо перестроить уклад семьи на принципах ЗОЖ:

* живите в определенном режиме труда, отдыха, питания;
* начинайте день с утренней зарядки (не менее 30 мин);
* бросьте курить, объясняя своим детям, что это форма самоубийства;
* оставьте за порогом своего дома недовольство ценами, правительством, руководством, неудачами и плохим самочувствием;
* не становитесь рабами телевидения, особенно в выходные дни, найдите время для общения с природой;
* имейте сильную волю, чтобы приобрести сильные привычки;
* вы желаете, чтобы ваш ребенок вырос добрым, внимательным, готовым поддержать вас - вам нужно самим уделять максимум внимания своим родителям.

Каждый человек имеет большие возможности для укрепления и поддержания своего здоровья, для сохранения трудоспособности, физической активности и бодрости до глубокой старости. Статистика, исследования, наблюдения, да и просто здравый смысл свидетельствуют о неоценимом положительном влиянии занятий оздоровительной физической культурой на организм человека, а следовательно, на продолжительность человеческой жизни.

Вяткина Н.Г., инструктор по физической культуре филиала

МБДОУ «Приданниковский детский сад № 5» -

«Александровский детский сад»

МО Красноуфимский округ

**Взаимодействия инструктора по физической культуре с родителями по физическому развитию детей дошкольного возраста**

 Аннотация: физическое воспитание и развитие дошкольника, сотрудничество, партнерство, преемственность, физкультурно-оздоровительная деятельность.

 Дошкольная организация и семья - две основные социальные структуры, определяющие уровень здоровья ребёнка. Их воспитательные функции различны, но для всестороннего развития детей необходима их согласованная работа. Признание приоритета семейного воспитания требует новых форм и отношений семьи и дошкольного учреждения — сотрудничества и взаимодействия.

 Сотрудничество - это общение «на равных», активная помощь друг другу, диалог, развивающий участников. Овладевать искусством вести диалог, искать позитивные способы и новые формы общения необходимо и родителям, и педагогам.

 Поэтому задача педагогов состоит в том, чтобы убедить родителей в важности физического развития и приобщения ребёнка к ЗОЖ, осуществлять систематическое, разностороннее педагогическое просвещение семьи, включая передачу теоретических знаний и оказание помощи в приобретении практических навыков, а также в распространении положительного опыта семейного воспитания детей.

 В работе по физическому воспитанию, организованную с семьями воспитанников, я использую разнообразные формы, средства и методы.

 Ежегодную работу с родителями я начинаю с участия в родительских собраниях, позволяющая мне познакомиться с семьями воспитанников и на основе личной беседы выявлять потребности и желания родителей в вопросах физического воспитания.

Безусловно, на родительских собраниях невозможно получить ответ на все вопросы, поэтому я провожу анкетирование, для получения объективной картины значимости физической культуры и спорта в семье; выясняю занимаются ли родители спортом, интересуются ли они спортивными достижениями ребенка, а также стремятся ли они к привлечению детей к физической культуре.

 Важной формой работы с родителями считаю проведение консультаций, а так же вывешивание в приемных групп папок с рекомендациями по обучению детей различным видам движений, комплексами ОРУ, примерами игр. Папки пополняются в течение года, в зависимости от времени года и пожеланий родителей.

 Так я использую и нетрадиционные формы работы. Одной из форм — это мастер-классы по темам «Здоровые ноги», «Развиваем мелкую моторику», «Тренажёры дома», по изготовлению нетрадиционного оборудования для укрепления здоровья.

 В нашем ДОУ проходит открытая образовательная деятельность, которая демонстрирует, чему воспитанники научились за год. Родители наблюдают за детьми, что дает возможность увидеть результаты воспитательно-образовательного процесса, осознать особенности личности ребенка и его индивидуальность.

 Помимо открытых занятий я провожу и совместные физкультурные занятия родителей и детей, целью которых является формирование двигательных навыков у детей и обучение родителей. Такие занятия дают возможность родителям заниматься физкультурой вместе с детьми; помогают создать атмосферу радости от совместной двигательной деятельности, снизить дефицит общения.

 Хорошей традицией в детском саду стала организация выставок совместных работ детей и родителей «Любим спортом заниматься!». Многие родители с удовольствием принимают в них участие, приносят фотографии, рисуют.

 Конечно, невозможно представить себе жизнь ребенка в детском саду без веселых досугов и развлечений, шумных праздников и соревнований.

 Отличительной особенностью спортивных праздников для детей является то, что все они проходят при активном участии родителей, которые с удовольствием играют в игры, соревнуются с детьми и между собой.

 Такие физкультурные досуги проходят очень эмоционально, в них много шуток, юмора, соревновательного задора. В ДОУ стало традицией проведение спортивных праздников «Папа мама я – спортивная семья», «Семейные старты», «Защитники Отечества», «Зарядка вместе с мамой» и многое другое

 В современных условиях дошкольного образования, с переходом на новые российские стандарты – ФГОС, проблема взаимодействия ДОУ и семьи в последнее время является очень актуальной, так как родители хотят видеть своего малыша здоровым и воспитанным. Для этого детскому саду нужны отношения сотрудничества, которые позволят педагогам сделать процесс воспитания более качественным и превратить его в открытую образовательную систему. Именно поэтому сотрудничество семьи и детского сада нашло отражение в различных направлениях физкультурно-оздоровительной деятельности педагогов нашего дошкольного учреждения, которое строиться на принципах совместной деятельности и предусматривает координацию педагогического взаимного воздействия на ребёнка, а также развитие его личности.

Для того, чтобы взаимодействие с семьями воспитанников по физическому воспитанию было более эффективным в ДОУ используются разнообразные формы, средства и методы физкультурно - оздоровительной деятельности.

Такие мероприятия помогают не только приобщать взрослых к спортивной жизни ДОУ и города, но и преодолевать барьер недоверия к детскому саду, лучше узнать своих малышей, а у детей вызывают положительные эмоции и чувство гордости за родителей.

Одно из нововведений в нашем ДОУ - совместные двигательные занятия, которые учат общаться друг с другом, повышают эмоциональный настрой, дают возможность наглядно продемонстрировать состояние физического развития детей и физическую подготовленность, в конечном счёте сплачивают семьи. Мероприятия по укреплению здоровья ребёнка, проводимые в детском саду, дополняются ежедневными упражнениями и играми в домашних условиях с учётом индивидуальности ребёнка. Тем самым у детей формируется положительное отношение к занятиям физической культурой. Взаимодействие с родителями ведёт к единству. Такое сотрудничество улучшает взаимопонимание и повышает степень доверия родителей в ДОУ.

Взаимодействие семьи и детского сада по формированию здорового образа жизни у дошкольников - это длительный процесс и кропотливый труд, требующий от педагогов и родителей терпения творческого взаимопонимания. Успех сотрудничества семьи и ДОУ во многом зависит оттого, насколько педагог активно приобщает родителей в образовательный процесс, даёт возможность узнать и почувствовать на себе как их малыш живёт в детском саду.

В детском саду стало традицией проведение спортивных праздников для детей и родителей и экскурсии.

      Таким образом, применение в работе ДОУ различных форм взаимодействия с родителями помогает повысить эффективность деятельности по оздоровлению детей и сформировать устойчивые стереотипы здорового образа жизни в своей семье.

**Библиографический список**

1 Интернет ресурс. Курсовая работа. "Взаимодействие детского сада и семьи в физическом воспитании и развитии детей дошкольного возраста".

2. Белая К.Ю. Инновационная деятельность ДОУ: методическое пособие / К.Ю. Белая. — М.: ТЦ Сфера, 2005.с.

3.Богарова Н.И. Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста - М.: 2004.

4.  Доронова Т.Н. Вместе с семьей: пособие по взаимодействию ДОУ и родителей / Т.Н. Доронова, Г.В. Глушкова, Т.И. Гризик и др. — М.: Просвещение, 2005. — 190 с.

Гайнутдинова М.В., воспитатель

МБДОУ детский сад № 30

ГО Красноуральск

**Особенности развития познавательных интересов детей старшего дошкольного возраста через мотивацию на здоровый образ жизни:**

**игры – упражнения, которые лечат**

Трудно поспорить с тем, что в основе, всестороннего развития человека лежит здоровье. Есть здоровье, человек жизнерадостен, хватает сил на саморазвитие, успешную жизнь, а нет здоровья, так и остается на месте, теряя то, что у него было. Именно для успешного будущего наших детей, следует заложить основы здоровья, сформулировать правильное представление о здоровом образе жизни.

Ребенка практически невозможно заставить целенаправленно выполнять какие-либо, даже самые полезные упражнения. Ребенку должно быть интересно это делать не потому, что «надо» и «полезно», а потому, что ему это нравится.

**Актуальность:** В связи с тем, что здоровье детей находится в критическом состоянии, вопросы охраны здоровья детей и мотивации здорового образа жизни, стали одним из важнейших направлений деятельности ДОУ.

**Проблема:**

• Неосведомленность о важности закаливающих процедур, особенностях развития познавательных интересов у детей дошкольного возраста, через сюжетные, развивающие, дидактические, подвижные и другие игры.

• Отсутствие у детей представления о роли игры для здорового образа жизни дошкольников и роли в физическом развитии.

• Малоподвижный образ жизни родителей и детей.

**Цель:** Укреплять здоровье детей с помощью весёлых, занимательных и подвижных игр.

Именно поэтому я предлагаю использовать адаптированные, измененные в виде игры упражнения по оздоровлению и профилактике заболеваний.

В результате использования лечебных игр удается не только лечить детей, но и оказывать влияние на всестороннее, гармоничное физическое и умственное развитие, формирование необходимых навыков, координации движений, ловкости и меткости.

В картотеке игр Галанова А.С. для детей в возрасте от 5 до 7 лет (используемых в практической работе) подобраны разнообразные игры по каждому виду заболеваний:

- болезни дыхательной системы (при заболеваниях верхних дыхательных путей необходимо восстановить носовое дыхание);

- респираторный аллергоз, бронхиальная астма, астматический бронхит;

- общие бронхолегочные заболевания;

- болезни сердечно – сосудистой системы;

- аномалии прикуса;

- нарушение осанки;

- плоскостопие.

- после перенесенных инфекционных заболеваний и др.

*Общие рекомендации для проведения игр и критериями усталости организма:*

* для ребенка во время болезни следует выбирать игры, не вызывающие большой психофизиологической нагрузки;
* продолжительность игры до 10—15 минут, при условии переключения с одной игры на другую с перерывами на отдых, музыкальными заставками и пением;
* игры следует комбинировать и сочетать;
* желательно проводить игры по нескольку раз в день (3 – 4 р.);
* игровой материал должен быть ярким, голос ведущего заинтересовывающим и, может быть, даже интригующим. Взрослый сам должен «включиться» в игру;
* следует учесть, что дети могут часто забывать и путать правила;
* необходимо проветрить комнату перед игрой, очистить нос от слизи, чтобы правильно осуществлять носовое дыхание.

Представляем вашему вниманию картотеку игр, по нескольким видам заболеваний, которые используем в своей работе с детьми.

**ИГРЫ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПРАВИЛЬНОЙ ОСАНКИ**

«*Совушка*»

 Цель игры: тренировка различных навыков передвижения; быстроты реакции, воспитание выдержки, терпения; укрепление мышц туловища и конечностей.

*«Восточный официант»*

Цель: развитие координации движений, равновесия, укрепление мышечного «корсета» позвоночника.

**ИГРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ПРОФИЛАКТИКУ ПЛОСКОСТОПИЯ**

*«Поймай комара"*

Цель игры: развитие быстроты реакции, внимания; формирование правильной осанки; укрепление связочно-мышечного аппарата голени и стоп.

*«Ловкие ноги»*

 Цель игры: развитие координации движений, чувства равновесия; укрепление мышц туловища, связочно-мышечного аппарата стоп.

**ИГРЫ ДЛЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ ОТСТАВАНИЯ В ПСИХОМОТОРНОМ РАЗВИТИИ У ДЕТЕЙ, ЧАСТО БОЛЕЮШИХ ОСТРЫМИ РЕСПИРАТОРНЫМИ ВИРУСНЫМИ ИНФЕКЦИЯМИ**

*«Лиса - плутовка»*

Цель игры: развитие умения быстро бегать, прыгать, ориентироваться в пространстве, воспитание решительности в действиях.

**ИГРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ПРОФИЛАКТИКУ БОЛЕЗНЕЙ ДЫХАТЕЛЬНОЙ СИТЕМЫ**

***«****Петушок дудит в рожок»*

Цель: укрепление круговой мышцы рта, тренировка навыка правильного носового дыхания при спокойно сомкнутых губах.

*«Король ветров»*

Цель: тренировка навыка правильного носового дыхания, укрепление мышц лица.

**В результате** использования мною лечебных игр, не только лечим детей, но и способствуем всестороннему гармоническому, физическому и умственному развитию, дети лучше запоминают правила игры, становятся более внимательными, идет работа по коррекции физических отклонений, формируются необходимые навыки, координация движений, ловкость и меткость. Все эти игры позволяют проводить лечебно - профилактические занятия в веселой, занимательной форме.

Голубчикова С.С., воспитатель

структурное подразделение «Детский сад»

МБОУ «Карагайская СОШ № 2»

с. Карагай Пермского края

**Здоровым быть - модно!**

Тема о здоровье человека, актуальна во все времена, здоровье нельзя купить или удержать лекарством. Но есть другое средство – это движение. Физические упражнения, движение должны прочно войти в быт каждого человека, который хочет сохранить работоспособность, здоровье. Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. Главное условие для растущего организма дошкольного возраста является двигательная активность. В нашей, группе созданы все условия для полноценного физического развития и оздоровления детей.

Оборудован физкультурный уголок: в нём есть весь необходимый материал для самостоятельной двигательной деятельности, атрибуты для подвижных игр, физкультурное оборудование для гимнастики после сна, оборудование для индивидуальной профилактической работы с детьми. Накоплен материал: дидактических игр и пособий по культуре поведения, основам здорового образа жизни, рациональному питанию, соблюдению правил безопасного поведения и правил личной гигиены.

В рамках работы по реализации программы развития детского сада, а именно решая задачу вовлечения родителей воспитанников в единое образовательное пространство, организована работа Клуба «Молодая семья».

**Цель работы клуба**: Привлечение родителей к мероприятиям спортивного и оздоровительного цикла.

По словам **В. А. Сухомлинского:***«Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических дефектов».*

В начале учебного года т.е. в сентябре совместно с родителями воспитанников создали план на 2019 – 20 учебный год по здоровью сбережению.

 Мы составили, как спортивные, так и познавательные мероприятия для детей и взрослых.

Начали год с благоустройства детской площадки. В сентябре организовали **субботник.** Сделали мотоциклы, разноцветную змею из колёс, чтоб дети развивались, упражнялись в ходьбе с держанием равновесия, беге, подлезании. В зимнее время площадку пополнили ледяными постройками.

**В «Международный день девочек»** Надежда Геннадьевна Караваева мама Ивана, провела с детьми познавательную беседу с играми, разными атрибутами. Рассказала о жестоком отношении к девочкам в далёкой стране Англии. И только несколько лет спустя 11 октября создали «Международный день девочек» для того, чтобы все девочки, женщины были под защитой государства, жили свободно, были весёлыми, счастливыми. Таким образом, воспитываем любовь и уважение к женскому полу.

**18 ноября «День рождения Деда Мороза»** - мама воспитанника Наталья Николаевна Жвакина, рассказала о истории возникновения Российского Деда Мороза и сказочных героях разных стран и городов. Например: Снегурочка из Костромы, Кикимора из Кирова, Баба – Яга из Ярославской области и т. д. Коллеги нашего Деда Мороза: Санта-Клаус из Финляндии, Чисхан — якутский Дед Мороз, карельский Паккайне, зимний сказочник Микулаш из Чехии, Лель из Тихвина. Наталья Николаевна показала презентацию сказочных героев в национальных костюмах. Провела познавательное, весёлое развлечение с зимними подвижными играми. Так мы отметили «День рождение Деда Мороза».

**15 декабря в «Международный день чая»,** родительница, Оксана Васильевна Дьячкова провела с детьми познавательное занятие с чаепитием. Дети определяли травы по запаху. Узнали, при каких болезнях они помогают выздороветь людям. Угостила детей чаем из разных полезных трав. Предварительно обговорив все детали с родителями детей, чтоб не было медицинских противопоказаний.

Продолжаем посещать с детьми и родителями нашей группы, удивительную **«Страну фантазий»** в Центре Инновационно-коммуникационных Технологий. Собирая из мелких и крупных деталей Lego фигуры и разные постройки, у детей развивается интерес к совместным играм, фантазия, творчество, мелкая и крупная моторика, положительные эмоции всех присутствующих участников.

Не обходимся и без **наглядной информации.** В родительском уголке также можно найти предлагаемую информацию о профилактике разных болезней и игр во время больничного листа с ребёнком.

Для любителей активного времяпровождения, родительский актив организовали поездку в **бассейн** и провели игры с мячом на воде. Эта форма работы способствует укреплению мышц всего организма детей и развивает положительные эмоции.

Собрались дружным коллективом в **поход** на дальние пески к **реке Обве.** Сергей Дмитриевич Меньшиков папа Кирилла организовал для детей и родителей спортивную стрельбу из духовки по шарам. Максим Николаевич Мельшин собрал желающих посоревноваться в метании дротиков на меткость. Мяч нам пригодился в футбольном матче между родителями и детьми. Закончился наш поход вкусным застольем. Данная форма работы очень любима и взрослыми и детьми, так как у всех есть возможность больше уделить внимание друг другу, а так же происходит сплочение детско-родительского коллектива.

А в **«Международный день мальчиков, сыновей»** – семья Меньшиковых провели спортивное развлечение **«А ну-ка мальчики!».** Ребята попробовали свои силы в качестве танкистов, артериристов и т.д.

В зимние каникулы провели **акцию «Все на лёд!» и на зимнюю прогулку…** Получили заряд бодрости, массу положительных эмоций.

В январе, мы с Анной Владимировной Мальцевой мамой Максима провели занимательный **вечерок «Витаминный кузовок».** Загадали загадки и познакомили детей с новыми подвижными играми.

На 23 февраля мы с инструктором по физической культуре Надеждой Барисовной провели детско-родительскую **игру «Военные силы».** Папы показали отличные навыки в военной подготовке, что является прекрасным образцом для подражания сыновей.

В планах на будущее:

Весной с Людмилой Николаевной Анфёровой, совместно с детьми посадим **лук, петрушку, укроп и оформим «Огород на окне».** Позже свежую зелень во время обеда покрошим в суп для поддержания детского организма – профилактика гриппа.

В ближайшее время с родительским активом соберёмся и составим план мероприятий на **неделю здоровья.** Родители снова готовы совместно с детьми сдать **ГТОпо физическому развитию** и получить грамоты. В прошлый год от этой недели у всех остались положительные эмоции и впечатления.

