

Здоровьесберегающие технологии при работе с детьми ясельной группы

Лекция для педагогов

Дети - это наше будущее, и сегодня от нас зависит, какое оно будет. В современном обществе отмечается повышение требований к физическому, психическому, личностному развитию детей. Одна из мер, обеспечивающих более успешное их развитие -

предоставление государством возможности воспитания детей раннего возраста. Восстановление системы общественного воспитания детей раннего возраста происходит в обстановке меняющейся экономической и политической ситуации.

Складывается парадигма новой государственности, идет поиск путей возрождения России на основе ее многонациональной культуры. Сохранить здоровье и интеллект нации на современном этапе - главная задача, в решении которой проблема развития детей раннего возраста в условиях семьи и общественного воспитания является центральной.

Реализуемые нами программы и технологии помогают наиболее полному личностному развитию воспитанников. Их содержание, а также построение воспитательно-образовательного процесса на основе сотрудничества, уважения к личности ребенка, обеспечивает хороший уровень компетентности детей в различных сферах.

В начале учебного года, составив карты здоровья, заполнив и проанализировав листы адаптации, мы провели диагностику исходного уровня развития детей. В процессе диагностики мы использовали: метод наблюдений, беседы, дидактические игры, подобранные соответственно возрасту. Изучив полученные результаты, мы наметили план дальнейшей работы и доставили для себя цель: создать у себя в группе такую здоровьесберегающую среду, которая могла бы обеспечить воспитаннику возможность сохранения здоровья. А также использование в работе с детьми здоровьесберегающих технологий, которые помогут в создании благоприятных условий для полноценного проживания ребенком

дошкольного детства, формирования основы базовой культуры личности, лучшему усвоению знаний детей и будут способствовать их гармоничному и всестороннему развитию. Всю свою педагогическую деятельность мы строим в соответствии с психофизическими особенностями каждого ребенка, что позволяет осуществлять контроль за здоровьем детей и полнее раскрыть их творческий потенциал. Педагогический процесс полностью оснащен необходимыми материалами и пособиями, программой развития ясельной группы, конспекты и дидактические игры. В целях обеспечения индивидуально-дифференцированного подхода к каждому ребенку мы организуем педагогический процесс на основе диагностики достижений детей и в результате ее выстраиваем перспективу работы с каждым ребенком, зону его ближайшего и перспективного развития.

В группе мы стараемся создать домашнюю обстановку, чтобы обеспечить все условия для разностороннего развития детей, чтобы они чувствовали себя уютно и комфортно. Для достижения поставленной цели необходимо:

организация здоровьесберегающей и развивающей среды, способствующих конструированию вариантов здорового образа жизни, повышению сопротивляемости и защитных свойств организма ребенка.

создание условий для обеспечения психологической безопасности личности ребенка; формирование у детей жизненно необходимых двигательных умений и навыков в различных видах деятельности. Таким образом, проанализировав вышесказанное, мы с уверенностью можем сказать о создании здоровьесберегающей среды в ясельной группе.

Проведение с детьми раннего возраста спортивных занятий два раза в неделю способствует не только физическому развитию малышей, но и формирует у них навыки, которые непосредственно закрепляются на занятиях в группе.

Воспитатели группы развивают посредством ходьбы в своих воспитанниках весь опорно-двигательный аппарат ребенка, движения, формирующие правильную осанку. В этом участвуют 56% мышц тела малышей. Другими важными навыками, приобретаемыми детьми раннего возраста в группе, являются бег (циклическое движение, в котором отталкивание от опоры ногам чередуется с полетом); прыжки (вид основного движения не

являющейся циклическим); катание, бросание, ловля и метание (игры с мячом во время прогулок в теплое время года); лазание, ползание (выполняемые ежедневно во время игры с воспитанниками); развитие в ребенке навыков равновесия (посредством ходьбы за счет сужения дорожки).

Следовательно, работа воспитателей является целостной системой, в которой сочетается охрана и укрепление здоровья ребенка, происходит совмещение функций детского организма и формируется физическое развитие.

Важнейшим ежедневным занятием с детьми раннего возраста являются подвижные игры. Предусмотренные планированием игры проводятся на утренних и вечерних прогулках в соответствии со временем года. Разработанные С.Н. Теплюк "Игры на прогулке с малышами" способствуют не только развитию игровых навыков ребенка, но и служат формированию здоровья малышей.

