

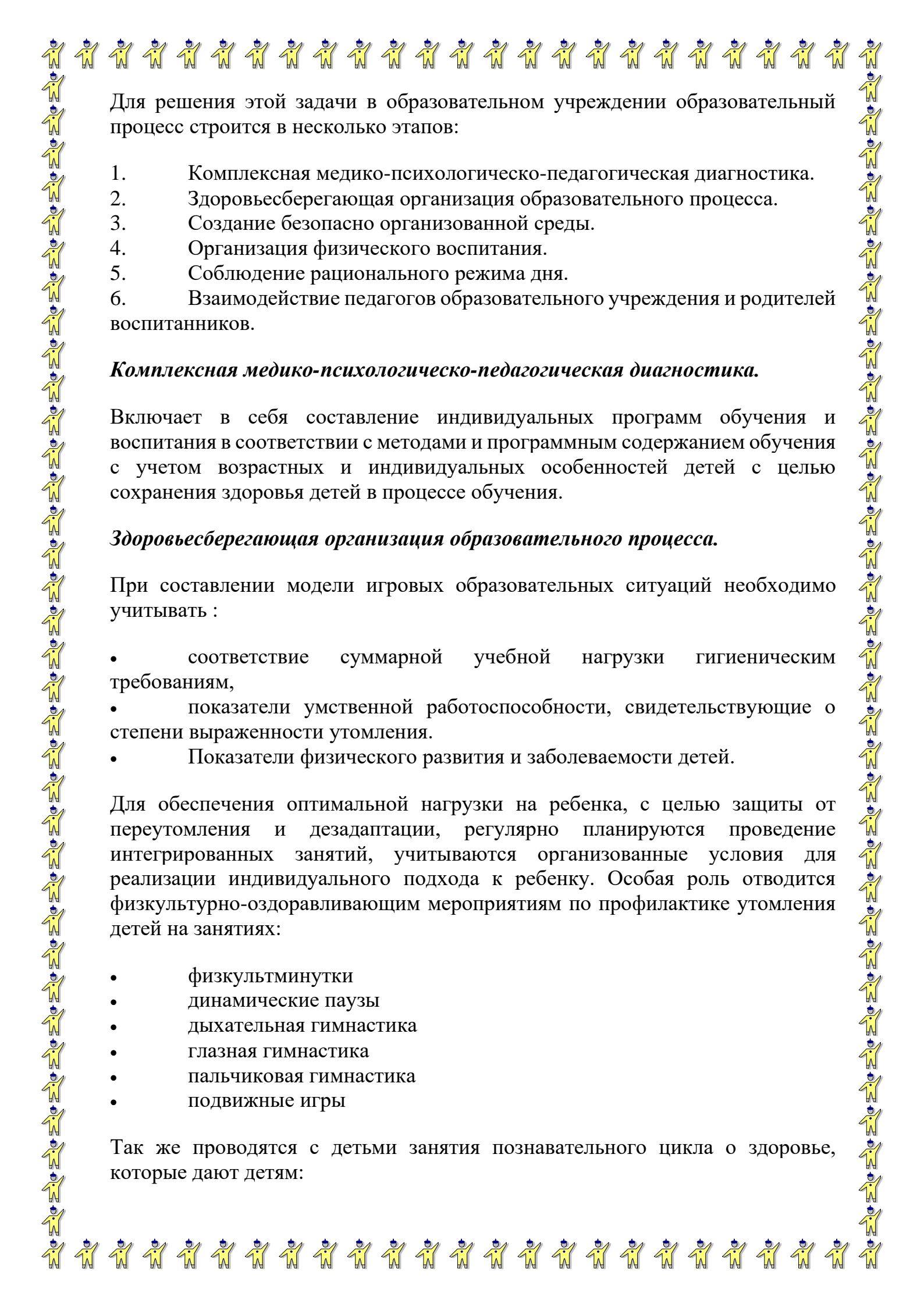
## Роль образовательной организации в сохранении физического и психического здоровья детей в системе ФГОС ДО

*Консультация для педагогов дошкольных образовательных организаций*



Подготовила  
старший воспитатель  
Гребенщикова Ирина Карловна

Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стали занимать во всем мире приоритетные позиции. И это понятно, поскольку состояние здоровья подрастающего поколения — важный показатель благополучия современного общества, окружающий не только настоящую ситуацию, но и прогноз на будущее. И наше образовательное учреждение не является исключением. Поэтому задачей образовательного учреждения является обеспечить каждому ребенку охрану и укрепление физического и психического здоровья, физического и эмоционального благополучия.



