***Использование здоровьесберегающих технологий в работе с дошкольниками посредством, нестандартного оборудования***

*Васильева Луиза Егоровна,*

*воспитатель,*

*МБОО "Туора-Кюельская СОШ им. И. Н. Гуляева",*

*Республика Саха (Якутия), Таттинский улус, с. Туора-Кюель*

Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы...

В. А. Сухомлинский

Известно, что здоровье – один из важных компонентов человеческого благополучия и счастья, одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. А о здоровье можно говорить не только при отсутствии, каких – либо заболеваний, но и при условии гармоничного, нервно – психологического развития, высокой умственной и физической работоспособности.

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является особенно актуальной. Это объясняется тем, что к ним предъявляются весьма высокие требования, соответствовать которым могут только здоровые дети.

 На сегодняшний день в дошкольном возрасте практически здоровые дети составляют 3-4%, с нарушением осанки 50-60%, с плоскостопием-30%. За последние годы состояние здоровья детей прогрессивно ухудшается. Рождение здорового ребенка стало редкостью, растет число недоношенных детей, число врожденных аномалий, число детей с речевыми расстройствами.

Причин роста патологий множество:

* плохая экология;
* несбалансированное питание;
* снижение двигательной активности, информационные и нейропсихические перегрузки.

Усилия работников дошкольного образовательного учреждения сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Неслучайно именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада.

Здоровьесберегающие технологии – условия обучения ребенка (отсутствие стресса, адекватность требований и методик обучения и воспитания); рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); соответствие учебной и физической нагрузки, возрастным возможностям ребенка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим. В дошкольный период у ребенка закладываются основные навыки по формированию здоровья, это самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам. Кроме этого, именно в этом возрасте отмечается более тесная связь ребенка с семьей и воспитателем, чем в школьный период, что помогает наиболее эффективно воздействовать не только на ребенка, но и на членов его семьи. Поэтому актуален поиск средств сохранения и укрепления здоровья детей. Правильно организованная развивающая среда предоставляет ребенку возможность освоить определенные правила здорового образа жизни, укрепить уверенность в своих силах, чтобы дети были физически здоровы, коммуникабельны.

**Новизна опыта**

Новизна опыта состоит в разработке, создании и использовании собственных материалов для создания здоровьесберегающей образовательной среды, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей, и развитие их двигательной активности.

 **Цель**: создать условия для полноценной работы по сохранению и укреплению здоровья детей.

**Задачи**:

 - Создание здоровьесберегающей образовательной среды, направленной на сохранение и укрепление, формирование здоровья детей;

- Создание условий для организации двигательной активности детей;

- Укрепление опорно-двигательного аппарата детей дошкольного возраста с использованием нестандартного оборудования по здоровьесберегающим технологиям;

- Осуществление просвещения родителей по вопросам физкультурно-оздоровительной работы с использованием нестандартного оборудования.

При проектировании предметно-пространственной среды, способствующей формированию здорового образа жизни детей-дошкольников, следует исходить из необходимости учета следующих факторов:

* индивидуальных социально-психологических особенностей ребенка;
* особенностей его эмоционально-личностного развития;
* индивидуальных интересов, склонностей, предпочтений и потребностей.

 Для создания целостной системы здоровьесбережения детей важным условием в рамках внедрения ФГОС ДО является организация развивающей предметно–пространственной среды в ДОО.

При изготовлении и использовании нестандартного оборудования необходимо помнить, что к нестандартному оборудованию предъявляются

определённые санитарно-гигиенические требования.

Нестандартное оборудование должно быть:

1. Безопасным;

2. Максимально эффективным;

3. Удобным к применению;

4. Компактным;

5. Универсальным;

6. Технологичным и простым в изготовлении;

7. Эстетическим.

Применение нестандартных пособий вносит разнообразие в физические занятия и эффекты новизны, позволяет шире использовать знакомые упражнения. Оно объединяет физкультуру с игрой, что создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности. Использование ярких цветных пособий повышает у детей интерес к занятиям, придает им необходимую эмоциональную окраску. Нестандартное оборудование стимулирует интерес детей, желание двигаться, участвовать в играх; вызывает радость и положительные эмоции. Представляю вашему вниманию оборудование, изготовленное нами и применяемое в работе с детьми нашей группы.