**3 мая «Международный день солнца»** – мы запланировали снова поездку в бассейн с играми на площадке.

**15 мая «День семьи»** – запланирована семейная игра **«Зарница»** на развитие смелости и выносливости.

**9 июня «Международный день друзей»** – запланировали поход с батутами, бадминтоном и разным спортивным инвентарём на спортивную базу. Ответственные за это мероприятие Конюшко О. О., Беклемышева Н. А. и Анфёрова Л. Н.

**Анализируя результаты деятельности с родителями,** делаю вывод, что родители с удовольствием принимают участие в совместных мероприятиях с детьми и у них есть желание продолжать работу в данном направлении. Думаю, что встречи в нашем клубе проходят продуктивно, на пользу родителям и нашим детям. Родители стали более инициативны, смелее. Они проявляют творчество, выдумку, фантазию в целях претворения новых идей. Считаем, что совместная деятельность с родителями осуществляется успешно и эффективно.

Дьячкова Н.Б., инструктор по физической культуре

структурное подразделение «Детский сад»

МБОУ «Карагайская СОШ № 2»

с. Карагай Пермского края

**Воспитание интереса старших дошкольников к здоровому образу жизни**

Настоящее время достаточно быстро характеризуется изменениями природной и социальной среды, а также ведет к физическим, психическим, культурным, нравственным и другим переменам каждого человека. Поэтому самой актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. В.А.Сухомлинский писал: "Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье ребенка - это важнейший труд воспитателя:".

Здоровье рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет человеку быть активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности.

Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботится о своем здоровье с детства.

Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста мотивов, понятий, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его с помощью приобщения к здоровому образу жизни. Но особенно важно знать детям о значимости воспитания здорового образа жизни в условиях Крайнего Севера.

Желательно проводить занятия по воспитанию здорового образа жизни. Для более полной, эффективной и системной работы и были разработаны предлагаемые занятия, которые помогут в работе каждого педагога.

**Цель и задачи:**

*Цель занятий -* формирование убеждений и привычек здорового образа жизни в условиях дошкольного образовательного учреждения.

***Данная цель реализуется посредством следующих задач :***

Дать детям общее представление о здоровье, как о ценности, расширить представления детей о состоянии собственного тела, узнать свой организм, научить беречь свое здоровье и заботится о нем .

Помочь детям в формировании привычек здорового образа жизни, привитию стойких культурно - гигиенических навыков.

Расширят знания дошкольников о питании, его значимости, о взаимосвязи здоровья и питания.

Формировать положительные качества личности ребенка, нравственного и культурного поведения - мотивов укрепления здоровья.

Формирование здорового образа жизни в условиях детского сада.

Общеизвестна истина, что здоровье, здоровый образ жизни - та ценность, которая остается неизменной на протяжении всей жизни человека. Привычка к здоровому образу жизни может стать тем условием, которое позволит расти и правильно развиваться каждому ребенку. Меняются времена, программы и методики, но формирование привычки к здоровому образу жизни остается лучшей традицией и главным условием воспитания дошкольников. Формирование ценностного качества личности возможно только при условии его целенаправленного формирования как в детском саду, так и в семье.

В решении столь важной задачи не обойтись без тесного сотрудничества всего коллектива детского сада, без участия и поддержки родителей воспитанников.

Работа по сохранению и укреплению здоровья детей должна вестись планомерно в нескольких направлениях. Мы готовы поделиться своим опытом и рассказать об основных, и, на наш взгляд, наиболее важных из них.

Первое направление - контроль физического воспитания и проведение закаливающих процедур. Для решения основной задачи физического воспитания детей дошкольного возраста в детском саду есть все возможности: отдельный спортивно - музыкальный зал. Но главным фактором правильно выстроенной работы всё-таки является человеческий фактор.

Занятия физкультурой, в старших группах круглогодично на улице проводится утренняя зарядка. В течение года проводятся спортивные праздники, развлечения: Дни Здоровья, Дни Нептуна, «Семейные старты». Причем все эти мероприятия организовываются и проводятся совместно с родителями воспитанников. Два раза в год проводится обследование детей на физическую подготовленность и выносливость. Также с младшей группы, начиная после периода адаптации, проводятся закаливающие мероприятия. При этом, естественно, учитывается группа закаливания и, обязательно, мнение родителей.

Большая работа ведется по ознакомлению родителей с методиками проведения закаливающих процедур, как в детском саду, так и в семье. Разъясняется необходимость соблюдения основных принципов закаливания: постепенность, последовательность, систематичность, индивидуальность.

Другое важное направление - лечебно-оздоровительная работа. Для всех детей здесь обязательны чередующиеся курсы витаминных препаратов, и также чередующиеся курсами фитосборы. Среди последних наиболее важны «настойка элеутерококка» и «экстракт корня солодки». Летом -световоздушные и солнечные ванны, «босоножие». В любое время года - прогулки, сон с доступом свежего воздуха.

Все оздоровительные мероприятия проводятся только с согласия родителей воспитанников, важно
предоставить родителям полную информацию. Но не менее важно рекомендовать мероприятия для семейной профилактики.

Организация питания детей - еще один приоритет в работе ДОУ.

Полноценное и сбалансированное питание особенно важно в детском возрасте. Только разнообразная пища обеспечивает организм ребенка необходимыми веществами для его роста и развития. Разумно организованное питание в детском саду позволяет сформировать правильное пищевое поведение и вкусовые привычки не только самого ребенка, но и родителей.

В детском саду разработана система нестандартных названий блюд в меню. Читая утром это необычное меню вместе с родителями, у детей повышается не только интерес к процессу приема пищи, но и аппетит. Круглый год в рационе детей свежие овощи и фрукты.

Еще одно важное направление профилактическая работа - ведется по общепринятым в дошкольных учреждениях разделам: организация и проведение профилактических прививок, профилактические осмотры и контроль за организацией работы по соблюдению санитарно-противоэпидемического режима. Перед тем, как поставить прививку, в обязательном порядке ведётся беседа с родителями каждого ребенка. Также им выдаётся памятка о мерах, необходимых к соблюдению после прививки ребёнка.

Различные формы включает в себя санитарно-просветительная работа. Это и издание различных буклетов, индивидуальные беседы, выступления на родительских собраниях. Но самое главное, что в просветительской работе принимают участие и сами дети, и их родители. Наиболее популярны и любимы такие акции, как выставка стенгазет в детском саду «Здоровая семья», фото вернисаж «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья», выставка плакатов «Остановим грипп, пока грипп не остановил нас», конкурс на лучший слоган по теме «Прививки нам важны, прививки всем нужны» и т.д.

Таким образом, целенаправленная работа сотрудников детского сада дает ценную возможность сотрудничества с семьей воспитанников по вопросам укрепления и сохранения здоровья, позволяет сформировать у детей привычку к здоровому образу жизни.

Калянова Е.Е, Шмелева Н.В., воспитатели

МАДОУ № 39 «Гнездышко»

ГО Богданович

**Здоровьесберегающие технологии в ДОО**

 Дошкольный возраст обоснованно считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. В этом возрасте более интенсивно развиваются различные способности, формируются нравственные качества, вырабатываются черты характера. Именно в данном возрастном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств, необходимых для эффективного участия ребенка в различных формах двигательной активности, что, в свою очередь, создает условия для активного и направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей дошкольника.

 Введение в педагогику понятия «здоровье ребенка» становится общепризнанной ценностью и направляет развитие педагогических исследований на поиск оптимальных условий воспитания у ребенка ценностного отношения к здоровью и становлению благоприятных условий для его сохранения.

 Актуальность проблемы здоровья детей обусловлена тенденциями развития российского образования, связанными с созданием здоровьесберегающих технологий. Сохранение и укрепление здоровья являет собой одну из приоритетных задач системы дошкольного образования и требует внедрения определенных инноваций и принципиально новых подходов к решению этих задач.

 Формы и виды деятельности, направленные на здоровьесберегающую деятельность:

- Различные формы организации образовательного процесса с учетом его психологического и физиологического воздействия на организм дошкольников.

- Соблюдение санитарно-гигиенических норм организации образовательно-воспитательного процесса, нормирования видов нагрузки и профилактики утомления детей.

- Мероприятия, направленные на укрепление здоровья детей, создание условий для их гармоничного развития.

Несмотря на вышеперечисленное, всё-таки проблемы здоровья дошкольников можно решать в детском саду, однако не путём их превращения в лечебные учреждения, а за счёт более широкого включения в воспитательно-образовательный процесс психолого-педагогических и оздоровительных технологий, то есть использование основ здоровьесбережения в работе с детьми.

 Возраст 5-7 лет характеризуется активизацией ростового процесса, изменяются пропорции тела. Совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности. Заметно улучшается координация и устойчивость равновесия, столь необходимые при выполнении большинства движений. У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук.

 Сенсомоторное развитие в дошкольном возрасте составляет фундамент умственного развития, а умственные способности начинают формироваться рано и не сами собой, а в тесной связи с расширением деятельности, в том числе и общей двигательной и ручной.

На сегодняшний день в арсенале педагогов, занятых воспитанием и обучением детей с такими нарушениями, имеется обширный практический материал, включающий традиционные методы, так и нетрадиционные технологии.

Виды здоровьесберегающих технологий:

**Традиционные:** (Беседа, использование литературных произведений, обучающих мультипликационных фильмов, побудительные вопросы, дидактические игры, пальчиковая гимнастика, гимнастика дыхательная, артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз, информирование детей по теме «Здоровье»)

**Нетрадиционные:**

Самомассаж, игровой массаж

- Массажеры «Су- Джок»,кольца массажные «Су-Джок»

- Коврик массажный модульный «Орто»

 Одной из нетрадиционных здоровьесберегающих технологий общепризнанной и доказавшей свою значимость является «Су-Джок**».** Упражнения с использованием техники Су-Джок обогащают знания ребенка о собственном теле, развивают тактильную чувствительность, мелкую моторику пальцев рук, опосредованно стимулируют речевые области в коре головного мозга, а так же способствуют общему укреплению. Кроме того, они помогают разнообразить занятия и повысить интерес, способствуют созданию благоприятного психофизиологического комфорта для детей во время занятия. Су–Джок технология является одним из эффективных нетрадиционных методов, обеспечивающих развитие познавательной, эмоционально-волевой сфер ребенка и благотворно воздействует, на весь организм в целом.

Упражнения с использованием Су-Джок обогащают знания ребенка о собственном теле, развивают тактильную чувствительность, мелкую моторику пальцев рук, опосредованно стимулируют речевые области в коре головного мозга, а так же способствуют общему укреплению организма и повышению потенциального энергетического уровня ребенка. Кроме того, они помогают организовать занятия интереснее и разнообразнее, создают благоприятный психофизиологический комфорт детям во время занятия.

Также используется массажная дорожка, как технология здоровьесбережения, в работе с детьми дошкольного возраста.

Массажные коврики и дорожки применяются с целью:

1. Закаливание организма.

2. Профилактика и коррекция плоскостопия.

3. Развития чувства равновесия и координации движений.

4. Сохранение и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

 Массажные коврики – дорожки имеют несколько видов рельефной поверхности, а, следовательно, отличаются степенью воздействия на стопы ребенка. Во время ходьбы по этим дорожкам, дети сопровождают свои действия речью, трогают, щупают руками поверхность и детали дорожки, отмечая качество материалов, из которых они сделаны: колючие или нет, мягкие или твердые, шершавые или гладкие. К тому же дети приучаются ходить друг за другом в колонне, не толкаться, сдерживать себя. Ходьба по массажным дорожкам – это прекрасное средство тренировки мышц стопы. Ребенок ставит ножку по-разному, при этом по-разному работают различные мышцы, а нервные окончания получают различные сигналы и в результате получается тренировка нервно-мышечной системы. И все это происходит в игре, благодаря чему ребенок испытывает положительные эмоции.

Упражнения с нестандартным оборудованием способствуют совершенствованию функции равновесия и двигательного контроля, формируют правильную осанку, укрепляют мышцы свода стопы.

Корнилова О.В., педагог дополнительного образования

МАУДО «Дворец творчества»

ГО Красноуфимск

**«Здоровьесберегающие технологии в работе педагога дополнительного образования»**

Во Дворце творчества реализуется дополнительная общеразвивающая программа физкультурной направленности «Ритмика и танец» для детей 3 – 6 лет. Срок реализации программы - 3 года

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребенка. В эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного, эстетического и физического развития ребенка, формируется личность человека.

Анализ состояния здоровья детей дошкольного возраста показывает, что за последнее десятилетие количество абсолютно здоровых детей снизилось с 23 до 15% и увеличилось количество детей, имеющих хронические заболевания, с 16 до 17,3%. В среднем по России на каждого дошкольника приходится не менее двух заболеваний в год. Приблизительно 20-27% детей относится к категории часто и длительно болеющих. Почти 90% детей дошкольного возраста имеют стандартные отклонения в строении опорно-двигательного аппарата - нарушение осанки, плоскостопие, неравновесный мышечный тонус, слабость мышц брюшного пресса, не оптимальность соотношения статических и динамических движений. В подавляющем большинстве дети, начиная с дошкольного возраста, страдают дефицитом движений и сниженным иммунитетом. Их мышечная нагрузка уменьшается в силу объективных причин: у детей практически нет возможности играть в подвижные игры во время прогулки, да и некоторые родители чрезмерно увлекаются интеллектуальным развитием своих детей (компьютерные игры, посещение разнообразных кружков).

Программа реализуется в комплексе программ СЭВ «Лира». Образовательная деятельность в СЭВ «Лира» направлена на развитие мотивации личности к познанию и творчеству, формирование базовых представлений о здоровом образе жизни, потребности в сохранении укреплении здоровья обучающихся, на адаптацию воспитанников к жизни в обществе, формирование их общей культуры. Перед поступлением в студию проводится диагностика с целью изучения особенностей проявления у детей музыкальных способностей и физических данных. Одной из приоритетных задач данной программы «Ритмика и танец» является формирование осанки, укрепление здоровья, физическое развитие. Содержание программыразработано с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построено по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка увеличивается постепенно, усложняются творческие задания, уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности обучающихся. Образовательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности.

Танцевальные занятия ритмикой развивают детей физически и укрепляют здоровье: правильно развивают костно-мышечный аппарат, формируют красивую фигуру. Занятия ритмикой и танцами готовят человека к жизни, закаляют тело и укрепляют здоровье, содействуют его гармоничному физическому развитию, способствуют воспитанию необходимых черт личности, моральных и физических качеств.

В процессе обучения дети учатся координировать движения. Так же занятия помогают развить природные физические данные, такие как шаг (растяжка), подъем, гибкость, прыжок и даже артистичность, так как в процесс обучения входит изучение простых танцевальных движений и постановка небольших хореографических композиций. Более того, занятия способствуют раскрепощению детей, приобретению навыков взаимодействия в группе, раскрытию индивидуальности и положительно влияют на умственное развитие ребенка.

Занятия, ритмикой направлены на повышение физических возможностей ребенка путем равномерного развития всей мышечной системы, а также на профилактику и коррекцию некоторых физических недостатков (сутулость, искривление позвоночника, плоскостопие, укрепляются мышцы и связки, становятся подвижными суставы, совершенствуются движения). У детей, которые занимаются этим видом творчества, повышается выносливость, укрепляются стенки сосудов и сердечная мышца за счет увеличенной нагрузки. Кровь циркулирует быстрее, что исключает застойные явления, а это помогает бороться с любым воспалительным процессом. Как следствие, дети гораздо реже болеют. Кровь насыщает все органы, а главное, головной мозг, кислородом, полезными веществами, что способствует их развитию. Танцы помогают гармонично развить все группы мышц, что благоприятно сказывается на фигуре.

На практике используются такие упражнения: для укрепление мышц спины: ходьба на носочках руки в сторону, «Лягушка», «Корзиночка», «Балеринка» (для девочек, для мальчиков «Самолетик», «Кошечка».

Для мышц брюшного пресса «Ножницы», «Велосипед», подъем прямых ног из положения лежа.

Для профилактики плоскостопия ходьба на пяточках, «Мишки» на внешней стороне ступни, «Гармошка».

На психологическое развитие и здоровье занятия ритмикой тоже влияют весьма положительно. Ребенок, который увлечен этим видом искусства, тренирует волю, учится терпению, а также гораздо реже испытывает проблемы с самооценкой. Танец предполагает изучение красивых движений, что помогает принять себя и свое тело, учит владеть им практически в совершенстве. Легкость, а также изящество движений предполагает перенос этих качеств и в сферу общения. Ребенок раскрепощается, у него повышается самооценка, он становится намного увереннее.

Велико влияние ритмики и танцев на развитие интеллекта. Свобода движений помогает совершенствовать творческое мышление, способствует развитию способности к импровизации и спонтанности. Умение разработать стратегию поведения в танце – целая наука, которую дети способны быстро и легко освоить.
 Воспитать ребенка здоровым – это значит, с самого раннего детства научить его вести здоровый образ жизни. Его основные компоненты: рациональный режим, систематические физкультурные занятия, использование эффективной системы закаливания, правильное питание.

Кочева Г.Е., инструктор по физической культуре

МАДОУ ЦРР – детский сад № 24 «Улыбка»

г.Чайковский, Пермский край

**Сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста посредством катания на роликовых коньках**

Как правило, современные дети ведут малоподвижный образ жизни по ряду различных причин: увлечения электронными играми; неполноценное питание, ведущее к ожирению; экологическая обстановка и многое другое. Все это серьезно сказывается на здоровье детей. Поэтому, задача взрослого поколения привить у детей потребность и понимание значимости в сохранении и укреплении своего здоровья. В данном вопросе нам могут помочь роликовые коньки. Катание на роликовых коньках очень популярно в настоящее время. По данным Международной федерации роликового спорта, сегодня в мире на роликах катается более 100 миллионов человек. Следовательно, роллер-увлечение можно с уверенностью считать активным видом деятельности, которое позволяет сохранять и укреплять здоровье. Исследованию этой темы посвящены работы ведущих специалистов, таких как, Вавилова А.В., Геллер Е.М., Быстрова В.А. Регулярная езда на роликовых коньках положительно воздействует на формирование детского организма: развиваются все группы мышц, улучшается осанка, тренируется сердце, дыхательные органы и вестибулярный аппарат.

Как видим, роликовый спорт становится все более популярным, поэтому возникла идея разработать программу дополнительного образования по обучению детей катанию на роликовых коньках.

**Цель**: оптимизация физического развития ребенка и совершенствование его физических качеств.

**Задачи:**

1. Сформировать начальные навыки в катания на роликах;
2. Способствовать развитию функциональных возможностей детского организма;
3. Способствовать приобщению ребенка к здоровому образу жизни;
4. Воспитывать нравственные качества по отношению к окружающим: доброжелательность, чувство товарищества.