Для решения этой задачи в образовательном учреждении образовательный процесс строится в несколько этапов:

1. Комплексная медико-психологическо-педагогическая диагностика.
2. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса.
3. Создание безопасно организованной среды.
4. Организация физического воспитания.
5. Соблюдение рационального режима дня.
6. Взаимодействие педагогов образовательного учреждения и родителей воспитанников.

### ***Комплексная медико-психологическо-педагогическая диагностика.***

Включает в себя составление индивидуальных программ обучения и воспитания в соответствии с методами и программным содержанием обучения с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей с целью сохранения здоровья детей в процессе обучения.

### ***Здоровьесберегающая организация образовательного процесса.***

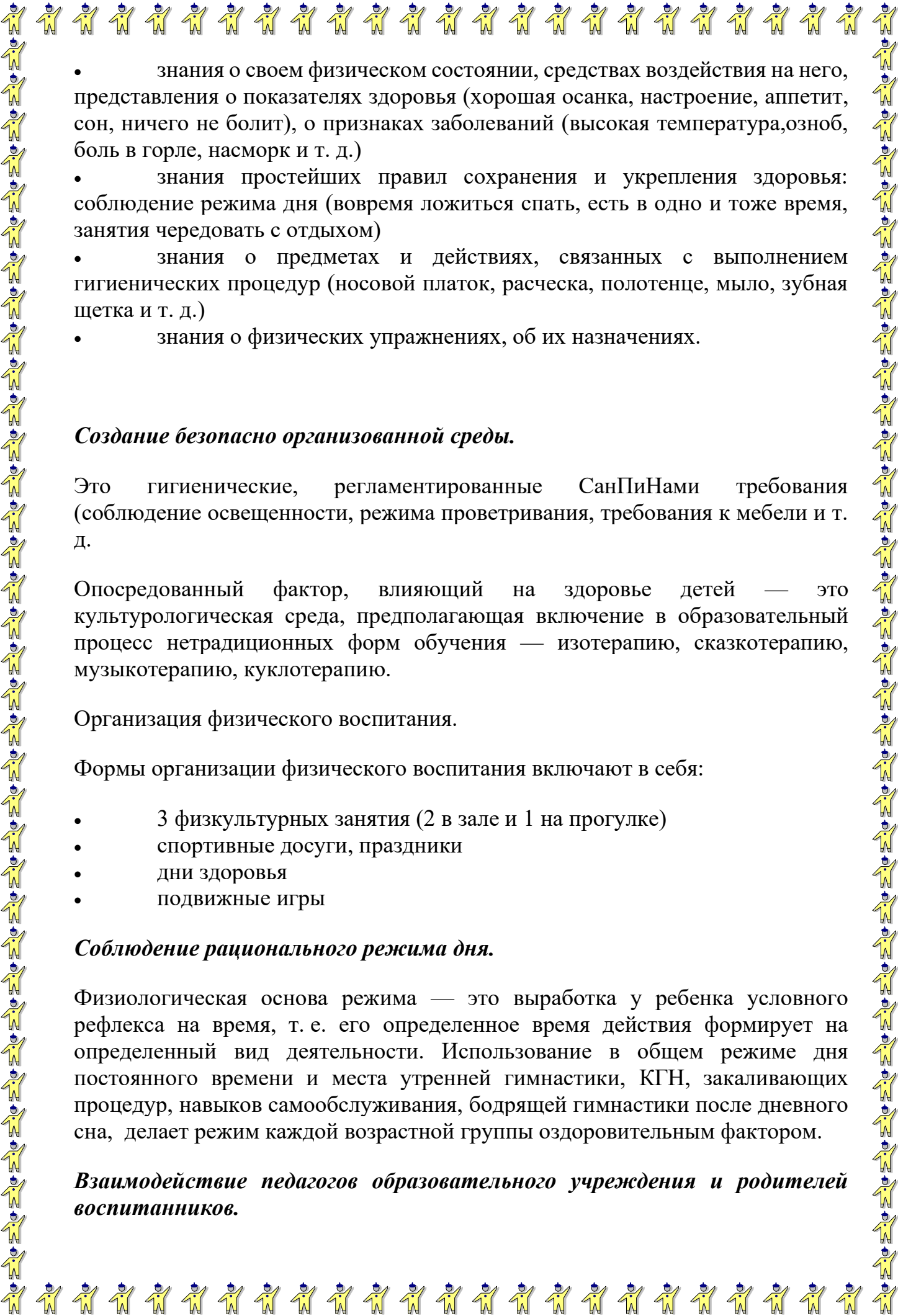
При составлении модели игровых образовательных ситуаций необходимо учитывать :

- соответствие суммарной учебной нагрузки гигиеническим требованиям,
- показатели умственной работоспособности, свидетельствующие о степени выраженности утомления.
- Показатели физического развития и заболеваемости детей.