Здесь можно увидеть:

* различные массажные и ребристые дорожки, дорожка следов, которые используются для укрепления стопы и профилактики плоскостопия, массажа ступней ног, позволяют развивать координацию движений, ловкость, выносливость, равновесие;
* «Серсо», кольцебросы, мишени, мешочки с песком - развивает: глазомер, внимание, ловкость, быстроту реакции, меткость, умение реагировать и координировать движения, формирование навыков самоконтроля;
* Цветные ленточки - используем в общеразвивающих упражнениях, которые развивают общую координацию движений.
* Тренажеры для дыхания - развивают дыхательные навыки, которые обеспечивают полноценный дренаж бронхов, очищают слизистую дыхательных путей, укрепляют дыхательную мускулатуру
* Настольный футбол
* Развитию мышц рук является развитие межполушарной специализации и межполушарного взаимодействия (синхронизация работы полушарий головного мозга, развитие способностей, памяти, внимания, речи, мышления) для этого проводим массажи рук с помощью различного оборудования: шишки, грецкий орех, мячики из конского волоса, перчатки, карандаши. Используем гантели, штанги ,гири (самодельные и сшитые)
* разноцветные флажки, ленты, платочки, косички, султанчики и многое другое.
* Диск «Моталочки»
* Воротики для подлезания
* Ведерки для метания

**Продолжительность проекта:** долгосрочный

**Участники проекта:** Педагоги ДОУ, дети младшей группы, родители

**План проекта**

1. Изучить и проанализировать педагогическую литературу по данной теме.

2. Провести диагностику физического развития и двигательной активности детей, в результате которой спланировать физкультурно-оздоровительную работу, нацеленную на укрепление здоровья детей и формирования красивой осанки (с использованием нестандартного оборудования).

Модель двигательного режима в ДОУ, с использованием нестандартного оборудования.

-Физкультурные занятия;

-физкультурные занятия на воздухе;

Физкультурно-оздоровительная работа

-Утренняя гимнастика;

-Закаливающие процедуры;

-Дыхательная гимнастика;

-Подвижные игры;

-Физические упражнения;

**-**Индивидуальная работа по развитию движений;

Активный отдых

-Физкультурные досуги;

-Физкультурные праздники в зале и на улице;

-Дни здоровья;

-Неделя здоровья

Совместная физкультурно-оздоровительная работа с семьёй

-Участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях;

-Конкурсы;

-Информационные стенды;

3. Начать проектирование предметно-пространственной среды, способствующей формированию здорового образа жизни у детей:

-Изготовление нетрадиционного спортивного оборудования;

4. Создать картотеку подвижных игр, с использованием нестандартного оборудования.

5. Создать картотеку упражнений для формирования красивой осанки, с использованием нестандартного оборудования.

6. Привлечь родителей к совместной работе по укреплению здоровья детей и формированию красивой осанки, с использованием нестандартного оборудования.

Содержание работы

1. Информация для родителей о физкультурно-оздоровительной работе, проводимой в ДОУ,

2. Конкурс по изготовлению нестандартного оборудования.

3. Выставка «Нестандартное оборудование в нашем детском саду»

4. Дни открытых дверей, использование нестандартного оборудования на физкультурных занятия.

5. Физкультурные досуги и праздники, совместно с родителями, с использованием нестандартного оборудования.

6. Фотовыставки:

«На зарядку становись»,

«Занятия на воздухе»,

«Играем развиваемся»

7. Привлечь воспитателей, специалистов, сотрудников детского сада к совместной работе по укреплению здоровья детей и формированию красивой осанки, с использованием нестандартного оборудования. использование нестандартного оборудования в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками.

**Этапы проектной деятельности:**

***1 этап***

Подготовить план мероприятий по использованию здоровьесберегающих технологий в работе с дошкольниками посредством, нестандартного оборудования оздоровлению детей и пропаганде здорового образа жизни.

 ***2 этап***

Проведение занятий с детьми о используя нестандартное оборудования и организация досуга. Провести работу с родителями.

***3 этап***

Совместно с родителями выпустить плакаты по здоровому образу жизни и изготовление нестандартного оборудования

Как показала практика, одна только развивающая среда уже позволяет повысить двигательную активность, подтолкнуть дошкольника к движению, совершаемому по собственной воле, желанию, без принуждения, а нестандартное оборудование - это всегда дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы. Дети с большим удовольствием лазают, бегают, прыгают, выполняют всевозможные упражнения, играют в подвижные игры. Поэтому крайне необходимо удовлетворить потребность ребенка в движении. Это служит важным условием формирования всех систем и функций организма, одним из способов познания мира, ориентировки в нем, а также средством всестороннего развития дошкольника .Успешно решать проблемы здоровьесбережения можно лишь в тесном контакте с семьей, при единстве и сплоченности наших усилий .Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность учебно-воспитательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

***Использованная литература:***

1. *Журнал «Здоровье дошкольника»-2008//Глушкова.Г. Опорно - двгательный аппарат. Профилактика, исправление нарушений// №6. – С.5*
2. *Грядкина Г.С. «Двигательная деятельность детей третьего года жизни как основа укрепления здоровья» /Дошкольная педагогика 2010 г. № 3 с. 4 – 9*
3. *Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. М.2006*