Одно из преимуществ роллер -увлечения состоит в том, что начинать учиться можно практически с раннего возраста. Но помимо желания ребенка и согласия родителей, перед началом обучения учитываю уровень физической подготовленности детей. Специалисты: психологи и роллер-тренера утверждают, что, если ребенок уверенно ходит и бегает, прыгает на двух ногах и на одной ноге, балансирует на невысоком бордюре, не боится качаться на качелях – он готов к освоению нового навыка. При этом ребенок должен четко реагировать на замечания взрослого, уметь следовать и последовательно выполнять несложные инструкции, его не должны пугать падения и ощущение неустойчивости. Не мало важным фактором, является медицинский допуск дошкольника к обучению катанию на роликовых коньках, при некоторых диагнозах специалисты не рекомендуют ролики детям, а иногда такое занятие может быть и противопоказано.

Программа разработана для детей дошкольного возраста от 4 до 7лет, имеющим 1 и 2 группы здоровья. Занятия проводятся 1 раз в неделю, во второй половине дня. Программа обучению катанию на роликовых коньках составлена и распределена на время всего учебного года. Учитывая климатические особенности нашей территории, где холодные месяца года занимают около 6 месяцев, то обучению обучения катанию на роликовых коньках стала проводить в спортивном зале. Данный опыт работы описывается в работе автора С.В. Романова «Обучение катанию на роликовых коньках как способ круглогодичного повышения двигательной активности учащихся».

Обучение катанию на роликах детей дошкольного возраста в спортивном зале включает в себя ряд положительных моментов:

* всегда можно подержаться за стену;
* падение более мягкое, чем на асфальте;
* активная деятельность не зависит от погоды;
* малое пространство зала помогает воспитывать у детей чувство товарищества.

**При организации деятельности обучения катанию детей на роликах руководствуюсь основными принципами педагогики**:

* «от простого к сложному»;
* «постепенности и систематичности»;
* «посмотри и повтори».

**Вся деятельность делится на этапы:**

**Первоначальный этап «Знакомство с роликовыми коньками»**. На этом этапе обращаю внимание детей на устройство коньков, учу надевать и снимать. Для наглядности позы роликобежцев демонстрирую иллюстрации, фотографии: ноги немного расставлены, стопы параллельно, туловище слегка наклонено вперед. Во время бесед, наблюдений дошкольникам объясняю правила поведения: катание в порядке очередности и в одном направлении, почувствовал усталость — сядь и отдохни на скамейке. Именно на этом этапе учу детей правильно падать; стоять несколько секунд на одном коньке, руки вытянуты в стороны; имитировать отталкивание ногой на месте; скользить на обеих ногах с поддержкой; отталкиваться поочередно то правой, то левой ногой (2—3 раза) и скользить на двух ногах.

**Основной этап «Я учусь».** На данном этапе идет закрепление движений, уже имеющихся после начального этапа обучения, а также даю новые двигательные навыки катания на роликовых коньках: энергично отталкиваться и длительно скользить на одном коньке, скользить длинными шагами (гигантскими шагами); скользить друг за другом, придерживаясь дистанции; тормозить плугом; кататься, размахивая руками, сочетая их с работой ног; кататься между кеглями (расстояние между ними 100 см, 80м, 70см, 50см); кататься с изменением темпа; кататься с изменением направления; с пружинистыми полуприседаниями; в парах; с выполнением заданий: «Не задень предмет», «Принеси мяч», «Сделай восьмерку»; «Собери мячи», «Поверни за кеглей влево (вправо)», «Поверни у кегли и после поворота вправо (влево) подними предмет», «Возьми обруч и медленно кати рукой его по дорожке». Воспитанникам предлагаю выполнить такие упражнения как: «Фонарики», «Восьмерка», «Змейка», «Монолайн» и др.

**Заключительный этап «Я умею, я смогу».** На этапе закрепления, стоят такие задачи, как: совершенствование техники скольжения на роликовых коньках в игровых заданиях: «Гаражи», «Гонки парами», «След в след» и др. Большое внимание уделяю отработке умения быстро переходить с одного движения на другое. Детям предлагается участие в эстафетах и индивидуальных соревнованиях. Даю задания, которые способствуют развитию творческой импровизации детей и помогают раскрыть личностные качества ребенка «Двигайся под музыку», «Изобрази животного», «Придумай фигуру». Провожу открытые отчетные занятия в присутствии родителей. Готовлю детей к участию и выступлению в танцевальных постановках на городских и краевых фестивалях

Катание на роликах не только интересная физкультурная деятельность, но и помощник на пути к здоровому телу и долгой активной жизни, это полноценная аэробная тренировка, не хуже велосипеда или бега трусцой. Роллер - увлечениене просто инструмент для улучшения здоровья и физической формы для людей всех возрастов, но и увлекательный микромир. Именно поэтому процесс саморазвития становится интересным для самого ребенка и потребность в подвижном образе жизни входит в привычку с самого раннего детства!

Маслакова Н. В.воспитатель

 МАДОУ «Детский сад №1»

Камышловский ГО

**Здоровьесберегающие технологии в художественно-эстетическом развитии дошкольников**

В настоящее время особое внимание уделяется творческому развитию личности. Выявление способностей у детей и правильное их развитие – одна из важнейших педагогических задач нашего детского сада «Ромашка». Художественная деятельность выступает, как ведущий способ эстетического воспитания и развития детей дошкольного возраста. Изобразительная деятельность детей (рисование, лепка, аппликация) относится к сфере изобразительного искусства. Обучение рисованию, лепке, аппликации, конструированию способствует умственному, нравственному, эстетическому и физическому воспитанию дошкольников.

В учебном процессе я использую необычные средства изображения: коктейльные трубочки, ватные палочки, парафиновую свечу, расческу, зубную щетку, нитки… Такое нестандартное решение помогает нам развивать детскую фантазию, воображение, снимает отрицательные эмоции.

В последнее время так же появилась потребность в здоровьесберегающих технологиях в дошкольном образовании. Под этим сложным названием скрывается система, которая позволяет в период обучения ребенка в дошкольном учреждении не только получать нужные знания, но и сохранять и даже укреплять свое здоровье. Главная цель здоровьесберегающих технологий – правильное, последовательное и гармоничное обучение детей, без ущерба для их здоровья. В процессе занятий, в частности и по изодеятельности по мере того, как дошколята начинают уставать, я предлагаю им увлекательную физическую паузу с использованием тех инструментов, которые находятся на столе у ребенка. Так, например, на занятиях по изотворчеству, где используются карандаши, фломастеры, восковые мелки, кисточки, мы используем пальчиковую гимнастику. Пальчиковая гимнастика для детей ценна тем, что она: стимулирует развитие обоих полушарий мозга и высшей нервной деятельности вообще; активизирует и развивает речь, повышает грамотность, развивает воображение, артистизм и память. Я использую упражнения:

1) Косичка (держать карандаш (фломастер, кисточку) вертикально указательным и большим пальцами одной руки за верхний конец. Перехватывая пальцами то одной, то другой руки, двигаться вниз до другого конца карандаша).

2) Мотор (соединить ладони пальцами вперёд. Карандаш (фломастер, кисточку) в вертикальном положении между ладонями. Перемещать ладони вперёд-назад, передвигая карандаш, постепенно ускоряя темп, затем замедляя) и т.д.

3) Крючки (карандаш находится в горизонтальном положении. Зацепить его указательными пальцами за концы. Попеременно отрывая пальцы-«крючки» от карандаша, снова цеплять его, передвигая пальцы к середине до их сближения), к пальчиковой гимнастике можно добавить проговаривание стихов.

Карандаши, фломастеры, восковые мелки, кисточки можно использовать и в артикуляционной гимнастике, используя упражнение - «Прокати карандаш» (положить карандаш на стол перед собой. Улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу («Лопаточка») и медленно, на выдохе подуть на карандаш так, чтобы он покатился).

Также эти предметы можно использовать и в зрительной гимнастике. Гимнастика для глаз способствует расширению зрительно-двигательной активности, стимулирует нервные окончания и дает отдых утомленному зрению.Регулярная гимнастика для глаз, повышает работоспособность зрения, улучшает кровообращение, предупреждает развитие некоторых заболеваний глаз. Используем техники визуального тренинга, где необходимо следить за двигающимся предметом.

На занятиях по изотворчеству, где используются нетрадиционные материалы, например, зубные щетки можно провести самомассаж.  Самомассаж – это совокупность поглаживаний, растираний, разминаний и вибраций, которые ребенок выполняет сам по поверхности своего тела.

         Самомассаж тренирует сосуды и способствует лучшему снабжению кислородом внутренних органов. Делая самомассаж, ребёнок укрепляет мышцы рук и пальцев, снимает мышечное напряжение, разминает ту или иную часть тела или лица. Мы используем такие упражнения:

 1) Дождик (постукивание зубной щеткой по поверхности всего тела),

 2) Рельсы (поглаживание, растирание) т.д.

Самомассаж можно использовать и с применением ватных палочек, зубочисток, шпажек, бусинок, горошинок и т.д.

На занятиях, где используются коктейльные трубочки, можно не только выдувать цветную краску, но и выполнять дыхательные упражнения. Дети очень любят упражнение:

1) «Рыбалка» (Задача - используя притяжение воздуха через трубочку перенести рыбку из миски на стол, а затем — назад. Можно устроить веселое соревнование, кто вперед, кто больше и т.д.).

2) Подуйте на карандаш, чтобы он укатился на противоположный конец стола, но не упал и т.д.

От того, насколько правильно и рационально производится вдох и выдох, напрямую зависит и качество будущей речи. Нарушения функции речевого дыхания приводит к неправильному произнесению фраз в будущем, отсутствию плавности речи, интонационным ошибкам. Помимо прочего, дыхательная гимнастика является также важным «оружием» в борьбе за крепкое здоровье.

Так же коктейльные трубочки можно использовать и в динамической паузе. Игра «Передай колечко» (без помощи рук, зажав коктейльную трубочку губами – передать колечко соседу).

Наиболее интересным видом художественной деятельности является аппликация, где мы можем использовать всевозможные материалы. С этими же материалами мы можем провести увлекательные физминутки, где будем использовать салфетки, цветную бумагу и ткань. Используем такие упражнения:

1) «Носик-художник». Исходное положение - лист в вытянутых руках на уровне глаз «рисуем цифру 8 носом*»* 2-3 раза.

2) «Подзорная труба». Исходное положение - ноги на ширине плеч, лист свернуть в виде трубочки– поворот туловища вправо, влево. Также можно поискать предмет в группе (например - часы).

3) Подбрасывание, подбрасывание с добавлением хлопка, приседания, оборота вокруг себя.

4) Порвать листок на мелкие кусочки(снятие эмоционального напряжения), «Салют» Собрать кусочки и подбросить вверх.

Так же с этими материалами можно выполнить комплекс дыхательной гимнастики.

Таким образом, можно сказать, что все перечисленные технологии, используемые в развитии изобразительной деятельности детей, не будучи по своей сути новыми, приобретают сегодня новое звучание и актуальность, все они являются здоровьесберегающими, а изобразительная деятельность, в основе которой заложено использование инновационных методик, традиционных и нетрадиционных приемов, техник и технологий оказывает положительное влияние на здоровье ребенка. Использование разных видов здоровьесберегающих технологий в педагогическом процессе направлено на улучшение ситуации со здоровьем подрастающ

Миридонова О. В.,инструктор по физической культуре,

Мельцина И. В.,музыкальный руководитель,

МАДОУ № 39 «Гнездышко»

ГО Богданович

**Расширение возможностей для физической активности детей посредством дополнительного образования**

В мире высоких компьютерных технологий, слишком частого пользования гаджетами, появляется проблема снижения физической активности людей, том числе, и детей. В последнее время наблюдается тенденция к ухудшению здоровья нации, связанное с малоподвижным образом жизни.

По мнению академика Н. А. Амосова, «современный ребёнок сталкивается с тремя пороками цивилизации: накапливанием отрицательных эмоций без физической разрядки, перееданием и гиподинамией, что является причиной ухудшения здоровья».

В связи с этим обстоятельством к физическому воспитанию в целом, и к физической активности детей, в частности, в дошкольных образовательных учреждениях предъявляются более высокие требования. В соответствии с ФГОС ДО «физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становления целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и другое). Один из целевых ориентиров на этапе завершения дошкольного образования диктует следующее: «у ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими». Для достижения данной цели особенно актуальным становится расширение возможностей для физической активности детей, чему в немалой степени способствуют программы по дополнительному образованию.

В МАДОУ №39 «Гнёздышко» ГО Богданович реализуются следующие программы по дополнительному образованию для детей старшего дошкольного возраста: «Юные спортсмены» и «Весёлая ритмика для дошколят».

Программа «Юные спортсмены» направлена на моторно одарённых детей. Дети с высоким уровнем двигательной подготовки не получают возможности реализовать имеющийся потенциал в полном объёме в рамках образовательной программы, поэтому для обеспечения индивидуальной траектории развития таких детей была разработана программа по дополнительному образованию.

Выявление детей с высоким уровнем двигательной подготовки в дошкольном возрасте проводится на основе наблюдений, изучения возрастных особенностей и определённых тестов.

В процессе занятий в кружке осуществляется более глубокая индивидуальная работа с каждым ребёнком, включающая в себя следующие виды деятельности:

- общеразвивающие упражнения;

- строевые упражнения;

- основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, упражнения на равновесие, метание, ползание, лазанье);

- упражнения на спортивных снарядах (гимнастическая стенка, турник, батут, гимнастические кольца, диск здоровья, боксёрская груша);

- игровые упражнения и игры с элементами спорта: волейбол, баскетбол, хоккей, футбол, бадминтон, городки.

Материал занятий в кружке ориентирован на развитие у детей старшего дошкольного возраста высоких спортивных достижений.

В результате занятий в кружке у детей проявляется стойкий интерес к занятиям спортом, дети предпочитают двигательную активность в свободной деятельности, развивается сплочённость коллектива, а также совершенствуются двигательные функции организма (координация, ловкость, меткость, выносливость). По результатам диагностики «Общероссийская система мониторинга физического развития детей» (Утверждено Постановлением Правительства РФ 29 декабря 20001 года №961) дети, посещающие кружок, имеют повышенный результат по одному и более показателям.

Программа кружка «Весёлая ритмика для дошколят» направлена на физическое и художественно-эстетическое развитие детей.

Ритмика – один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, её характер, образы передаются в движениях. Ритмические движения с музыкальным сопровождением весьма полезны для роста и развития детей. Обучать ритмике необходимо всех детей, развивая в них глубокое «чувствование», проникновение в музыку, творческое воображение, формируя умение выражать себя в движениях.

Содержание программы взаимосвязано с программой по музыкальному воспитанию детей в дошкольном учреждении, а также включает в себя элементы оздоровительно-развивающей программы «Са-Фи-Дансе» по танцевально-игровой гимнастике Ж. Фирилёвой и Е. Сайкиной. Кроме того, танцевальную часть программы составляют элементы программы О. Усовой «Театр танца». Учебный материал включает в себя элементы игрогимнастики, игроритмики, а также танцы различных жанров: народные, классические, современные. Учебный материал построен в соответствии с возрастными особенностями детей и с учётом их первоначальной музыкально-ритмической подготовки.

В процессе занятий в кружке дети учатся более глубоко чувствовать музыку, самостоятельно двигаться под музыку, выражая своё отношение к ней посредством создания творческих композиций из знакомых танцевальных движений. Игровая ненавязчивая форма занятий помогает поддерживать интерес детей к музыкально-ритмической деятельности, сохранить физическое и эмоциональное здоровье дошкольников.

Занятия в кружках вызывают у детей радостное приподнятое настроение, повышают уровень развития двигательных навыков, стимулируют их двигательную активность. Дети, посещающие кружки, успешно принимают участие в спортивных соревнованиях, а также в творческих конкурсах и фестивалях ГО Богданович. Таким образом, работа по дополнительному образованию в ДОО помогает решать не только проблему малоподвижного образа жизни воспитанников, способствует сохранению их здоровья и гармоничному развитию, но и побуждает детей к активной жизненной позиции, позитивному проявлению себя в обществе.

Детство – это уникальный период в жизни человека, в процессе которого формируется здоровье и осуществляется развитие личности. Из детства ребёнок выносит то, что сохраняется потом на всю жизнь. Сформированная в детстве привычка к здоровому и активному образу жизни, даёт ребёнку хороший старт на здоровое и активное долголетие.

Мишарина В.М., инструктор по ФК

 МАДОУ детский сад 8

ГО Красноуфимск

 **Профилактика нарушений осанки и плоскостопия при организации двигательной деятельности в ДОУ**

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – одна из актуальнейших проблем нашего времени.

Количество детей с нарушением осанки за последние 30 лет увеличилось в 3 раза и составляет по данным разных исследований, от 60 до 80 %, т.е. четыре ребенка из пяти имеют деформации опорно – двигательного аппарата.

Нарушением опорно-двигательного аппарата является плоскостопие – деформация стопы, характеризующаяся уменьшением или отсутствием внутреннего продольного свода стопы и наклоном пятки внутрь. Свод стопы начинает формироваться в период активной ходьбы и должен быть сформирован к трем годам. Стопа – фундамент, опора нашего тела, и любое нарушение ее развития может отражаться на осанке ребенка.

Не менее серьезное влияние на здоровье и развитие ребенка-дошкольника оказывает отклонение в формировании правильной осанки. При правильной осанке физиологические изгибы позвоночника хорошо выражены, имеют равномерный, волнообразный вид, лопатки расположены параллельно и симметрично, плечи развернуты, ноги прямые. Правильная осанка имеет не только эстетическое, но и физиологическое значение: она способствует нормальной деятельности внутренних органов, так как отклонения в осанке отражаются на их функциях. Профилактика и устранение нарушений осанки – процесс длительный, требующий от ребенка активного участия и осознанного отношения.

С целью профилактики нарушений осанки и плоскостопия у детей, и повышения их двигательной активности встала необходимость использования в организации двигательной деятельности в детском саду соответствующих комплексов упражнений.

На занятия физической культуры в разминку были включены комплексы упражнений на коррекцию и укрепление свод стопы.

Такие комплексы можно использовать, как на месте, так и в ходьбе. Например: в ходьбе – ходьба «на кулачках», ходьба «Алладинчиком», ходьба «на внешней стороны стопы», ходьба «на носках», перекаты «с пятки на носок», ходьба «Цапля», ходьба «с мячами», ходьба «на канате»; на месте – перекаты «с пятки на носок», перекаты «гимнастической палки», «катание мяча», «сожми пальцы ног», «волна ступней» и т.д.

 В течение занятия физической культурой в системе используются следующие корригирующие упражнения на укрепление осанки:

* с предметами (мяч, скакалка, гимнастическая палка) на месте сидя – «прокатывание» мяча вперед/в стороны, «наклоны» в сторону, «повороты» и т.д.;
* лежа на спине – «велосипед», «ножницы», «ходьба в воздухе», «солнышко» и т.д.;
* лежа на животе – «морская звезда», «планка попеременно левая нога\правая рука и наоборот», «планка», «уснуть\проснуться» и т.д.