Для обеспечения оптимальной нагрузки на ребенка, с целью защиты от переутомления и дезадаптации, регулярно планируются проведение интегрированных занятий, учитываются организованные условия для реализации индивидуального подхода к ребенку. Особая роль отводится физкультурно-оздоровляющим мероприятиям по профилактике утомления детей на занятиях:

- физкультминутки
- динамические паузы
- дыхательная гимнастика
- глазная гимнастика
- пальчиковая гимнастика
- подвижные игры

Так же проводятся с детьми занятия познавательного цикла о здоровье, которые дают детям:

- 
- знания о своем физическом состоянии, средствах воздействия на него, представления о показателях здоровья (хорошая осанка, настроение, аппетит, сон, ничего не болит), о признаках заболеваний (высокая температура, озноб, боль в горле, насморк и т. д.)
  - знания простейших правил сохранения и укрепления здоровья: соблюдение режима дня (вовремя ложиться спать, есть в одно и то же время, занятия чередовать с отдыхом)
  - знания о предметах и действиях, связанных с выполнением гигиенических процедур (носовой платок, расческа, полотенце, мыло, зубная щетка и т. д.)
  - знания о физических упражнениях, об их назначениях.

### ***Создание безопасно организованной среды.***

Это гигиенические, регламентированные СанПиНами требования (соблюдение освещенности, режима проветривания, требования к мебели и т. д.

Опосредованный фактор, влияющий на здоровье детей — это культурологическая среда, предполагающая включение в образовательный процесс нетрадиционных форм обучения — изотерапию, сказкотерапию, музыкотерапию, куклотерапию.

Организация физического воспитания.

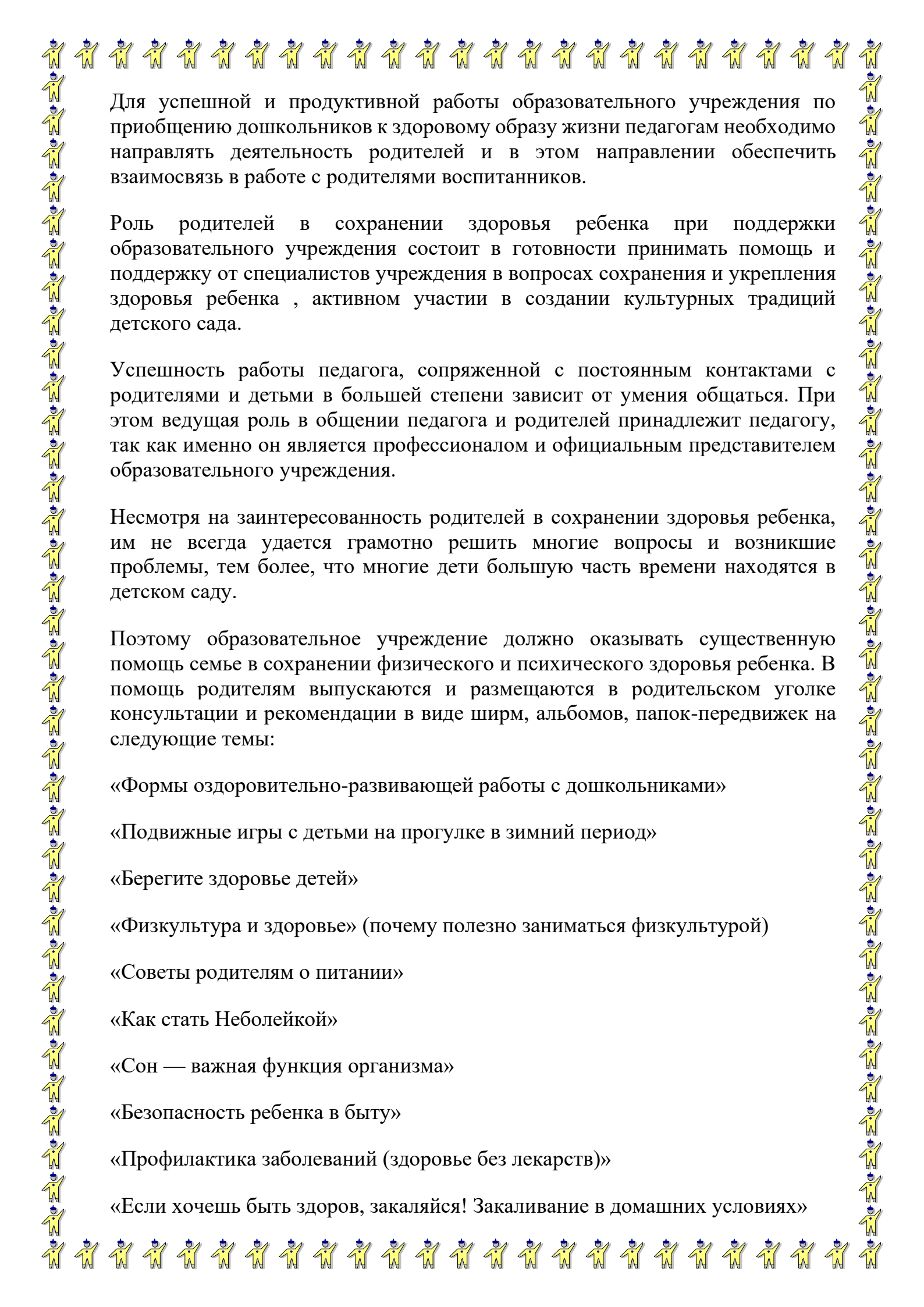
Формы организации физического воспитания включают в себя:

- 3 физкультурных занятия (2 в зале и 1 на прогулке)
- спортивные досуги, праздники
- дни здоровья
- подвижные игры

### ***Соблюдение рационального режима дня.***

Физиологическая основа режима — это выработка у ребенка условного рефлекса на время, т. е. его определенное время действия формирует на определенный вид деятельности. Использование в общем режиме дня постоянного времени и места утренней гимнастики, КГН, закаляющих процедур, навыков самообслуживания, бодрящей гимнастики после дневного сна, делает режим каждой возрастной группы оздоровительным фактором.

***Взаимодействие педагогов образовательного учреждения и родителей воспитанников.***



Для успешной и продуктивной работы образовательного учреждения по приобщению дошкольников к здоровому образу жизни педагогам необходимо направлять деятельность родителей и в этом направлении обеспечить взаимосвязь в работе с родителями воспитанников.

Роль родителей в сохранении здоровья ребенка при поддержке образовательного учреждения состоит в готовности принимать помощь и поддержку от специалистов учреждения в вопросах сохранения и укрепления здоровья ребенка, активном участии в создании культурных традиций детского сада.

Успешность работы педагога, сопряженной с постоянными контактами с родителями и детьми в большей степени зависит от умения общаться. При этом ведущая роль в общении педагога и родителей принадлежит педагогу, так как именно он является профессионалом и официальным представителем образовательного учреждения.

Несмотря на заинтересованность родителей в сохранении здоровья ребенка, им не всегда удается грамотно решить многие вопросы и возникшие проблемы, тем более, что многие дети большую часть времени находятся в детском саду.

Поэтому образовательное учреждение должно оказывать существенную помощь семье в сохранении физического и психического здоровья ребенка. В помощь родителям выпускаются и размещаются в родительском уголке консультации и рекомендации в виде ширм, альбомов, папок-передвижек на следующие темы:

«Формы оздоровительно-развивающей работы с дошкольниками»

«Подвижные игры с детьми на прогулке в зимний период»

«Берегите здоровье детей»

«Физкультура и здоровье» (почему полезно заниматься физкультурой)

«Советы родителям о питании»