Закаливание детей раннего возраста также является важным фактором, способствующим укреплению здоровья малышей. Под закаливанием понимают повышение сопротивляемости организма главным образом низким температурам, поскольку в возникновении ряда заболеваний играет важную роль охлаждение организма (болезни верхних дыхательных путей, воспаление легких, нефриты, ревматизм и т. п.). Цель закаливания - выработать способность организма быстро изменять работу органов и систем в связи с постоянно меняющейся внешней средой. Способность организма приспосабливаться к определенным условиям внешней среды вырабатывается многократным повторением воздействия того или иного фактора (холода, тепла и т. п.) и постепенного повышения его дозировки. В процессе закаливания в организме ребенка происходят весьма сложные изменения. Клетки покровов тела и слизистых оболочек, нервные окончания и связанные с ними нервные центры начинают быстрее и целесообразнее реагировать на изменения окружающей среды. Все физиологические процессы в тканях и органах, в том числе расширение и сокращение кровеносных сосудов, протекают экономнее, быстрее и совершеннее. Кроме того, окрепшие под влиянием закаливания кожа и слизистые оболочки становятся менее чувствительными и проницаемыми для ряда болезнетворных микробов и их ядов, а способность организма к борьбе с уже проникшими в него микробами возрастает. В результате закаливания ребенок

становится менее восприимчивым не только к резким изменениям температуры и простудным заболеваниям, но и к другим инфекционным болезням. Закаленные дети обладают хорошим здоровьем, аппетитом, спокойны, уравновешенны, отличаются бодростью, жизнерадостностью, высокой работоспособностью. Однако всех этих результатов можно добиться лишь при правильном выполнении закаливающих процедур.

В группе проводятся закаливающие процедуры, предусмотренные планированием в строгом соответствии с возрастом ребенка и временем года, в которое они проводятся. Это воздушные и водные процедуры, солнечные ванны.

Большое внимание воспитатели группы уделяют использованию дорожек здоровья, используя их в установленное расписанием время после дневного отдыха малышей.

Планированием работы в группе предусмотрены закаливающие мероприятия, которые проводятся в группе в течение всего календарного года. Система закаливания организма ребенка полностью зависит от времени года, в которое оно проводится. Из приведенной ниже таблицы следует серьезное отношение всего коллектива группы к здоровьесбережению малышей

См. таблицу:

<i>Закаливающие мероприятия</i>	Осень	<p>1. Закаливание воздухом</p> <p>Соблюдение времени пребывания на прогулке, согласно режиму дня Поддерживание нормальной температуры воздуха в помещении (1 мл. гр. +19: +20)</p>
	Зима	<p>1. Закаливание воздухом</p> <p>Соблюдение времени пребывания на прогулке, согласно режиму дня Поддерживание нормальной температуры воздуха в помещении (1 мл. гр. +19: +20)</p>
	Весна	<p>1. Закаливание воздухом</p>

		<p>Соблюдение времени пребывания на прогулке, согласно режиму дня</p> <p>Поддерживание нормальной температуры воздуха в помещении (1 мл. гр. +19: +20)</p> <p>Воздушные ванны после дневного сна с проведением физических упражнений</p> <p>Правильный подбор одежды, облегченная одежда</p> <p>2. Закаливание водой</p>
	Лето	<p>Ходьба по ребристым дорожкам, проложенным смоченными полотенцами</p> <p>Ходьба по ребристым дорожкам</p> <p>1. Закаливание воздухом</p>
		<p>Соблюдение времени пребывания на прогулке, согласно режиму дня</p> <p>Утренняя гимнастика на свежем воздухе</p> <p>Поддерживание нормальной температуры воздуха в помещении (1 мл. гр. +19: +20)</p> <p>Воздушные ванны после дневного сна с проведением физических упражнений</p> <p>Правильный подбор одежды, облегченная одежда</p> <p>2. Закаливание водой</p>

		<p>Ходьба по ребристым дорожкам, проложенным смоченными полотенцами Обширное умывание</p>
		<p>3. Закаливание солнечными лучами</p> <p>Происходит после воздушных и водных процедур в середине прогулки. Время постепенно увеличивается, зависит от возраста детей</p>

Особое внимание, мы уделяем проведению закаливающих процедур, способствующих укреплению здоровья и снижению заболеваемости. В начале учебного года мы начинаем постепенное обучение элементам умывания по мере прохождения адаптационного периода, ходьба босиком, воздушные ванны после сна и во время физкультурных занятий. А также ходьба по дорожкам здоровья, солнечные и воздушные ванны. Играем с детьми в игры, которые лечат. Для часто болеющих детей хорошо помогает дыхательная, артикуляционная гимнастика. Организуем двигательный режим (согласно возрасту).