Более углублённая работа по профилактике и частичной коррекции нарушений опорно-двигательной системы организована в процессе реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Адаптивная физическая культура».

На занятиях выполняются упражнения разного уровня сложности. К первому уровню сложности относятся упражнения: лежа на спине/животе без предметов, так называемые статические упражнения. И комплекс второго уровня сложности с предметами: боссу, фитбол, валик, гимнастическая палка и т.д. Упражнения могут выполняться лежа на спине\животе.

Простые по форме упражнения, направленны на формирование правильной осанки, исправление дефектов позвоночника и стопы, укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем организма ребенка, которые дают возможность тренировать как сердечную, так и дыхательную мускулатуру.

Профилактика нарушений осанки и плоскостопия при организации двигательной деятельности в ДОУ необходима для систематического комплексного сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей посредством реализации современных адаптированных условиям дошкольного учреждения оздоровительных технологий. Эти технологии носят сугубо профилактический характер и направлены на укрепление физического развития детей дошкольного возраста.

Никифорова Г.А., воспитатель

МАДОУ Детский сад 18

ГО Красноуфимск

*«Знает лишь мудрость порой одна*

*Какая всем нашим мечтам цена,*

*Все дело в здоровье, его друзья,*

*Ни славой, ни златом купить нельзя!»*

*Р.Гамзатов.*

**Использование здоровьесберегающих технологий**

**в формировании здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраста**

С каждым годом возрастает процент детей, имеющих отклонения в здоровье, наблюдается тенденция непрерывного роста общего уровня заболевания среди детей дошкольного возраста. Это связано с множеством негативных явлений современной жизни: непростыми социально-экономическими условиями, экологическим неблагополучием; массовым распространение алкоголизма, курения, наркомании; слабой системой здравоохранения и воспитательной базы образовательного учреждения и семьи. От уровня психического и физического положения населения, от состояния его здоровья зависит благополучие общества в целом, поэтому проблема формирования представлений детей о здоровом образе жизни детей представляется в современном обществе актуальной.

 В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а так же необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной в моей работе и работе нашего дошкольного учреждения. Проблема поиска новых, эффективных форм, средств, методов физического воспитания и оздоровления детей. Поэтому очевидным является поиск путей решения проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников, подготовки их к здоровьесбережению.

Здоровьесберегающие технологии – это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

В дошкольном учреждении современные здоровьесберегающие педагогические технологии различаются видами, временем проведения в режиме дня и методикой проведения:

- Динамические паузы (физкультминутки) провожу во время организованной образовательной деятельности, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Часто включаю в динамические паузы элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

- Подвижные и спортивные игры использую как часть физкультурного занятия, на прогулке, в группе – малой и со средней степенью подвижности. Игры подбираю в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем.

- Релаксация. Можно проводить в любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, определения интенсивности технологии. В своей деятельности использую как классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), так и звуки природы.

- Пальчиковая гимнастика полезна для всех, но больше в ней нуждаются те дети, у которых наблюдается речевая задержка. Развивая руку ребенка, тем самым активизирую речевую моторику и подготавливаю руку детей к письму.

- Гимнастика дыхательная стала неотъемлемой частью оздоровительной работы. Комплексы дыхательной гимнастики способствуют выработке правильного дыхания, предупреждению простудных заболеваний. От правильного дыхания в значительной степени зависит здоровье детей. Для дыхательных упражнений использую в своей работе не только воображаемые предметы (понюхать цветок, попыхтеть, как паровоз), но и раздаточный материал (перышки, снежинки, бабочки и т. д.). При проведении дыхательных упражнений, часто применяю звуковое подражание, например, как шумят листья: ш-ш-ш и т. д., тем самым автоматизируем звуки родного языка.

- Зрительная гимнастика в моей деятельности направлена на улучшение и сохранение зрения, является профилактикой близорукости и дальнозоркости. «Волшебные» игры для глаз – это тренировка глазных мышц детей и успех здорового зрения в будущем. Например, «Письмо носом»: закрыть глаза и, используя нос, как кисточку, рисовать им в воздухе.

- При проведении гимнастики пробуждения использую различную форму проведения: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий дошкольного учреждения.

- Комплексы упражнений для утренней гимнастики меняю каждые две недели, провожу систематически и ежедневно.

- Прежде чем использовать самомассаж, объясняю ребенку серьезность процедуры и даю детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму, так как, самомассаж – это одна из разновидностей массажа, в которой ребенок, производя давление на определенные участки собственного тела, повышает свой жизненный тонус, избавляется от усталости и спасает себя от возможных заболеваний.

При игровом самомассаже для частей тела использую следующие приемы:

1. Поглаживание – легкий поверхностный прием, при котором кисть руки, плотно прилегая к телу, скользит медленно, ритмично, всегда по ходу тока лимфы.
2. Растирание – энергичное, со значительным давлением действия на ткани. Причем кожа вместе с глубоко лежащими тканями растираю в различных направлениях, необязательно по направлению тока лимфы.
3. Разминание – основной прием, который осуществляю короткими движениями рук, но с большим, чем при растирании, давлением.
4. Поколачивание – прием, выполняемый подушечками одного или четырех пальцев как двумя, так и одной рукой. (А. Уманская, А. В. Стахеева).

Организую активный отдых детей, стараюсь поднять эмоциональную сферу дошкольника, сформировать умение общаться и дружить.

- Артикуляционная гимнастика готовит органы речи наших воспитанников к правильному произношению звуков родного языка. Следует отметить, что это огромный каждодневный труд. Чтобы ребенку было интересно, создаю игровое настроение, похвалить его за старание. Если у ребенка что-то не получается, нужно дать ему время – и он обязательно научится. Ежедневный труд приносит положительные результаты: если в начале работы движения языка и губ были напряженными, то постепенно скованность исчезает, движения становятся свободными и координированными

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Только здоровый ребенок 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.

Николаева Е.Н., воспитатель

МБДОУ «Приданниковский детский сад № 5»

МО Красноуфимский округ

**Педагогическая деятельность по здоровьесбережению детей в условиях дошкольной образовательной организации**

(из опыта работы)

Проблема здоровья дошкольников в настоящее время очень актуальна. Чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении. Следует помнить о том, что только в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников здоровьесберегающим технологиям сохранения и укрепления здоровья приведут к положительным результатам.

Хочу поделиться небольшим опытом моей практики по здоровьесбережению детей в условиях дошкольной организации. Особую роль, на мой взгляд, необходимо отвести закаливанию, а точнее его систематичности. При систематическом закаливании ответная реакция организма ускоряется и совершенствуется. Привычка к раздражителю образуется лишь в том случае, если этот раздражитель действует непрерывно в течение более или менее продолжительного времени. В дошкольном возрасте детям очень нравиться всё мероприятия, которые включают использование воды. Они с удовольствием занимаются теми делами, где есть вода. Водные процедуры возбуждают нервную систему, поэтому их следует проводить после утреннего или дневного сна. В нашем случае ежедневно после дневного сна и выполнения ленивой гимнастики, мы с детьми включаем ряд упражнений, направленных на массаж стоп, после чего дети переходят к процедуре контрастного обливания ног. Начинали мы обливание с температуры воды +35 градусов (тёплая вода) и +32 градуса прохладная вода. Постепенно довели наши процедуры до +28, +23 градусов соответственно. Вытирание кожи после любой водной процедуры сухим полотенцем обеспечивает хороший ее массаж, способствует лучшему кровообращению, а, следовательно, и питанию, а огрубевшая кожа на ступнях притупляет болевые ощущения и возбудимость к холоду. Начинать хождение босиком надо в комнате, сначала по 1 минуте и прибавлять через каждые 5—7 дней по 1 минуте, доведя общую продолжительность до 8—10 минут ежедневно.

На протяжении многих лет я в своей практике использую ещё ряд некоторых профилактических мероприятий по сохранению и укреплению здоровья детей:

* Полоскание горла после каждого приёма пищи
* Контрастное обливание ног после дневного сна (со второй половины учебного года первой младшей группы)
* Употребление лука в пищу
* Массаж стоп втулками палочками из-под фольги
* Босохождение после дневного сна
* Хождение по массажным дорожкам
* Элементы самомассажа
* Дневная и вечерняя прогулки ежедневно в любую погоду
* Сон без маек
* Утренняя гимнастика
* Уход за полостью рта после обеденного приёма пищи

Анализ такой профилактической работы показывает, что за последние четыре года. процент посещаемости вырос с 55,5%; до 89 %, а число заболеваний с 9 до 3, в группе 42% детей – это дети очень редко болеющие 1 раз в год. Работая в тесном взаимодействии с родителями (законными представителями) мы пришли к выводу, что главное – это движение детей и их закаливание.

«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бегает, кричит, пусть он находится в постоянном движении», - Жан-Жак Руссо.

Первушина Т.Л., воспитатель

МАДОУ детский сад 8

ГО Красноуфимск

**Оздоровительные мероприятия в ДОУ как основа формирования здорового образа жизни дошкольников**

Здоровье– это если физиологичные и психологические процессы находятся в соответствии и гармонии друг с другом, тогда данное состояние будет означать здоровье... Здоровье человека характеризуется как гармоничное развитие, при котором все стороны ее жизнедеятельности, физиологичные и психические, физические и духовные, биологические и социальные, находятся в соответствии друг с другом

Французский философ Клод Гельвеций в своих трудах писал о положительном влиянии физического воспитания на здоровье человека: «Задача этого рода воспитания заключается в том, чтобы сделать человека более сильным, более крепким, более здоровым, следовательно, более счастливым, более часто приносящим пользу своему отечеству».

В настоящее время проблемой формирования здорового образа жизни занимаются ученые из различных областей знаний: медицины и физиологии В.Н. Дубровский, Ю.П. Лисицын, Б.Н. Чумаков, психологии О.С. Осадчук, экологии З.И. Тюмасева, А.Ф. Аменд и педагогики В.Г. Алямовская, Г.К. Зайцев, Ю.Ф. Змановский, М. Л. Лазарев, О.С. Шнейдер, О.В. Морозова, Т.В. Поштарева, Л.Г. Татарникова, О.Ю. Толстова.

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей — одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон «Об образовании РФ» (ст. 51), «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации». «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации» и др.

Задачи, которые решает Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования 1.6.1; 1.6.6, является обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Последние данные Министерства образования и науки Российской Федерации: по статистике, XXI век начался в России с резкого ухудшения такого существенного показателя как здоровье дошкольника. На 8,1% снизилось число здоровых детей. На 6,75% - увеличилось число детей с нарушениями в физическом развитии, предрасположенностью к патологии. На 1,5%-возросла численность детей 3 группы здоровья с выраженными отклонениями и хроническими заболеваниями.

На состояние здоровья детей влияют многие негативные факторы: повсеместно ухудшающаяся экологическая обстановка, снижение уровня жизни в целом по стране, снижение уровня социальных гарантий для детей в сферах духовного и физического развития, недостаток у родителей времени и средств для полноценного удовлетворения потребностей детей, увеличение числа неполных семей, технология воспитательно– образовательного процесса, личность педагогов, а также состояние и ориентация семейного воспитания.

В этих условиях проблема сохранения и укрепления здоровья дошкольников становится особенно актуальной. Сегодняшние дети – это будущее государства. В рамках государственной концепции сохранения здоровья детей большое внимание уделяется укреплению здоровья детей, и, прежде всего, формированию здорового образа жизни ребенка.

Отношение ребенка к своему здоровью является фундаментом, на котором можно будет выстроить потребность в здоровом образе жизни. Эта потребность зарождается и развивается в процессе осознания ребенком себя как человека и личности. Отношение ребенка к здоровью напрямую зависит от сформированности в его сознании этого понятия.

Соответственно, одной из приоритетных задач в профессиональной деятельности воспитателя старшей группы обозначено формирование у детей здорового образа жизни. Эффективным средством решения данной задачи, как показала практика, стало систематическое использование комплекса оздоровительных мероприятий в течение дня.

На сегодняшний день в ДОУ разработан и апробирован план организации оздоровительных мероприятий по возрастным группам.

План оздоровительных мероприятий для старшей группы включает:

1. Воздушные ванны (после сна и в летний период)
2. Умывание в течение дня холодной водой
3. Прогулки на свежем воздухе (картотека прогулок разработана по сезонам)
4. Дыхательная гимнастика (картотека разработана на учебный год в соответствии с возрастными особенностями детей)
5. Физкультминутки (картотека разработана на учебный год в соответствии с возрастными особенностями детей)
6. Хождение по «дорожке здоровья » ( в группе)
7. Утренняя гимнастика ( проходит ежедневно в спортивном зале)
8. Хождение босиком (после сна)
9. Пальчиковая гимнастика (картотека разработана на учебный год в соответствии с возрастными особенностями детей)
10. Обливание ног и мытье ног ( в летний период)

Анализ реализации вышеперечисленных оздоровительных мероприятий у детей старшего дошкольного возраста позволил сделать вывод о том, что основы здорового образа жизни у детей дошкольного возраста определяются наличием знаний и представлений об элементах здорового образа жизни (соблюдение режима, гигиенических процедур, двигательной активности), и умением реализовывать их в поведении и деятельности доступными для ребенка способами.

Путяшева Е.С.,воспитатель

МДОУ «Центр развития ребенка - детский сад «Дружба»,

Качканарский ГО

**Применение здоровьесберегающих технологий**

**для профилактики нарушений развития детей раннего возраста**

 Значение ранних периодов детства для развития личности и воспитания здорового ребенка трудно переоценить. В первые три года жизни закладываются наиболее важные и фундаментальные человеческие способности – познавательная активность, любознательность, уверенность в себе и доверие к другим людям, целенаправленность и настойчивость, воображение, творческая позиция и многие другое. Дети раннего возраста являются своеобразной группой риска в любом детском саду. Адаптация, смена режима, окружающей обстановки и прочие факторы неблагоприятно сказываются на здоровье малышей: дети часто и тяжело болеют. Вследствие этого, могут появляться различные нарушения их развития.

Нарушение развития у детей - это любое нарушение развития, возникающее в младенческом или детском возрасте, которое характеризуется задержкой биологически необходимых психических функций. Эти нарушения многоплановы и многоаспектны. Они выражаются в интеллектуальной, двигательной, речевой или сенсорной неполноценности. Отклонения в развитии бывают разных форм и разной степени выраженности.

В связи с этим появляется необходимость профилактических мероприятий по профилактике нарушений развития, охране и укреплению здоровья детей.

Наиболее эффективным способом профилактики нарушения развития у детей раннего возраста в условиях ДОУ можно считать здоровьесберегающие технологии.

Существует целая классификация здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании: по доминированию целей и решаемых задач, а также ведущих средств здоровьесбережения и здоровьеобогащения субъектов педагогического процесса.

В процессе работы в группах раннего возраста были опробованы различные виды здоровьесберегающих технологий и определены наиболее подходящие для детей данной возрастной группы.

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- закаливающие мероприятия,

- динамические паузы,

- подвижные и спортивные игры,

- пальчиковая гимнастика,

- гимнастика для глаз,

- дыхательная гимнастика,

- гимнастика пробуждения,

- использованием массажного Шарика су-джок.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни:

- утренняя гимнастика,

- физкультурные занятия.

3. Коррекционные технологии:

- артикуляционная гимнастика,

- музыкотерапия,

- сказкотерапия.

4. Технологии валеологического просвещения родителей, направленные на обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОУ, обретение ими валеологической компетентности:

- папки-передвижки,

- консультации, рекомендации, беседы,

- родительские собрания,

- информационные стенды для родителей, освещающие вопросы оздоровления без лекарств (комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры;

- информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми в ДОУ;

- приобщение родителей  к участию в физкультурно-массовых мероприятиях (соревнования, спортивные праздники, дни открытых дверей, Дни и Недели здоровья.

 5. Медико-профuлактические технологии, обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медсестры ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств:

- организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;

- организация и контроль питания детей, физического развития дошкольников, закаливания;

- организация профилактических мероприятий в детском саду;

- организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов;

- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ,

- углубленный медицинский осмотр с участием узких специалистов, приходящих из поликлиники,

- витаминопрофилактика (отвар шиповника в осеннее – зимний период, витаминизация третьих блюд с использованием аскорбиновой кислоты.

6. Физкультурно-оздоровительные технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка, развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников:

- закаливание,

- дыхательная гимнастика,

- массаж и самомассаж,

- профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки.

- беседы по валеологии;

- спортивные праздники;

- спортивные развлечения и досуги;

- недели здоровья.

7. Технологии социально-психологического благополучия ребёнка – технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника. Основная задача этих технологий обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника.

Реализацией данных технологий занимается психолог посредством специально организованных встреч с детьми, а также воспитатель и специалисты дошкольного образования в текущем педагогическом процессе ДОУ. К этому виду технологий можно отнести технологии психологического и психолого-педагогического сопровождения развития ребёнка в педагогическом процессе ДОУ.

8. Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования – технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.

Внедрение здоровьесберегающих технологий способствует воспитанию интереса ребёнка к процессу обучения, повышает познавательную активность и, самое главное, улучшает психоэмоциональное самочувствие и здоровье детей. Способствует снижению заболеваемости, повышению уровня физической подготовленности, сформированности осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.

Подготовка к здоровому образу жизни ребёнка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения для детей дошкольного возраста.

Семисынова Г.И., воспитатель

МКОУ «Крыловская СОШ»,

МО Красноуфимский округ

**Здоровый ребенок – счастливая семья!**

Среди значимых для человека ценностей одно из ведущих мест занимает здоровье. Мы желаем друг другу крепкого здоровья, когда встречаемся или прощаемся, потому что это основа счастливой и полноценной жизни. Доброе здоровье обеспечивает нам долгую и активную жизнь, способствует выполнению наших планов, преодолению трудностей, дает возможность успешно решать жизненные задачи. Особенно волнует проблема сохранения здоровья будущего поколения.

 В Законе РФ «Об образовании» говорится, что «родители являются первыми педагогами и обязаны заложить в ребенке основы физического, психического и интеллектуального развития личности в раннем детском возрасте». Именно в дошкольном возрасте закладывается фундамент здоровья, происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма, развиваются его адаптивные возможности, формируются движения, осанка, приобретаются физические качества, вырабатываются начальные гигиенические навыки и навыки самообслуживания. Приобретаются привычки, представления, черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Семья – первая и самая важная ступень в формировании личности человека. Ничто не может сравниться по силе влияния на развитие и здоровье детей с огромной ролью семьи. Семейное воспитание глубоко индивидуально и безгранично. Оно затрагивает самые сокровенные стороны жизни детей, которые не могут быть затронуты общественным воспитанием. Эмоциональный мир, формирующийся в семье, становится фундаментом сферы социальных чувств личности. Воспитание ребенка не требует каких-то особых мероприятий. Малыш, точно губка, впитывает духовно-нравственную атмосферу семьи, выстраивает модель «взрослых» отношений, наблюдая образ жизни родителей. Поэтому, для гармоничного развития ребенка обязательно нужно личное счастье мам и пап, нужна гармоничная семья.