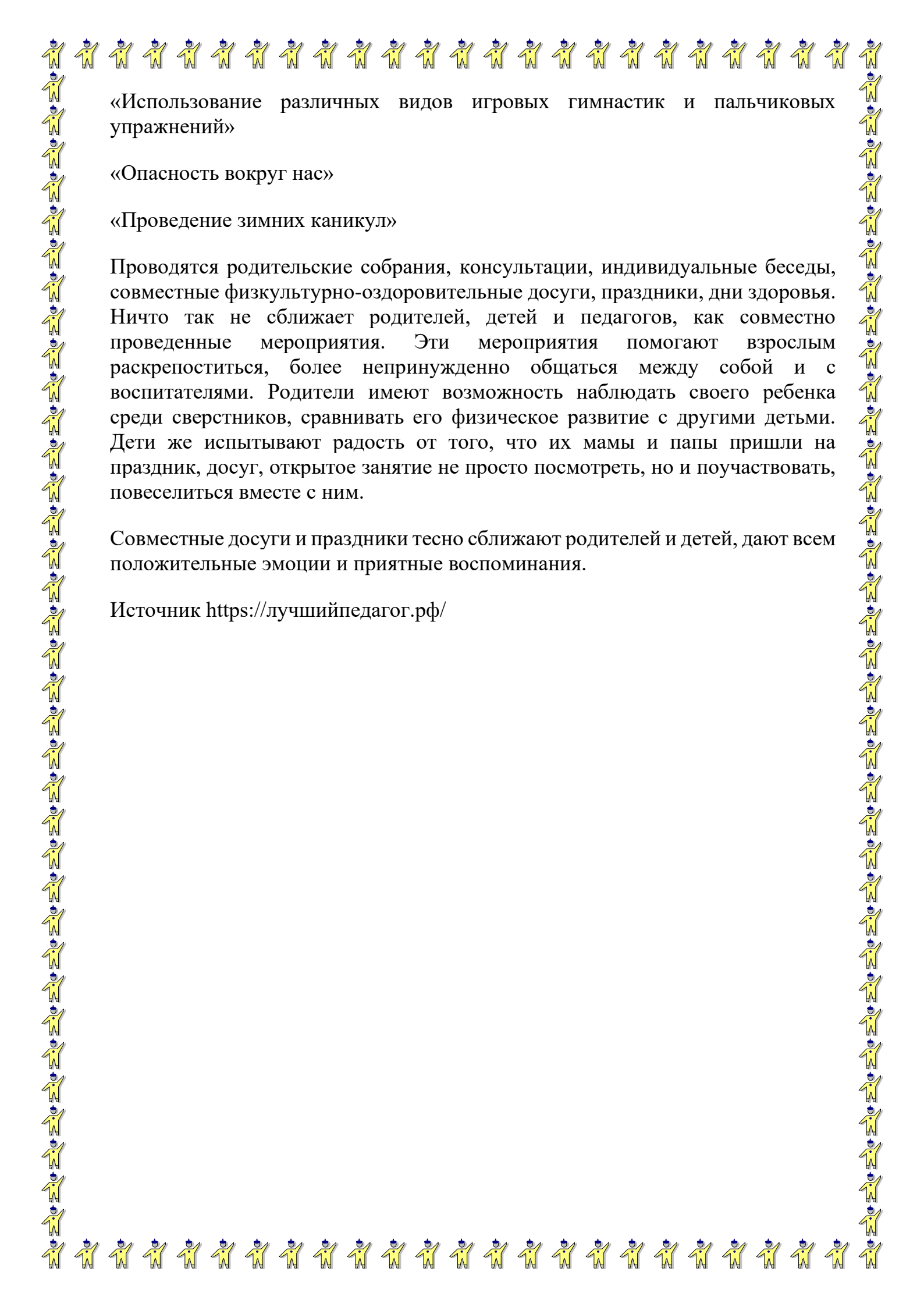
«Как стать Неболейкой»

«Сон — важная функция организма»

«Безопасность ребенка в быту»

«Профилактика заболеваний (здоровье без лекарств)»

«Если хочешь быть здоров, закаляйся! Закаливание в домашних условиях»



«Использование различных видов игровых гимнастик и пальчиковых упражнений»

«Опасность вокруг нас»

«Проведение зимних каникул»

Проводятся родительские собрания, консультации, индивидуальные беседы, совместные физкультурно-оздоровительные досуги, праздники, дни здоровья. Ничто так не сближает родителей, детей и педагогов, как совместно проведенные мероприятия. Эти мероприятия помогают взрослым раскрепоститься, более непринужденно общаться между собой и с воспитателями. Родители имеют возможность наблюдать своего ребенка среди сверстников, сравнивать его физическое развитие с другими детьми. Дети же испытывают радость от того, что их мамы и папы пришли на праздник, досуг, открытое занятие не просто посмотреть, но и поучаствовать, повеселиться вместе с ним.

Совместные досуги и праздники тесно сближают родителей и детей, дают всем положительные эмоции и приятные воспоминания.

Источник <https://лучшийпедагог.рф/>