Использование дорожек здоровья способствует такому важному этапу в формировании здоровья ребенка, как профилактика плоскостопия у детей.

Плоская стопа и дефекты осанки у малышей. На первый взгляд, между этими явлениями нет никакой связи. А тем временем у 60-70% детей именно плоскостопие является причиной искривления позвоночника и других серьезных нарушений осанки. Даже небольшое отклонение от нормы формы стопы может серьезно ухудшить физическое развитие ребенка. Динамические возможности плоских стоп ограничены, объем движений в суставах минимален, а значительный наклон стопы в сторону вызывает сильную боль. Дети с таким недостатком не могут долго стоять, быстро устают, жалуются на боли в ногах и бедрах.

С детьми раннего возраста в целях закаливания и профилактики плоскостопия используются дорожки здоровья и босохождение.

В группе раннего возраста во всех проводимых занятиях применяются технологии направленные на сохранение и развитие здоровья малышей. Так как насколько здоров ребенок - настолько он и развит.

Для создания условий по сохранению, укреплению, формированию здоровья детей так же нужно разумное сочетание оздоровительных и образовательных задач, что обеспечит развитие детей не в ущерб здоровью. Цель которого: сформировать у ребенка мотивы самосохранения, воспитать привычку думать и заботиться о своем здоровье. Для достижения поставленной цели мы формируем навыки ухода за телом; создаем условия для закаливания; формируем навыки охраны личного здоровья и здоровья окружающих; даем представление и функциях тела; учим детей обращаться с опасными для здоровья вещами; демонстрируем значимость правильного отношения к здоровью и т.д.

В группе проводятся упражнения, способствующие: формированию осанки, профилактике плоскостопия, развитию органов дыхания, развитию опорно-двигательного аппарата и т.д. Как показывает наша практика, все выше перечисленные методы нам очень помогают в работе с детьми, мы и в дальнейшем будем их использовать, о чем свидетельствуют результаты.

Важнейшим фактором, который способствует развитию, сбережению и укреплению здоровья детей в группе младшего возраста являются ежедневные проветривания помещения, соблюдение температурного режима в туалетном помещении, чистота в группе, много света, спокойный, доброжелательный тон воспитателя, обязательные ежедневные прогулки утром и вечером в любое время года за исключением холодных температур (ниже 16оС). За всем этим строго следят воспитатели.

Работа с родителями для нас является важной составляющей всего педагогического процесса, ведь от нашего сотрудничества многое зависит. С момента поступления ребенка в детский сад мы должны строить совместную работу, которая поможет ему быстро и безболезненно адаптироваться и влиться в коллектив.

Для этого мы проводим с родителями беседы на темы: "Ваш ребенок идет в детский сад", "Особенности воспитания и обучения детей раннего возраста", "Оздоровление и закаливание детей раннего возраста" и многие другие; даем необходимые консультации (индивидуальные и групповые.), по вопросам

адаптации детей к условиям ДОО и на интересующие родителей темы. Проводим собрания, на которых выбирается актив группы, намечается план совместной работы с родителями, обсуждаются и рассматриваются различные вопросы касаемые воспитания и обучения детей. Мы стараемся привлечь родителей к участию в жизни группы и детского сада, родители посещают родительские собрания. Принимают активное участие в жизни группы.

Большое значение мы уделяем устному анкетированию родителей, ведь ответы родителей помогают нам выяснить увлечение взрослых и детей, проблемы, требующие педагогической помощи, узнать мнения родителей о нашей работе, найти новые пути сотрудничества.

Проанализировав результаты повторного тестирования детей, мы убеждаемся, что уровень знаний детей повышается, а уровень проблем и затруднений напротив снижается. Исходя из результатов повторного тестирования, можно сделать вывод: работу в данном направлении нужно продолжать, расширять и углублять, так как она дает неплохие результаты.

Одним словом коллектив группы работает в тесном сотрудничестве с родителями своих воспитанников. Это приводит к положительным результатам по опыту прошлых лет.