В счастливой семье намного чаще дети растут здоровыми.

Формирование здорового поколения – это важнейший вопрос обеспечения будущего нации. А в решении этого вопроса огромная роль отводится семье, так как семья - первая ступенька к здоровью. Здоровье – неоценимое счастье в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия.

Фундамент здоровья человека закладывается в детском возрасте, а, следовательно, здоровые интересы и привычки, ценностное отношение к здоровью целесообразно начать развивать именно в этот период.

В настоящее время остро встала проблема болезненности населения. Все чаще и чаще мы узнаем о болезнях, которые добавляет нам экология, загрязненность воды, ненатуральные продукты. Ребенка надо приучать к здоровому образу жизни с самого раннего возраста.

Воспитывая детей дошкольников, внимание должно быть уделено следующим моментам:

1. Дети должны знать, как устроен наш организм, части тела, чем больной человек отличается от здорового. Для чего принимаются лекарства и когда. Взрослые своим примером и пояснениями учат детей все гигиеническим навыкам: мытье рук, чистка зубов, соблюдение режима дня.

2. Особое внимание уделяем питанию. Как правильно кушать, какими приборами, почему надо мыть фрукты и овощи и т.п.

3. Важно научить ребенка основам безопасности: улица – переходы – транспорт, соблюдение правил безопасности при занятиях спортом: коньки, санки и т.п. Ребенок должен знать, что делать, если случаются травмы или другие непредвиденные ситуации.

Что такое здоровая семья?

Здоровая семья – это семья, которая ведет здоровый образ жизни, в которой присутствует здоровый психологический климат, духовная культура, материальный достаток.

Сегодня семье отводится главенствующая роль в формировании здорового образа жизни. Семья – это основное звено, где формируются полезные привычки и отвергаются вредные. Первые впечатления у ребенка, связанные с выполнением определенного действия, черпаются из домашнего бытия.

Ребенок видит, воспринимает, старается подражать, и это действо у него закрепляется независимо от его неокрепшей воли. Выработанные с годами в семье привычки, традиции, образ жизни, отношение к своему здоровью и здоровью окружающих переносятся ребенком во взрослую жизнь и во вновь созданную семью. Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе.

Но если взрослые научат детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если они будут личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Задача состоит не только в том, чтобы подготовить ребёнка к жизни, но и в том, чтобы обеспечить ему полноценную жизнь уже сейчас. А полноценная жизнь может быть только у здорового человека.

Здоровье человека начинается с микроклимата в семье.

- Доброжелательные отношения между родителями, бабушками и дедушками.

- Полезное питание. Здоровая пища должна быть вкусной. Правильная организация работы пищеварительного тракта предотвращает заболевания человека, как взрослого, так и ребенка. Вредные вещества, попадающие в организм с пищей, не способствуют здоровью и трудоспособности.

- Положительные эмоции. Совместно проводимые праздники способствуют дружеским отношениям взрослых и детей.

- Совместная трудовая деятельность способна сблизить даже незнакомых людей, не то, что членов одной семьи.

- Воспитание личным поведением, исключающим алкоголь и курение.

- Взрослым и детям полезны совместные походы на природу. Зимние прогулки на лыжах и катание с горок на санках. Летнее купание в реке, осенние сборы грибов и ягод. Сочетание свежего воздуха с трудовой активностью способствует профилактике заболеваний.

Совместная деятельность родителей и детей по укреплению здоровья и ведению здорового образа жизни может решить проблему здоровья нации.

 Да, ребенок счастлив и весел только тогда, когда у него здоровая семья. Здоровая семья – это небосвод, на котором всегда светит солнце, взаимопонимание, уважение, любовь, дружба, совместные дела. Давайте будем помнить о том, что все: и взрослые, и дети хотят жить в мире красоты, фантазии и творчества. Какова наша семья, таковы наши дети, таково наше будущее.

И помните, ваше здоровье и здоровье детей - в ваших руках!

Сюзева Е.А.воспитатель

МБДОУ «Криулинский детский сад № 3»

МО Красноуфимский округ

**Лего-конструктор как один из способов формирования здоровья детей старшего дошкольного возраста.**

Первоначальной задачей физического воспитания в современных дошкольных учреждениях стоит развитие и формирование здорового образа жизни у детей создание атмосферы заинтересованности, обучение и привитие интереса к занятию физкультурой, спортом и трудом. Верно подготовленная предметно-пространственная среда является одним из важных пунктов в формировании у детей основ здорового образа жизни, и соответствовать всем требованиям ФГОС ДО в которой должно происходить физическое развитие детей. Она включает в себя приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере. Она должна так же быть развивающей, разнообразной, динамичной, трансформируемой и многофункциональной.

В нашем мире компьютерные технологии шагнули далеко вперед, и у детей все больший интерес вызывают планшеты, телефоны, им стало не интересно бегать на улице играть в подвижные игры, и просто двигаться. Именно отсюда возникла необходимость на занятиях по физической культуре кроме стандартных методов и средств использовать что-то новое , необычное, для того чтобы привлечь детей к занятию так, чтобы им было интересно с удовольствием двигаться, играть, совместно с педагогом придумывать различные игры, эстафеты и конкурсы. Все мы знаем, что новое оборудование, это всегда интерес и дополнительный стимул к работе.

 Сейчас любой родитель озадачен развитием своего чада уже с пеленок, уже с рождение ребенка мы ищем ему самые лучшие развивающие игрушки. Конечно, каждому хочется вырастить из своего ребенка успешного, здорового и счастливого человека. Существует множество игр и игрушек, направленных на развитие речи, мелкой моторики, становлению коммуникативных навыков ребенка и конструирования. Но не многие из игрушек обладает способностью многофункциональности так, как Лего-конструктор. Именно поэтому его можно использовать и для развития физических качеств дошкольников, ведь именно Лего – конструктор один из самых современных средств развития детей. Играя с Лего, ребенок развивается во всех образовательных областях по ФГОС ДО. В познавательном развитие совершенствуется острота зрения, восприятие цвета, формы, размера, успешно развиваются мыслительные процессы (анализ, синтез, классификация), память, внимание, счет; в речевом развитии обогащается словарь существительными, прилагательными, наречиями, предлогами, глаголами с приставками и другими частями речи; в художественно-эстетическом развитии формируются пространственные отношения, развивает творческое воображение, симметричность в постройках, развитие мышления; в социально-коммуникативном развитии распределяют обязанности в своей группе, проявляется повышенное внимание культуре и этике общения, обсуждают и принимают чужие идеи, отстаивают свои убеждения, формируется умение работать в группах, изучаются сказки. Так же Лего-конструктор можно использовать в образовательной области физическое развитие, как нетрадиционное оборудование для профилактики плоскостопия, развития координации и осанки, прыжков, лазания и ползания, эстафет, метания.

 Например, на занятиях организуются корригирующие упражнения:

* для осанки дети выбирают любые детали, кладут их на голову и проносят их, соревнуясь или просто тренируясь, по прямой или по кругу;
* равновесие, где ребята проходят по выстроенной из пластинок дорожке босиком, разведя руки в стороны, сохранив устойчивость;
* собрать рассыпанный конструктор,  пальцами ног, не используя руки, на полу рассыпать кирпичики, и пальцами босых ног переложить кирпичики с пола в контейнеры, игры можно усложнить, завязав глаза;
* эстафеты, используя конструктор, можно соорудить полосу препятствий;
* также Лего можно использовать во время самомассажа рук; массажа спины друг другу – можно стать по кругу друг за другом и стоящий сзади, кирпичиком проводит сверху вниз стоящему впереди (можно массаж проводить в паре.)
* дыхательная гимнастика, дуем на легкие кирпичики Лего, у кого быстрее до определенной метки долетит деталь.

Конструктор Лего нашел широкое применение в физическом воспитании и оздоровлении дошкольников.

 Элементы Лего представляют собой удобный и безопасный строительный материал - легкий и без острых углов. Легко моющийся материал позволяет использовать конструктор и в помещении, и на улице, а наличие декоративных элементов (с нарисованными глазами, улыбкой и др.) даёт простор для воплощения разнообразных идей.

Результатом работы является то, что можно использовать собранные детьми постройки не только для игры, но и для укрепления здоровья. Они  с удовольствием занимаются как оздоровительными, так и простыми упражнениями с Лего-конструктором; упражнение для координации движения, в котором ребенок кладет сначала маленький кубик Лего на голову и выполняет задания педагога или детей, шаг вправо, два в лево, шаг назад, присядь, и постепенно меняя кубик Лего на голове на более крупный, переходят к более сложным заданиям, таким как, вытянуть руки и достать левой ногой правую руку и наоборот; упражнение на развитие ловкости которое используется в эстафете, дети делятся на две команды, у каждого члена команды по одному кубику в руке, команда А синие, команда Б. Красные (цвета могут быть любые, но форма кубика обязательно одинаковая) чья команда быстрее выстроит башню.

При использовании Лего-конструктора дети учатся управлять своим телом, сохранять устойчивое равновесие, учатся контролировать и оценивать свои движения, воспитывают силу воли, целеустремленность. На такие занятия дети ходят с радостью, и с удовольствием будут заниматься физической культурой и спортом, а соответственно и развиваться.

Танков М.А., инструктор по физической культуре

МАДОУ «Детский сад № 70»

 ГО Первоуральск

**Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовательном учреждении**

*Здоровье никогда не может потерять своей цены в глазах человека,*

*потому что и в довольстве и в роскоши плохо   жить без здоровья.*

*Чернышевский Н.Г.*

В современном обществе предъявляются высокие требования к человеку, к его знаниям и способностям. На организм человека постоянно усиливается влияние разнообразных отрицательных факторов окружающей среды, которые приводят к ухудшению состояния здоровья, к снижению умственного и физического потенциала.

Забота о здоровье человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции.

Здоровье человека всегда будет актуальной темой. Его невозможно удержать лекарствами. Есть более действенное средство - движение. Физические упражнения непременно должны войти в образ жизни каждого человека, который думает о том, что нужно сохранять на всю жизнь работоспособность, здоровье и полноценную жизнь.

Дошкольный возраст обоснованно считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. Именно в данном возрастном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств необходимых для эффективного участия ребенка в различных формах двигательной активности, что, в свою очередь, создает условия для активного и направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей дошкольника.

Анализ состояния здоровья детей дошкольного возраста показывает, что за последнее десятилетие количество абсолютно здоровых детей снизилось. В подавляющем большинстве дети, начиная с дошкольного возраста, страдают дефицитом движений и сниженным иммунитетом.

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей.

Цель здоровьесберегающих технологий - предоставить каждому дошкольнику высокий уровень здоровья, дав ему необходимый багаж умений, знаний, навыков, которые нужны для здорового образа жизни, заложив в нем культуру здоровья.

Задачи здоровьесберегающих технологий: обеспечить условия для физического и психологического благополучия, здоровья всех участников воспитательно-образовательного процесса; сформировать доступные представления и знания о ЗОЖ, пользе занятий физическими упражнениями, об их основных гигиенических требованиях и правилах; реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей; формировать основы безопасности жизнедеятельности; оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни.

*Здоровьесберегающие технологии* делятся на 3 группы:

* Технологии сохранения и стимулирования здоровья дошкольников.

Стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, гимнастика для глаз, гимнастика пальчиковая, гимнастика ортопедическая, гимнастика корригирующая, гимнастика бодрящая, гимнастика дыхательная, релаксация.

* Технологии обучения ЗОЖ.

Физкультурные занятия, проблемно игровые *(игротренинги и игротерапия)*, коммуникативные игры, самомассаж, точечный массаж, биологическая обратная связь *(БОС),* занятия из серии *«Здоровье»*.

* Технология коррекции поведения.

Арт-терапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии коррекции поведения, фонетическая ритмика, психогимнастика, технологии воздействия цветом.

С целью реализации здоровьесберегающих технологий в ДОУ созданы условия для укрепления здоровья детей, гармоничного физического развития: спортивная площадка, физкультурный зал, которые оснащены стандартным и нестандартным оборудованием необходимым для комплексного развития ребёнка. В каждой возрастной группе оборудуются уголки двигательной активности, которые оснащены согласно возрасту всем необходимым оборудованием.

В работе по оздоровлению детей участвуют и педагогические, и медицинские работники: педагог-психолог, учитель-логопед, воспитатель, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель.

На формирование культуры здоровья детей оказывают влияние различные по набору и взаимодействию социальные факторы, среди которых определяющими является семья, ее образ жизни, привычки, традиции. Опыт показывает, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей.

Здоровьесберегающие технологии, которые применяются в работе с родителями: консультации с родителями, беседы, рекомендации по поводу профилактики болезней, пользе дополнительных прогулок и занятий в спортивных секциях, по поводу соблюдения личной гигиены; нетрадиционные формы работы с родителями, практические показы; анкетирование; совместные акции: дни здоровья, спортивные праздники; дни открытых дверей; обучение родителей методам оздоравливания детей *(практикумы, тренинги)* и т.д.

В результате здоровьесберегающая деятельность формирует у ребенка мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное развитие.

Забота о детском здоровье сегодня – это полноценный трудовой потенциал всей нашей страны в ближайшем будущем.

**Десять золотых правил здоровьесбережения**

* Соблюдайте режим дня!
* Обращайте больше внимания на питание!
* Больше двигайтесь!
* Спите в прохладной комнате!
* Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
* Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
* Гоните прочь уныние и хандру!
* Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
* Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
* Желайте себе и окружающим только добра!

Тебнева Ю,Ю., музыкальный руководитель

МБДОУ «Криулинский детский сад №3» - Саранинский детский сад

МО Красноуфимский округ

**Здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях в ДОУ**

Дошкольное детство – период интенсивного роста и развития организма и повышенной его чувствительности к влияниям природной и социальной среды, в том числе, к профилактическим и оздоровительным мероприятиям, проводимым в детском саду. Сохранить здоровье ребенка – главная задача, стоящая перед всем персоналом детского сада.

Современные тенденции в обществе свидетельствуют о том, что растет число детей с различными проблемами в состоянии здоровья с рождения, или приобретенные в дошкольном возрасте.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, так же направлен на охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия, формирование общей культуры личностидетей**,** в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их физических качеств**.**

Музыка-это одно из средств физического развития детей. Музыкальное развитие очень важно для любого ребенка. Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания.

Целью музыкально-оздоровительного воспитания в дошкольном образовательном учреждении является: укрепление психического и физического здоровья, развитие музыкальных и творческих способностей, формирование потребности в здоровом образе жизни.

В своей деятельности использую следующие формы работы: дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, ритмопластика, игровой массаж, пальчиковые игры, речевые игры, музыкотерапия, физкультминутки.

*Дыхательная гимнастика* для детей приучает дышать носом (что важно для профилактики респираторных заболеваний), тренирует дыхательные мышцы, улучшает вентиляцию легких, повышает насыщение крови кислородом. Кроме того, дыхательная гимнастика через движения диафрагмы и мышцы живота осуществляет массаж внутренних органов, тренирует сердечно-сосудистую систему, повышая устойчивость к гипоксии (недостатку кислорода). Использую такие упражнения как: «Задуй свечу», «Сдуй с руки снежинку», «Горячий чай», «каша кипит» и др.

*Артикуляционная гимнастика*  способствует тренировке мышц речевого аппарата, ориентированию в пространстве, развивают музыкальную память, запоминание текста песен, вниманию, развивают чувство ритма, учат имитации движений животных. Использую следующую артикуляционную гимнастику: «Овощи», «Фрукты», «Приключение зайки», «Зимующие птицы» и др.

Так же использую такой вид как *ритмопластика,* как средство профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата. Дети с большим удовольствием занимаются веселыми упражнениями, чем упражнениями заведомо известными как лечебные. Например, движения современных танцев, поочерёдное разведение коленей и т.д., отлично укрепляют мышцы стопы, формируют своды стоп и др.

С помощью игрового самомассажа можно благотворно влиять на внутренние органы: сердце, лёгкие, печень, кишечник, воздействуя на биологически активные точки тела.Делая самомассаж определенной части тела, ребенок воздействует на весь организм в целом, например упражнение «Ладошки», Дождь», «Вот на улице мороз» и др.

*Пальчиковые игры* - это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. В ходе "пальчиковых игр" ребенок, повторяя движения взрослых, достигает хорошего развития мелкой моторики рук,которая не только оказывает благоприятное влияние на развитие речи, но и подготавливает ребенка к рисованию, письму. Использую такую пальчиковую гимнастику как: «Игрушки», «Кошка», «Песочный домик и др.

Известно, что *речевые игры* помогают воспитывать интерес к окружающему, стимулируют познавательную активность дошкольников.Речевое музицирование необходимо, так как музыкальный слух развивается в тесной связи со слухом речевым. Использую такие игры как «Листопад», «Солнышко», «Снег», «пчелы водят хоровод» и др.

*Музыкотерапия* - метод , основанный на эмоциональном восприятии музыки. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снижает напряжение и раздражительность, восстанавливает дыхание.

Использую следующие произведения – «Вальс цветов», «Осенняя песнь» П.И. Чайковский, Колыбельные, Э. Григ «Утро» и др.

*Физкультминутка* проводится, с целью активно изменить деятельность детей и этим ослабить утомление, а затем снова переключить их на продолжение занятие. Например «Бабочка», «Самолёты». «Белки», «Под кроватью чёрный кот» и др.

Музыкальные занятия с использованием технологий здоровьесбережения эффективны при учёте индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребёнка, его интересов.

Оздоровление детей, создание эмоционального комфорта – важнейшая задача ДОУ. Организация в детском саду музыкально-оздоровительной работы с использованием современных методов здоровьесбережения обеспечивает более бережное отношение к физическому и духовному здоровью детей, помогает в комплексе решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные технологии здоровьесбережения. Ведь от состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества.

Трифанова М.С., воспитатель

МКДОУ «Натальинский детский сад № 4»,

МО Красноуфимский округ

**Использование нестандартного физкультурного оборудования для развития двигательной активности детей дошкольного возраста**

Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным,

сделать его крепким и здоровым:

пусть он работает, действует, бегает, кричит,

пусть он находится в постоянном движении

 От состояния здоровья детей в настоящее время зависит благополучие общества. Однако в последнее десятилетие во всём мире наметилась тенденция к ухудшению здоровья детского населения. Экологические проблемы, различные отрицательные бытовые факторы, химические добавки в продуктах питания, некачественная вода, гиподинамия, - лишь некоторые факторы, которые агрессивно воздействуют на здоровье дошкольников. Не секрет, что в детском саду и дома дети большую часть времени проводят в статическом положении *(за столами, у телевизора и т.д.)*. Это увеличивает статическую нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижается сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, плоскостопие, задержку возрастного развития, быстроты, ловкости, координации движений, выносливости, гибкости и силы.

Именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, создаются предпосылки для развития выносливости, скоростно-силовых качеств, происходит совершенствование деятельности основных физиологических систем организма.

 Исходя из этого **необходимо:**
1.Повысить интерес детей к различным видам двигательной деятельности;
2.Увеличить объём двигательной активности детей;
3.Побуждать детей к самостоятельной двигательной деятельности;
4.Поднять эмоциональный настрой детей.

Все перечисленные задачи можно решить на процессе непосредственной образовательной деятельности, а также в играх, эстафетах и самостоятельной двигательной деятельности детей с применением нестандартного оборудования. Что же понимается под термином «нестандартное физкультурное оборудование»?
 **Нестандартное физкультурное оборудование** – *это оборудование, сделанное своими руками из списанного инвентаря и подручных средств и материалов.*К нестандартному оборудованию предъявляются определённые санитарно-гигиенические требования.

 **Оно должно быть:**
1.Безопасным;
2.Максимально эффективным;
3.Удобным к применению;
4.Компактным;
5.Универсальным;
6.Технологичным и простым в изготовлении;
7.Эстетическим.

 Нестандартное оборудование используется во всех видах детской деятельности – как в организованной *(утренняя гимнастика, физкультурные занятия и т. д.)*, так и в самостоятельной *(отдых, индивидуальные занятия и игры)*. Оно позволяют повысить двигательную активность ребенка, облегчить адаптацию, развить основные движения, поддержать положительные эмоции, разнообразить игровую деятельность, повысить уровень воспитательно-образовательного процесса, развивать каждого ребенка с учетом его интересов и желаний.

 Разработанные пособия и нестандартное оборудование несложные и недорогие. Выполнение комплексов упражнений общеразвивающего воздействия с различными пособиями и предметами *(пластиковые бутылки, султанчики, шишки, цветные ленточки и т.д.)* оказывает огромное влияние на развитие разных групп мышц и укрепление мышечного тонуса, а также позволяет применять дифференцированный метод работы с детьми, имеющими различную патологию.

 Нестандартное оборудование - это всегда дополнительный стимул активизации физкультурно - оздоровительной работы. Красочное многофункциональное оборудование вызывает не только большой восторг у детей, но и позволяет расширить возможности для выполнения многообразных движений упражнений. Посредством нестандартного оборудования, внося элементы необычности , этим самым вызывая интерес, желание поиграть с новыми для них атрибутами. Дети с большим удовольствием лазают, бегают, прыгают, выполняют всевозможные упражнения, играют в подвижные игры. Оно служит важным условием формирования всех систем и функций организма, одним из способов познания мира, ориентировки в нем, а так же средством всестороннего развития дошкольника.

 Таким образом, целесообразный подбор и рациональное использование нестандартного оборудования и пособий способствуют развитию двигательной сферы дошкольников, формированию разнообразных двигательных умений и навыков, развитию физических качеств и творческих способностей, воспитанию нравственно-волевых качеств, повышению интереса к разным спортивным играм и физическим упражнениям.

Хренов В.Н., инструктор по физической культуре

Филиал МАДОУ «Детский сад № 70» - «Детский сад № 57»,

ГО Первоуральск

**Мастер - класс «Нормы ГТО в дошкольном возрасте,**

**как мотивация к занятиям физкультурой и спортом в будущем»**

**Цель:** построение эффективного взаимодействия инструктора по физической культуре и воспитателей ДОУ в направлении приобщения воспитанников к активному и здоровому образу жизни, через подготовку к сдаче норм ГТО.

**Задачи**: познакомить педагогов с играми и упражнениями, развивающими физические качества детей дошкольного возраста необходимые для сдачи норм ГТО.

**Теоретическая часть:**

Здравствуйте, уважаемые коллеги.

 Воспитывать детей с дошкольного возраста здоровому образу жизни – первоочередная задача детского сада. Сегодня особую актуальность имеет проблема состояния здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. В связи с этим мастер –класс направлен на обеспечение эффективной работы физкультурно-спортивной модели детского сада и воспитания здорового, физического развитого поколения дошкольников. Актуальность проблемы состоит в том, что у большинства детей старшего дошкольного возраста нет интереса к спортивным соревнованиям, мало детей посещают спортивные секции. Актуальность мастер-класса обусловлена необходимостью более широкого внедрения в комплекс физкультурно-спортивных мероприятий старших дошкольников

К сожалению современные дети не отличаются отменным физическим и психическим здоровьем. У них недостаточно сформированы потребности в занятиях физической культуры, уже в дошкольном возрасте дети имеют зависимость от электронных игр, а родители зачастую не являются приверженцами здорового образа жизни.

 Тему сегодняшнего мастер-класса вы узнаете, разгадав кроссворд.

1. Способность человека быстро осваивать новые движения, а также перестраивать их в соответствии с меняющейся обстановкой. (*ловкость).*
2. Способность определять расстояние с помощью зрения и мышечных ощущений*(глазомер).*
3. Способность сохранять устойчивое положение во время выполнения разнообразных движений на повышенной, пониженной и ограниченной площади опоры *(равновесие).*
4. Степень напряжения мышц при сокращении (*сила).*
5. Стадия прыжка, следующая за стадией полета *(приземление).*
6. Способность человека выполнять физические упражнения максимально долго (*выносливость).*
7. Одно из первичных свойств нервной системы, заключающееся в способности быстро реагировать на изменения во внешней среде (*подвижность).*
8. Хищное млекопитающее семейства кошачьих, талисман Олимпиады в Сочи *(Леопард).*
9. Предмет, который забивают в ворота при игре в хоккей *(шайба).*
10. Страна, в которой состоялись зимние Олимпийские игры в 2014году*(Россия).*
11. Способность человека выполнять движения за кротчайшее время*(быстрота).*
12. Расстояние между занимающимися. (*интервал).*
13. Способность достигать наибольшей величины амплитуды движений отдельных частей тела в определенном направлении *(гибкость).*
14. Изменение строя или размещение занимающихся *(перестроение).*

Для более качественного проведения образовательной деятельности по физической культуре, повышению двигательной активности, формированию у дошкольников двигательной культуры, положительного эмоционального настроя к участию в образовательном процессе необходимо очень тесное ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ инструктора по физической культуре и воспитателя.

Одним из приоритетных направлений укрепления и сохранения здоровья как физического, так и психического является система «ГТО»-Готов к труду и обороне.

Что такое «ГТО»? Небольшая история. Всероссийский физкультурно – спортивный комплекс. Готов к труду и обороне (ГТО)- это нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта. Воспитание ответственного отношения к своему здоровью. Пропаганда ЗОЖ. Предложение ввести всесоюзные испытания «ГТО» поступило в 1930г, а еще через год был сформирован первый комплекс ГТО, включавший 21 день норматив. За оды 1931-2014 происходили изменения в положениях, видах испытаний, охвата населений. По-настоящему возрождение комплекса ГТО произошло в 2014г, которому предшествовало кропотливая подготовка необходимых документов, тестирование населения различных возрастов. Итогом стало издание указа Президента Российской Федерации от 24 марта 2014года №172. «О всероссийском физкультурно-спортивном комплексе, готов к труду и обороне (ГТО), постанавливающего о вводе в действие комплексе с 1 сентября 2014года. Итак, сегодня комплекс ГТО возрождается, преобразившись в новой форме и новых условиях.

Основу комплекса ГТО составляют виды испытаний и нормативы, предназначенные для определения уровня развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости) и уровня овладения основными прикладными навыками (бега, метаний, прыжков, отжимания). Перечень видов испытаний комплексов ГТО. Перечень видов испытаний. Комплекса ГТО.

- бег на короткие дистанции - определение развития скоростных возможностей.

- наклоны вперед из положения стоя с прямыми ногами- определение развития гибкости.

- бег на длинные дистанции (1км смешанное передвижение)- определение развития выносливости.

- подтягивания на перекладине, подтягивание на низкой перекладине, сгибание разгибание рук в упоре лежа- определение развития силы и силовой выносливости.

- подъем туловища из положения лежа- определение развития силовой выносливости.

- прыжки в длину - определение скоростно-силовых возможностей.

- метание мяча на для тенниса- определение координации глазомера.

- бег на лыжах-владение прикладными навыками.

 В рамках взаимодействия ДОУ и семьи в процессе подготовки к сдаче норм ГТО родителей можно привлечь к созданию в детском саду предметно-пространственной среды, мотивирующей детей к участию в сдаче норм ГТО. Например, организация музея спорта в группе (достижения и награды родителей, значки ГТО); составление рассказов о том, каким видом спорта занимаются в семье, пополнение атрибутов в спортивном уголке, сбор иллюстративного и информационного материала, по теме ГТО, оформление информационного стенда «Мы всей семьей сдаем нормы ГТО». Особую ценность здесь представляют фотоматериалы, демонстрирующие причастность членов семьи к спорту, сдаче норм ГТО (фотовыставка «Как мы сдавали нормы ГТО»). В рамках реализации информационно-просветительского и физкультурно-спортивного направлений обеспечивается психолого-педагогическая поддержка семьи, повышается компетентность родителей в вопросах норм ГТО, оказывается целенаправленная помощь семье в воспитании и физическом развитии ребенка, повышается активность участия родителей в образовательной деятельности ДОУ. Таким образом, в ходе взаимодействия ДОУ и семьи в процессе подготовки к сдаче норм ГТО педагоги должны определить уровень компетентности родителей в вопросах ГТО, на основе этого организовать педагогическое просвещение и информирование родителей о значении участия в сдаче норм ГТО, конкретных способах повышения физических возможностей детей, включить родителей в физкультурно-спортивные мероприятия по подготовки к сдаче норм ГТО. Профессионализм педагогов и доверие к ним родителей являются неотъемлемыми условиями взаимодействия ДОУ и семьи, способствует использованию всех резервов и воспитательных возможностей педагогов и родителей.

Сегодня я покажу способы физической подготовки, которые помогут дошкольнику подготовиться к сдаче ГТО. Чтобы подготовить организм дошкольника, его нужно мотивировать, поднять ему интерес. Для этого мы используем в нашей подготовке подвижные игры, эстафеты для развития различных физических качеств (скорость, выносливость, силы, гибкость).

 1. «Веселые кубики». Перенести из одной корзины кубики в другую корзину (5 кубиков, расстояние 5-7 метров). Надо быстро перенести кубики из одной корзины в другую. Игра подготавливает к нормативу «челночный бег» и бегу на 30 метров.

 2. Для развития выносливости (смешанное передвижение на 1000 метров) можно использовать различные дорожки, которые выполняются поточным способом с объёмом до 7-8 кругов, что не так монотонно, как простой бег в чередовании с ходьбой, а развитие выносливости достигается увеличением объёма кругов.

 3. «Тачка». Встаем парами: один из участников на руки другой держит его за ноги. В таком положении по сигналу игроки передвигаются по площадке. Это задание развивает силу, которая необходима при сдаче норматива сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.

 4. «Нарисуй домик». На полу лежат листы бумаги и маркеры на столе, за одну минуту различными маркерами надо нарисовать домик. Положение тела наклон вниз, ноги в коленях не сгибать, применять различные маркеры. Игра развивает гибкость, которое является основным испытанием в нормах ГТО.

 5. «Кенгуру». Зажимается мяч между коленями и в таком положение прыгают по прямой до конуса и обратно. «Перепрыгни через ручеек». «Ручеек» сначала узкий затем расширяется. Предлагается перепрыгнуть через «Ручеек» сначала через узкое место, затем там, где шире и шире.

(Эта игра развивает выносливость и силу и подготавливает к испытанию прыжки в длину с места).

 6. «Точно в цель». Задача попасть точно в цель (обруч, расположенный на шведской стенке на высоте 2х метров. Применяются различные расстояния от 3до 6 метров. Игра подходит для подготовки сдачи норматива метания теннисного мяча в цель. Все эти игры способствуют развитию физических качеств необходимых для подготовки к сдаче норм ГТО, эффективность которых подтверждается на практике.

В завершение встречи, мне хотелось бы составить с вами синквейны. (Синквейн – составление четверостишия по схеме: первая строка – понятие, выраженное существительным, вторая строка – описание двумя прилагательными (причастиями), третья строка – 4 значимые слова, выражающие отношение к понятию, четвёртая строка – слово-синоним понятию, обобщение или расширение смысла).

Схемы готовы, ключевое понятие ГТО. Опишите ваш взгляд на ГТО с помощью синквейна.

Прочтите ваши стихотворения.

Мне очень приятно, что сегодня вам удалось узнать что-то новое, полезное и интересное. Давайте вместе сделаем наших воспитанников счастливыми и здоровыми!

Худеева И.В., воспитатель

 МБДОУ ПГО «Детский сад № 51»,

Полевской ГО

**Су-Джок-терапия - здоровьесберегающая технология в работе с детьми раннего возраста**

 Научные исследования говорят о том, что фундамент физического и психического здоровья человека закладывается еще в раннем детстве, а точнее в первые семь лет жизни ребенка. Именно в этот период происходит становление внутренних органов и систем, совершенствуется иммунная защита, развиваются такие психические процессы, как восприятие, память, мышление, воображение, внимание, закладываются основные черты личности. Вот почему Федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС) такое большое внимание уделяют гармоничному развитию личности и применению здоровьесберегающих технологий, среди которых особый интерес вызывает су-джок-терапия для детей.

Развития мелкой моторики - стимул развития у детей восприятия, внимания, памяти, мышления и речи. Дети, у которых лучше развиты мелкие движения рук, имеют более развитый мозг, особенно те его отделы, которые отвечают за речь. Пальцы рук наделены большим количеством рецепторов, посылающих импульсы в центральную нервную систему человека. Мелкая моторика рук – это разнообразные движения пальчиками и ладонями.

 В своей работе я активно использую следующие здоровьесберегающие технологии – это пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, Су-Джок - терапия. Остановимся подробнее на одной технологии.

 Все большее признание среди педагогов приобретает Су-Джок - терапия. Это последнее достижение восточной медицины. В переводе с корейского языка Су означает - кисть, Джок - стопа. Шариком можно стимулировать зоны на ладонях, а массажные колечки надеваются на пальчики. Ими можно массировать труднодоступные места. «Су-Джок» с виду - симпатичный шарик с острыми шипами, легкий и гигиеничный, простой в обращении и доступный в любой момент. Попробуйте покатать его между ладонями - тут же ощутите прилив тепла и легкое покалывание. Его остроконечные выступы воздействуют на биологически активные точки, неизменно вызывая улучшение самочувствия, снимая стресс, усталость и болевые ощущения, повышая общий тонус организма. Простота применения - для получения результата проводить стимуляцию биологически активных точек с помощью Су-Джок шариков.

 Мои дети с удовольствием массируют ладошки, пальчики несколько раз в день. Использование Су-Джок терапии в работе с детьми раннего возраста открывает большие возможности. Занимаясь с детьми, я стараюсь сделать наши занятия более разнообразными и интересными. И в этом нам помогает художественное слово, когда каждое движение рук представляется в форме сказки или стихотворения. Отрабатывая движения и рассказывая сказку, ребенок развивает мелкую моторику рук и точность произношения слов этой сказки, заучивает стихи и рассказывает их сам.

**Сказка «Ежик»:**

Катится колючий ежик, нет ни головы, ни ножек.

По ладошке бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит. (Шарик между ладошками).

Мне по пальчикам бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит.

Бегает туда-сюда, мне щекотно, да, да, да. (Движения по пальцам).

Уходи колючий еж в темный лес, где ты живешь! (Пускаем по столу и ловим подушечками пальцев).

 Поэтому очень важно с самого раннего возраста развивать у ребенка мелкую моторику. Но просто делать упражнения малышу будет скучно – надо обратить их в интересные и полезные игры.

**«Капуста»**

Мы капусту рубим, рубим (ребром ладони стучим по шарику),

Мы капусту солим, солим (подушечками пальцев трогаем шарик),

Мы капусту жмем, жмем )потираем ладошками о шарик),

Мы морковку трем, трем (сжимаем шарик в кулачке).

Так же можно сделать увлекательный массаж рук, используя художественное слово.

Массаж Су-Джок шарами. Выполнение действий с шариком в соответствии с текстом.

Массаж щек:

Я катаю свой орех, чтобы был круглее всех.

Я катаю колобок, будет круглый каждый бок.

Массаж лба:

Я - колючий серый еж, и на шарик я похож.

Массаж рук:

Я мячом круги катаю, взад - вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошку, будто я сметаю крошку,

И сожму его немножко, как сжимает лапу кошка,

Каждым пальцем мяч прижму, и другой рукой начну.

 Это лишь некоторые примеры использования Су-Джок терапии в моей работе. Су-Джок терапию могут использовать педагоги в своей работе, и родители в домашних условиях.

***Раздел 2. Инклюзивное образование в ДОО - пространство равных возможностей***

Аникина О.В., учитель-логопед

 ТПМПК

ГО Первоуральск

**Лекотека как перспективная модель инклюзивного образования детей с тяжелыми нарушениями речи**

Проблема включения детей с особыми образовательными потребностями в систему общего образования достаточно актуальна в современный период. Идея инклюзии нашла своё отражение в системе образования большинства развитых стран. Результатами инклюзивных форм обучения стало повышение мотивации к учебной деятельности, познавательной активности и коммуникативных возможностей детей с тяжелыми нарушениями речи. Значимость инклюзивного образования, закрепление возможности каждого ребенка обучаться в зависимости от его потребностей при создании специальных условий в той общеобразовательной или дошкольной организации, которую предпочтут родители, отмечают все участники образовательного процесса.

Одной из перспективных моделей инклюзивного образования является лекотека для детей раннего и дошкольного возраста с различными образовательными потребностями, в том числе и с тяжелыми нарушениями речи.

Деятельность в лекотеке имеют свою определенную структуру. Родители и дети выбирают ту форму посещения, которая для них приемлема более всего. Это может быть посещение одного или серии мероприятий, консультативный прием, пребывание в группе сверстников в течение определенного периода времени (к примеру, 4-х часов). Данная форма посещения позволяет осуществить индивидуальный подход и подобрать образовательный маршрут каждому особому ребёнку в зависимости от его возможностей. Продолжительность образовательной деятельности зависит от возраста и состояния развития ребёнка и регламентируется СанПиН 2.4.1.3049-13. Расписание согласовывается с родителями и специалистами, работающими в лекотеке (воспитателями, учителями-логопедами, педагогами-психологами, учителями-дефектологами, музыкальными руководителями, инструкторами по физической культуре, медицинскими работниками). Если есть необходимость, привлекаются и другие специалисты. Мониторинг развития ребёнка проводится всеми специалистами, работающими в лекотеке. По результатам обследования и совместных обсуждений составляется индивидуальный план развития ребенка. В дальнейшем, при выявлении положительной динамики, в план вносятся коррективы.

Для осуществления непрерывного образования, родители имеют возможность получить развивающие игры и пособия домой на определенный срок. Обучение правильному применению игр в соответствии с возрастом и потребностями ребенка происходит на занятии, которое родители посещают совместно с детьми. Дополнительную информацию при необходимости родители могут получить во время консультационного приема у специалиста лекотеки. Информация, по желанию родителей, может быть представлена при личной встрече, либо на электронном носителе.

Использование коррекционных методов и приемов для совершенствования речи детей, совместные мероприятия со сверстниками дают возможность вовлечения в различные виды деятельности не только детей с речевыми проблемами, но и их родителей. Это позволяет родителям адекватно оценить своего ребёнка и понять причину его затруднений.

Одним из важных моментов, на которые нужно обратить внимание – это адаптация особого ребёнка к условиям детского сада: новому помещению, новым знакомым – детям и взрослым.

Основной формой коррекционно-образовательной деятельности в условиях лекотеки является игра: стимуляция и поддержка игровой ситуации позволяют детям усваивать новую информацию, развивать коммуникативные возможности, способствовать развитию и регуляции эмоционально-волевой сферы. Педагог (специалист) является организатором и партнером, который направляет игру в нужную сторону, инициирует коммуникацию, но не навязывает и заставляет.

Важную роль в работе с детьми, имеющими нарушение моторных функций артикуляционного аппарата, играет логопедический массаж. Массаж проводится строго по медицинским показаниям, с учетом гигиенических требований и только теми специалистами, которые прошли обучение данному виду логопедической помощи.

Работа с детьми с тяжелыми нарушениями речи начинается с пропевания гласных и открытых слогов с согласными раннего онтогенеза (в соответствии с речевыми возможностями ребенка). Сюда же подключаются упражнения на развитие дыхания и просодики, потешки, знакомые стихи. Речевой материал произносится с изменением высоты и громкости голоса, темпа произнесения. Также проводятся упражнения для развития моторно-координационных функций - ходьба, бег, ориентирование. Дети учатся ходить друг за другом, в парах, ориентироваться в схеме своего тела и в пространстве. На этом этапе особое внимание уделяется благоприятному эмоциональному состоянию ребёнка и нормализации мышечного тонуса, как артикуляционного аппарата, так и всего тела в целом.

В дальнейшем в коррекционно-образовательную деятельность включаются упражнения с пением коротких песенок, артикуляционные и мимические гимнастики, а также игры-драматизации с короткими эмоциональными диалогами на основе знакомых художественных произведений.

Координация речи и движения – логоритмика – способствует решению многих коррекционных задач, и особенно такой синтез важен для детей с нарушением речи. В лекотеке используются игры с танцами и хороводами, которые сопровождаются пением, что способствует развитию у детей координации слуха, голоса и движения. Применение детских музыкальных инструментов способствует развитию мелкой моторики.

Логоритмика имеет большой коррекционный и терапевтический эффект в работе с особыми детьми. Коррекционное воздействие происходит в следующих направлениях:

* Коррекция психосоматических нарушений
* Нормализация эмоционального состояния
* Развитие творческих способностей
* Профилактика и коррекция речевых нарушений

Структурными составляющими при планировании логоритмики в условиях лекотеки являются упражнения:

* В ходьбе и маршировке
* На развитие голоса, дыхания и артикуляции
* Чувства темпа и ритма
* Общей, мелкой и артикуляционной моторики
* Творческой инициативы
* Мимики и мышечного тонуса
* Пение и слушание музыки
* Коррекция звукопроизношения
* Релаксация

Содержание и методы деятельности лекотеки определяются планами развития ребенка, с учётом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей.

Основные направления коррекционно-логопедического воздействия в условиях лекотеки с детьми раннего возраста:

* Развитие моторных функций
* Стимуляция голосовых реакций
* Обогащение словарного запаса

Луткова М.И., Лузина А.А., воспитатели

МАДОУ № 39 «Гнездышко»

ГО Богданович

**Проблемы и перспективы инклюзивного образования**

 **детей с ограниченными возможностями здоровья**

Достаточно продолжительное время государство не уделяло на законодательном уровне должного внимания образованию в дошкольных образовательных организациях детей с ограниченными возможностями здоровья. А по статистике сегодня в России насчитывается более 2 миллионов детей с ограниченными возможностями здоровья. По сведениям Министерства здравоохранения за 5 лет количество детей – инвалидов увеличилось на 1/3. С выходом закона «Об образовании в Российской Федерации» и федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования ситуация кардинально изменилась, возникла необходимость на законодательном уровне обустройства новой практики работы с особыми детьми. Инклюзивное образование стало приоритетным направлением государственной политики в области образования и позволяет детям учиться и развиваться в среде обычных дошкольников, исключая любую дискриминацию детей и, обеспечивая равное к ним отношение и осознание обществом своей обязанности обеспечить таким детям равные со всеми возможности развития, обучения, воспитания. Именно инклюзивное образование признано более развитой, гуманной и эффективной системой образования не только для детей с ограниченными возможностями и здоровья, но и для здоровья детей.

В основе инклюзивного образования заложена позиция, согласно которой не дети созданы для образовательной организации, а образовательная организация создана для детей, т.е. ДОО должна учитывать потребности детей, а не дети должны подходить под те или иные рамки, которые установила ДОО.

В современном обществе наблюдается достаточно широкий диапазон различий в развитии детей с ОВЗ от детей, испытывающих временные и относительно легко устранимые трудности, до детей с тяжелым необратимым поражением центральной нервной системы. В связи с чем, для одной категории детей достаточно специальной поддержки, и они смогут на равных обучаться в группах детского сада общеразвивающей направленности, другая же категория детей нуждается в разработке и реализации в работе с ними адаптированной к их возможностям индивидуальной программе образования, создание специальных условий. Помимо этого, дети с ограниченными возможностями здоровья имеют трудности в социальном развитии, в том числе развитии способности к максимально независимой жизни в обществе.

Инклюзивное образование – наиболее передовая система обучения детей с ограниченными возможностями здоровья, основанная на совместном обучении здоровых детей и детей с ОВЗ. При инклюзивном образовании дошкольная образовательная организация должна стать основной сферой жизнедеятельности ребенка.

Инклюзивное образование – это образование, которое требует постоянного творческого вклада от каждого участника образовательного процесса (может быть в разной степени) от педагогов, родителей, детей, администрации и формирует у всех участников образовательной деятельности: взаимоуважение; осознание себя частью общества; сочувствие, осознанное сопереживание; обеспечивает предоставление возможностей для развития навыков и талантов конкретного человека; возможность учиться друг у друга, помогать друг другу. Но, как показывает практика, на данный момент, мало кто в нашей стране готов к такому повороту событий. Но, в то же время, конечной целью инклюзивного образования должна стать социальная интеграция ребенка с ОВЗ и его включение в жизнь общества.

К сожалению, большинство позитивных моментов, представленных в законах, остаются до сих пор лишь на бумаге. Как и во многих прогрессивных законодательных актах, практически отсутствует механизм реализации, претворения их в жизнь. На данном этапе есть определенные условия, отсутствие которых затрудняет реализацию требований стандарта и закона, что в свою очередь уже будет являться формальной инклюзией (скрытой формой дискриминации), т.к. обеспеченный доступ к системе образования для ребенка с ОВЗ, не имеющей условий для его обучения и воспитания в соответствии с особенностями и потребностями, то его право на качественное образование, в действительности, нарушается. В этом случае положение ребенка с ОВЗ не только улучшается, но и ухудшается.

Итак, с какими проблемами сталкивается дошкольная образовательная организация в условиях инклюзии, и каковы возможные решения их с наименьшими затратами в реализации требований современной системы дошкольного образования.

В первую очередь это:

- неготовность педагогических работников принять и научиться взаимодействовать с такими детьми в группах общеразвивающей направленности (дети чаще воспринимаются как дополнительная нагрузка), усложняющая жизнь не только взрослым, но и детям группы), а как показывает практика, зачастую такие дети (особенно если у них сохранен интеллект) не доставляют особых трудностей педагогу и детям в образовательном процессе;

- неготовность педагогических работников адаптироваться к особым образовательным потребностям воспитанников (у всех детей есть особенности, особые образовательные потребности, не только с «особых»).

Проанализируйте свою группу, неужели в ней нет детей, которым требуется дополнительная помощь? Есть. Так может просто найти новые способы организации образовательного процесса;

- незнание основ коррекционной педагогики, специальной психологии. Если в группе появился такой ребенок, стоит взять в руки книгу, открыть электронный ресурс и самостоятельно проштудировать тот материал, который до сих пор не был нужен в практической деятельности;

- не владение методами, приемами, системами обучения «особых» детей, отсутствие курсовой подготовки по программе инклюзивного образования (по работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья). То же, что и с предыдущим пунктом, а может найти в сети блоги неравнодушных к «особым» детям педагогов и задать им вопрос: - А как вы это делаете? Подскажите.

Во-вторых – отсутствие квалифицированных специалистов: педагогов-психологов, учителей-логопедов, учителей-дефектологов, тифло и сурдопедагогов и пр. (не предусмотренных штатным расписанием), а успех инклюзии зачастую зависит от комплексного воздействия узкопрофильных специалистов; невозможность обеспечить тьюторов для сопровождения ребенка в образовательном процессе ДОО (при необходимости). Зачастую именно отсутствие кадров сложно компенсировать, но, как правило, родители ищут специалистов вне стен ДОО, а детский сад для ребенка с ОВЗ выступает при этом как источник общения и усвоения социальных ролей.

В – третьих:

-недостаточное материально-техническое оснащение учреждений: создание безбарьерной среды (архитектурные преобразования: пандусы, опорные перила, расширенный вход в здание, подъемники);

- обеспечение условий, включающих в себя специальное оборудование для работы с детьми с ОВЗ: коррекционно-развивающее оборудование, сенсорное оборудование, звукоусиливающая аппаратура (для детей с нарушением слуха), компьютерные классы и современное учебное оборудование, кабинеты психомоторной коррекции, плавательные бассейны;

- создание предметно-пространственной развивающей среды, отвечающей запросам, возможностям и особенностям детей с ОВЗ, способствующей развитию самостоятельности, активности, инициативности, решая проблему дефицита в их развитии.

Конечно, все перечисленные выше условия зависят от материальных затрат, но ведь и педагог в группе может увеличить картинку для ребенка с нарушением зрения, поближе подойти при общении к ребенку с нарушением слуха (без применения аппарата). Ну а обеспечить среду, соответствующую потребностям и возможностям ребенка, мы должны не только для детей с ОВЗ, но и всему контингенту воспитанников.

В-четвертых – опасения родителей детей с нормой в развитии в плане недостатка внимания со стороны педагогов к их детям, не каждый родитель толлерантен и способен согласится на то, что рядом с его ребенком будет воспитываться ребенок, например с синдромом Дауна. Для этого необходимо рассказать родителям об особенностях детей, воспитывающихся в группе, проводить дни открытых дверей, организовывать встречи с родителями детей-инвалидов по обмену опытом в воспитании и обучении.

Естественно, что наиболее заинтересованной частью участников образовательных отношений, заинтересованных в социальной интеграции детей с ОВЗ являются родители, т.к. они как никто другой заинтересованы в том, где, каким образом ребенок получит образование, и какое это будет образование. Но в то же время, есть родители, которые, руководствуясь законодательной базой, считают, что им обязаны предоставить все условия, а они при этом освободят себя от части забот о воспитании и образовании своего ребенка. На наш взгляд, это не может быть верной позицией. В этом случае лучше стремиться к созданию инклюзивного сообщества в рамках выстраивания совместных взаимоотношений между детьми (независимо от уровня их развития, наличия или отсутствия заболеваний и отклонений от нормы), родителями, специалистами.

Пока еще дошкольные образовательные организации неохотно принимают детей с ограниченными возможностями здоровья в своих стенах, но тем не менее, опыт взаимодействия (пусть и небольшой) с детьми и родителями уже имеется. Ребенок с инвалидностью, имеющий мечту стать летчиком говорящий всем и каждому, что он НЕ БОЛЬНОЙ, на наш взгляд заслуживает уважения, но никак не отторжения и непринятия его в детском коллективе. В результате, дети научились взаимодействовать с детьми ОВЗ. Оказывать посильную помощь, а в некоторых случаях брать пример «мужского» поведения. А ребенок смог вместе с друзьями пойти в общеобразовательную школу и успешно обучатся.

В заключении хотелось бы отметить, что необходимость и своевременность внедрения инклюзивного обучения в педагогическую практику не вызывает сомнений. Такой вид обучения в ДОО делает возможным оказание необходимой коррекционно-педагогической и медико-социальной помощи большому количеству детей, позволяет максимально приблизить ее к месту жительства ребенка, обеспечит родителей консультативной поддержкой, а также подготовить общество к принятию человека с ограниченными возможностями.

*Список литературы:*

1. *Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».*
2. *Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».*

Некрасова С.И., руководитель

МАДОУ детский сад № 39 ОСП 1

Филипьева Т.А., педагог-психолог

МАДОУ детский сад № 39

ГО Ревда

**Инклюзивное образование, как фактор организации**

**пространства равных возможностей**

Обеспечение государством равенства возможностей для каждого ребёнка в получении качественного дошкольного образования, обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка независимо от его особенностей, в том числе ограниченных возможностей здоровья – это цели, на достижение которых направлен Государственный стандарт дошкольного образования.

Одним из приоритетных направлений государственной политики России на современном этапе становится инклюзивное образование. В Законе «Об образовании в Российской Федерации» было введено понятие «инклюзивное образование» как обеспечение равного доступа к образованию для всех обучающихся с учетом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей [ст. 2 п. 27].

Образовательный процесс детского сада предусматривает как уход и заботу о детях, так и процессы воспитания и обучения знаниям, важным жизненным навыкам, развитие личностных качеств и способностей детей, коррекцию дефицитов в их развитии. Инклюзивное образование само по себе организовать невозможно. Этот процесс связан с изменениями на ценностном, нравственном уровне. Для того чтобы действительно произошло включение детей с особыми образовательными потребностями в образовательный процесс ДОО, необходимо, прежде всего, изменить взгляд педагогов на процесс обучения и воспитания. Чтобы сохранить равные права, надо научиться работать со всеми детьми, учитывая их индивидуальные особенности. Такой подход к процессу обучения и воспитания предполагает не искусственное включение детей с особыми образовательными потребностями в уже сложившуюся систему, а требует создания новых форм и способов организации образовательного процесса. Создание инклюзивного образовательного пространства невозможно без творческого вклада всех участников образовательных отношений: детей, педагогов, родителей, социальных партнёров. В связи со сложностью организации инклюзивного детского сада актуальным становится вопрос о готовности учреждения, педагогического коллектива, родителей и воспитанников к включению детей с особыми потребностями в единый образовательный процесс.

В настоящее время лишь незначительное количество дошкольных организаций готово к переосмыслению учебных программ детских садов, перепланировке учебных помещений так, чтобы они отвечали нуждам и потребностям всех детей независимо от состояния здоровья. Условия, которые есть на сегодняшний день в нашем детском саду, не достаточны для инклюзии: слабое материально-техническое оснащение, отсутствие специалистов, умеющих оказать помощь детям с разными потребностями. На наш взгляд, ресурсом для становления инклюзивного образования могут быть бывшие специализированные детские сады или детские сады комбинированного вида, которые накопили опыт работы с детьми с особыми образовательными потребностями.

Полноценное развитие любого ребенка – одна из важнейших задач общества на современном этапе развития – требует поиска наиболее эффективных путей достижения этой цели. Защита прав ребенка на развитие в соответствии с индивидуальными возможностями становится сферой деятельности, в которой тесно переплетаются интересы родителей, медицинских работников, педагогов и психологов.

 В нашей стране в области специальной психологии и коррекционной педагогики более 80 лет проводятся фундаментальные и прикладные исследования, направленные на развитие системы психолого-педагогической помощи, социальной адаптации и реабилитации разных категорий детей с нарушениями в развитии. За эти годы внесен весомый вклад в изучение психики и особых образовательных потребностей детей с интеллектуальным недоразвитием, глухих и слабослышащих, незрячих и слабовидящих, детей с тяжелыми речевыми нарушениями, нарушениями опорно-двигательного аппарата, задержкой психического развития, детей с выраженными расстройствами эмоционально-волевой сферы (ранний детский аутизм), детей с сочетанными нарушениями.

Все системы образования призваны решить проблему интеграции в общество человека с особыми образовательными потребностями и ограниченными возможностями. Интеграция предполагает включение в социум, т.е. процесс и результат предоставления ребенку прав и реальных возможностей участвовать в различных видах социальной жизни сообщества наравне и вместе с остальными в условиях, компенсирующих ему отставание в развитии. Изучение теоретических положений об особенностях лиц с ограниченными возможностями здоровья, а также и анализа практического опыта является основой успешной профессиональной деятельности педагогов в психолого-педагогическом сопровождении.

Томилова Н.В., учитель-логопед,

Гатина О.И., педагог-психолог

МАДОУ ЦРР – детский сад № 24 «Улыбка»,

г. Чайковский Пермского края

**Игровые развивающие панели как средство образовательной и**[**коррекционной работы**](https://pandia.ru/text/category/korrektcionnaya_rabota/)**с детьми с ОВЗ**

 Создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром - одна из задач ФГОС ДО.

 Наш детский сад посещают дети с особыми возможностями здоровья. Для данной категории воспитанников в ДОУ создаются условия: работают педагог-психолог, учитель-логопед, воспитатели в группах организуют специальную и доступную развивающую среду, музыкальный руководитель и инструктор физического воспитания при организации НОД учитывают особенности детей с ОВЗ. Установление партнерских отношений с родителями детей с особыми возможностями здоровья является условием коррекционного воздействия (М.А. Поваляева, Е.А.Стребелева и др.) эта форма является одной из нетрадиционных форм взаимодействия педагогов с семьями воспитанников.

 Педагоги находятся в постоянном активном поиске эффективных методов и приемов в организации процесса коррекции и развития детей с ОВЗ на разных возрастных этапах и в различных образовательных условиях. Интересной находкой было создание в холле ДОУ игровых развивающих панелей, которые направлены не только на коррекцию нарушений в развитии, но и на психоэмоциональный комфорт дошкольников.

**Цель игровых панелей:** создание благоприятных условий для повышения познавательной мотивации, активизации интеллектуальной и речевой деятельности.

**Задачи:**

* Формировать и совершенствовать речевую активность дошкольников.
* Побуждать детей к совместной деятельности с целью развития навыков сотрудничества.
* Развивать интеллектуальную сферу и психические процессы – восприятие, память, внимание, воображение.
* Развивать тактильно – кинестетическую чувствительность, координацию движений мелкой моторики, снимать мышечное напряжение.
* Способствовать формированию критичного отношения родителей к своему ребенку и освоению рядом педагогических компетенций.

 Игровые панели расположены в холле ДОУ и находится в открытом доступе для детей, родителей, педагогов. Все элементы комплекта соответствуют требованиям по обеспечению надежности и безопасности использования. Полифункциональность обеспечивается за счет наличия съемных элементов.

 Панели изготовлены из остатков ламината, которые склеены между собой в два ряда и закреплены на стенах в холле ДОУ. Игровые элементы изготовлены из подручных средств: цветная контактная лента, силиконовые подставки под мыло разной формы, горлышки от пластиковых бутылок, флаконы от шампуня для поддувания, катушки от ниток, шнурки, канцелярские гвозди, мешочки с разным наполнением, лего-пластины, паеточная ткань, обычные счеты, лабиринт из бусин, шарики на липучках, фурнитура, погремушки и музыкальные инструменты и пр.

**Методика использования предложенных материалов**

 С детьми ОВЗ очень важно проводить многократное повторение изученного материала, возвращаться к пройденным темам с постоянной периодичностью. В этом помогают, на наш взгляд, игровые панели. Они позволяют ненавязчиво привлекать детей к деятельности на игровых панелях, что позволяет повторять, систематизировать пройденный материал в индивидуальных и групповых занятиях. Также это предполагает возможность игрового развивающего взаимодействия: с родителями в вечернее время по рекомендации педагога, с младшими воспитателями при необходимости и исходя из особенностей ребенка, с педагогами и специалистами ДОУ.

 Например, для ребенка с ОВЗ можно проводить до занятий игровой «разогрев» для активизации восприятия и внимания без «уставания». После непосредственной образовательной деятельности по ознакомлению с окружающим миром можно поиграть с ребенком на магнитной панели «Животные зимой» и с помощью перемещения картинок вспомнить, как ведут себя звери в зимнее время года. Это помогает детям систематизировать знания о жизни диких животный зимой, наработать глагольный словарь, отработать образование существительных с числительными, относительные прилагательные. При изучении темы «Домашние животные» с неговорящими детьми вызываем или отрабатываем звукоподражание, простые предлоги. Данную панель можно использовать по любой лексической теме.

 Панель с музыкальными инструментами формирует фонематический восприятие, фонематический и музыкальный слух, позволяет концентрировать внимание на звучащем объекте, действует как расслабляющий момент. Эта панель для детей самая привлекательная, возле нее всегда весело и шумно, можно встретить не только детей, но и взрослых. Здесь можно погреметь, постучать, позвенеть «попищать», создать детский мини оркестр.

 Играя на математической панели, ребенок тренируется в счете, сортировке, соотношении числа и количества. Например, сколько шариков мороженого должно быть в рожке? Соотнеси количество шариков с цифрой на рожке. Положи в рожок шарики мороженого одного цвета и т.д.

 Таким образом, создание развивающей среды в холе ДОУ способствует максимальной компенсации, которая обеспечивает целостность организационно – педагогического процесса, эмоционального благополучия воспитанников, обеспечивает благоприятную психологическую и педагогическую обстановку. Только комплексное воздействие на ребенка может дать успешную динамику в развитии и социальной адаптации. Также эта форма оказалась наиболее эффективной в работе с родителями. Доступность панелей позволяет в удобное время выполнять рекомендации педагогов и специалистов ДОУ, решать коррекционные задачи.

Чайникова Л.В., учитель-логопед

МАДОУ детский сад 6

ГО Красноуфимск

**Кинезиологические упражнения как вид здоровьсберегающей технологии в практике учителя-логопеда ДОУ**

Инклюзивное образование в России – это новая инновационная система, позволяющая детям с ограниченными возможностями здоровья развиваться в условиях полноценного общества. Так же, как и в других странах мира, инклюзивное образование подразумевает равноправное восприятие всех детей и внедрение индивидуального подхода к обучению, учитывая особенности каждого ребёнка.

С каждым годом количество детей с особыми образовательными потребностями увеличивается, поэтому согласно диагностике, проводимой с 1 – 15 сентября, в нашем МАДОУ детский сад 6 дети имеют различные речевые нарушения (ФФНР, ОНР), задержку психического развития.

Логопедическая помощь – это частный пример внедрения инклюзии в деятельность современного образовательного учреждения.

Работа учителя-логопеда в условиях инклюзивного образования имеет ряд особенностей. Прежде чем приступить к коррекционной работе, путём тщательного специального обследования, выясняю характер нарушения речевой деятельности с учетом специфических особенностей ребенка и его потенциальных возможностей. Использую «Технологию комплексной диагностики (для оценки речевого развития) Иншаковой О.Б., Трубниковой Н.Н., Бадяевой Н.Е., Десюковой Н.Е – провожу диагностику уровня речевой коммуникации, проверяю особенности развития словаря детей, что позволяет осуществить комплексную коррекцию отклонений в речевом развитии воспитанников. Главная проблема в логопедической работе – это проблема мотивации: как вызвать познавательный интерес ребенка, чем привлечь его внимание. У воспитанников отмечается снижение познавательной активности и скорости восприятия, переработки и воспроизведения информации. Одним из эффективных средств повышения мотивации и познавательного интереса ребенка являются кинезиологические упражнения.

Кинезиология – наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Это - здоровьесберегающая технология. Данная технология позволяет выявить скрытые способности ребенка, расширить возможные границы головного мозга. Практически все кинезиологические упражнения направлены на развитие физических и психофизиологических качеств, на сохранение здоровья и профилактику отклонений их развития. Они развивают тело, повышают стрессоустойчивость организма, синхронизируют работу полушарий, улучшают зрительно-моторную координацию, формируют пространственную ориентировку, совершенствуют регулирующую и координирующую роль нервной системы. Мой рабочий день начинается с кинезиологической гимнастики в старшей и подготовительной группах, которая проводится систематично, без пропусков. От детей требуется точное выполнение движений и приемов. Задача логопеда – превратить выполнение упражнений по речевому и интеллектуальному развитию в увлекательную и интересную игру для детей, активизировать их способности и желание учиться.

Предлагаемые комплексы упражнений излагаются в стихотворной форме в порядке постепенного усложнения и рекомендуются к использованию, длительностью 5-15 минут упражнения проводятся по специальным комплексам, длительностью 2 недели. Использую следующие методы и приёмы методы и приёмы:

*1. Дыхательные упражнения:* «Одуванчики», «Разноцветный паровозик», «Шарик».

*2. Упражнение по коррекции зрения (глазодвигательные):* «Огоньки», «Сел медведь на брёвнышко……», «Восьмёрка».

*3. Упражнения на общую моторику:*

«Собираем урожай –

Не ленись и не зевай.

Сколько разных овощей –

Для салатов и для щей.

На лопату налегаем

И картофель накопаем.

Справа – крепкая капуста,

Слева – репа и салат.

Каждый овощ очень вкусный:

Витаминами богат!»

Медленно разворачиваем корпус, скручивая себя, фиксируем такое положение несколько секунд, затем разворачиваемся в другую сторону, раскидываем руки, напрягая ладони, и опускаем руки вниз «Сидели два медведя….», «Мы делили апельсин…».

 *4. Упражнения для развития мелкой моторики:* «Мы похлопаем в ладошки», «Домик гнома», «Облака».

*5. Пальчиковая гимнастика:*

«Плачут овощи на грядке:

Ой, спасите, здесь сорняк!

Наша грядка не в порядке,

Нам сорняк не друг, а враг!

Нас избавьте, дети,

От таких соседей!-

Раз, два, три, четыре, пять! –

Сорняки спешим убрать.

Большие пальцы на руках поочередно соединяются с указательными, средними, безымянными и мизинцами.

*6. Упражнения на релаксацию:*

«Мы увидели пион..»,

«Ох, устали, утомились

И присели отдохнуть…

Наши головы склонились,

Задремали мы чуть-чуть…

Дышим ровно, глубоко,

Нам приятно и легко…»

Дышим глубоко и спокойно, плечи расправлены, глаза закрыты, медленно пускаем голову вперед.

*7. Массаж пальцев рук и ушных раковин:* «Кулачок, ребро, ладошка. Домик, солнышко, окошко! Все движенья вместе с нами, выполняй двумя руками. Пальцы рук собираем в кулачки; ставим ладони на ребро, раскрывая их; кладем раскрытые ладони на стол; делаем пальцами крышу «домика», затем, соединяя подушечки пальцев, образуем ладонями круглое «солнышко» и «окошко», соединяя указательные и большие пальцы обеих рук.

В своей работе особое значение уделяется работе с кистями рук, поскольку  кинезиологическая тренировка движений пальцев рук является важнейшим фактором, стимулирующим речевое развитие ребёнка, способствующим улучшению артикуляционной моторики, подготовке кисти руки к письму и, что особенно важно с нейропсихологической точки зрения, является мощным средством, повышающим работоспособность коры головного мозга. Таким образом:

* регулярное выполнение кинезиологических  упражнений способствует активизации межполушарного взаимодействия, синхронизации работы полушарий;
* оказывает положительное влияние на коррекцию обучения, развитие интеллекта, улучшает состояние физического здоровья и социальной адаптации детей, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю, а главное  способствует коррекции недостатков речевого развития дошкольников.

 Такой подход позволяет наполнить наше ежедневное общение с дошкольниками новыми играми, несущими в себе важнейшее коррекционно-развивающее значение.

Черемшанова Е.В., старший воспитатель

МБДОУ ПГО детский сад № 51

Полевской ГО

**Организация образовательной среды в коррекционно-развивающей работе с детьми с ОВЗ**

Меняющаяся система образования, появляющиеся новые подходы к организации воспитания и обучения в детском саду заставляют дошкольные организации по - новому подходить к инклюзивной практике.

Коллективу нашего детского сада импонирует определение инклюзии ЮНЕСКО – динамически развивающийся подход, заключающийся в позитивном отношении к разнообразию обучающихся и в восприятии индивидуальных особенностей не как проблемы, а как возможности для обогащения процесса познания.

Главный принцип нашей работы организация такой среды, в которой педагоги, родители и другие участники процесса работают вместе в сотрудничестве с использованием соответствующих и достаточных ресурсов для интерпретации и применения обычной образовательной программы с достаточной гибкостью в соответствии с потребностями и возможностями.

Не секрет, что дети с ОВЗ требуют «особой» образовательной среды в коррекционно-развивающей работе, что бывает сложно осуществить в типовых детских садах, построенных в 60-е годы двадцатого века (совмещенные групповые со спальнями, отсутствие кабинетов специалистов, холлов, специальных помещений для занятий и игр).

Эта проблема возникла и перед нашим педагогическим коллективом. Решить её мы попробовали авторским дидактическим пособием «Времена года».

Пособие представляет собой куб из легкого металлического профиля с чехлом определенного цвета (по временам года). Каждая сторона чехла оформлена сюжетной картиной с карманами и вкладышами. В карманы вложено нестандартное оборудование по всем направлениям развития ребенка.

Создавая нестандартное оборудование «Времена года», мы учитываем следующие правила:

1.Соответствие гигиеническим и техническим требованиям: оборудование прочное и безопасное, легкое и легкопереносимое.

2.Потенциальная возможность стать предметом соответствующего действия (деятельности) ребенка. Оборудование обеспечивает в полной мере условия для развития двигательных умений и навыков.

3.Все оборудование выполняет свою развивающую роль тем, что оно доступно для активности детей, становится предметом для упражнений и тренировок в метании, ходьбе и беге, лазании, равновесии.

4.Оборудование направлено на формирование эстетического вкуса ребенка.

5.Пособиепризвано содействовать решению, как специфических задач целенаправленного развития моторики детей, так и решению задач их всестороннего развития и формирования личности, а именно:

* обогащать знания о мире предметов и их многофункциональности; приучать ощущать себя в пространстве, ориентироваться в нем;
* создать условия для проявления максимума самостоятельности, инициативы, волевых усилий;
* приучать применять предметы спортивно-игрового нестандартного оборудования в самостоятельной деятельности;
* создает условия для овладения конкретным движением и обеспечивает удовлетворение потребностей детей в движении.

Пособие используется в работе с детьми с ОВЗ учителями-логопедами, педагогом-психологом и воспитателями.

Использование данного пособия дает возможность объединить нескольких направлений обучения, например, двигательную деятельность и сенсорное развитие. Так как ведущим познавательным процессом младшего дошкольного возраста является восприятие, активизация которого возможна при включении детей в доступные им виды деятельности, следовательно, использование нетрадиционного оборудования для развития сенсорных и сенсомоторных представлений дошкольников в двигательной деятельности является наиболее результативным.

Дидактическое пособие приносит детям радость, пробуждает интерес и способность к творческой активности, удовлетворяли естественную биологическую потребность в движении, что особенно немаловажно для детей с ОВЗ.

Дидактическое пособие «Времена года» позволяет учителю-логопеду, педагогу-психологу занимаясь индивидуально или с группой детей применять здоровьесберегающие технологии (дыхательная, зрительная, мимическая, пальчиковая гимнастики; релаксация, динамические паузы в сочетании с речевым материалом; самомассаж и пр.); технологии игрового обучения (дидактические и словесные игры, игры на развитие психических процессов, фонематического слуха и звукового анализа, слоговой структуры, по обучению грамоте, обогащению словаря); технологии развивающего обучения и т.д.

У многих детей с ОВЗ отмечается недоразвитие мелкой моторики и зрительно-моторной координации. Движения бывают неловкими несогласованными. Поэтому пособием предусмотрены игровые элементы, направленные устранение данной проблемы.

Ребенку с двигательными нарушениями, легче освоить тонкие движения пальцев рук, держать предмет одной рукой и действовать другой, если в процессе использования данного пособия педагог помогает ему зафиксировать удобную позу. Активизация мыслительной деятельности основывается на информационной базе, которую ребенок получает через органы чувств. Результатом этого восприятия становится образ, включающий в себя комплекс различных взаимосвязанных ощущений. В дальнейшем этими образами оперируют внимание, память, мышление, эмоции ребенка ОВЗ.

При изготовлении оборудования для организации двигательной деятельности и развития сенсорных способностей мы обратили особое внимание на изготовление всевозможных пособий, направленных на профилактику плоскостопия и развитию свода стопы, т.к. стопа на втором, частично на третьем году жизни частично утолщена. При плоскостопии резко ухудшается опорная функция ног, изменяется положение таза и позвоночника, затрудняются движения, что приводит к нарушению осанки.

Деятельность с нетрадиционным (нестандартным) оборудованием «Времена года» позволяет решать задачи формирования двигательных навыков в основных видах движений, обогащать опыт детей, делают более разнообразными занятия детей, делают образовательную деятельность более привлекательной для детей, вызывают эмоциональный подъем, развивают творчество и фантазию. В процессе использования дидактического пособия воспитанники достигают целевых ориентиров раннего и дошкольного возраста.

Якунцова И.Н., старший воспитатель

МБДОУ детский сад «Созвездие»

г.Чусовой Пермского края

**Работа с семьей детей с ограниченными возможностями здоровья в дошкольной образовательной организации**

(Инклюзивное образование в ДОО – пространство равных возможностей)

Законодательство Российской Федерации гарантирует образование всем детям, которое является одним из основных и неотъемлемых конституционных прав гражданина Российской Федерации.

Активные действия педагогической общественности России и родителей привели к созданию Концепции включения лиц с ограниченными возможностями (далее ОВЗ) разных категорий в образовательное пространство образовательных учреждений общего типа.

Важное направление деятельности по реализации прав на образование детей с ОВЗ – создание вариативных условий для получения образования детьми, имеющими различные недостатки в физическом и (или) психическом развитии.

Одна из форм организации обучения детей дошкольного возраста - создание в ДОУ смешанных (инклюзивных) групп, в которых одновременно воспитываются и обучаются нормально развивающиеся дети и дети с определёнными отклонениями развития. Независимо от социального положения, физических и умственных способностей, инклюзивное образование предоставляет возможность каждому ребёнку удовлетворять свою потребность в развитии и равные права в получении образования.

Качественное предоставление образовательной услуги в ДОУ и создание оптимальных условий для детей с ОВЗ невозможно представить без участия родителей. Роль родителей незаменима: они лучше знают своего ребёнка, знакомы с его поведением в различных ситуациях, имеют с ним эмоциональную связь, которая облегчает понимание. Сопровождая ребёнка и сотрудничая со специалистами, родители часто становятся главными координаторами в оказании помощи ребёнку.

Взаимодействие с семьёй в целом, а не только с ребёнком, является важным условием успешной работы команды педагогов и родителей. Работа с родителями в ДОУ не может носить эпизодический характер, вестись от случая к случаю и без всякой системы. Чтобы помощь родителей была действенной, а дело развития стало общим для семьи, надо обучать не только детей, но и их родителей. Причём не столько обучать, сколько общаться, обмениваться опытом и мнениями, обсуждать проблемы и вместе искать пути и способы их решения.

В нашем МБДОУ «Детский сад «Созвездие» в двух группах обучаются дети с задержкой психического развития и дети-инвалиды с нарушением опорно-двигательного аппарата (далее НОДА). Дети с НОДА часто поступают в ДОУ с различными сочетанными диагнозами. У одних наблюдается задержка психического развития, другие дети имеют умственную отсталость. И как следствие – необходим поиск форм, методов и приёмов педагогической работы не только с детьми, но и их родителями.

Одной из форм взаимодействия с родителями в нашем детском саду является проведение цикла занятий, разработанного педагогом-психологом «В гости к психологу».Занятия проходят в оборудованной в ДОУ сенсорной комнате, так как именно на совместных занятиях мамы и ребёнка обеспечивается быстрое установление эмоционально положительного контакта между ребёнком и взрослым и достигается наибольший эффект выполнения широкого спектра коррекционно-развивающих задач.

В ДОУ организован семейный клуб «Мы разные – мы равные», целью которого является объединение родителей детей – инвалидов посредством вовлечения их в творческие, тематические мероприятия при взаимодействии с социальными партнёрами. Эти формы эффективны, так как позволяют найти индивидуальный стиль взаимоотношений с каждым родителем; помогают расположить к себе родителей, вызвать на откровенность, вызвать желание поделиться с педагогом своими мыслями.

Традиционным стало участие детей и их родителей в социальном проекте «Волшебная глина», в ходе которого дети познакомились с природным материалом-глиной, её свойством и применением. Сотрудники МБУК «Чусовской краеведческий музей» в проекте «Крестьянский мир» познакомили детей и родителей с историей и культурой родного края. Организованы встречи с сотрудниками МЧС и ДПС, которые провели цикл бесед по правилам дорожной и пожарной безопасности. В ДОУ часто приходят родители детей выпускников , из Чусовской городской общественной организации матерей детей-инвалидов «Фонарики» и проводят обучающие мастер-классы для детей с ОВЗ.

 Таким образом, использование разнообразных форм работы с семьями воспитанников с ОВЗ нашего МБДОУ дало положительные результаты: изменился характер взаимодействия педагогов с родителями, многие из них с желанием включились в образовательный процесс, стали незаменимыми помощниками воспитателей. У родителей появилась возможность не только общаться с педагогами, но и друг с другом. И самое главное, родители видят своих детей успешными и радуются этому вместе с нами.