**Представление педагогического опыта инструктора по физической культуре муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка – детский сад №58»**

**1. Тема** «Здоровьесберегающие технологии, физическое воспитание детей старшего дошкольного возраста». **2. Сведения об авторе:** Абузярова Ольга Владимировна.

Образование: 2006 - 2011 гг., высшее, ГОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт им. М. Е. Евсевьева». Квалификация по диплому: «Учитель русского языка и литературы». Специальность «Русский язык и литература». Педагогический стаж работы в данной организации: 3 года. **3. Актуальность, проблема массовой практики, решаемая автором.**

Актуальная тема для разговора во все времена – это здоровье человека. Здоровье нельзя удержать лекарствами. Но есть другое средство – движение. Физические упражнения, движения должны прочно войти в быт каждого человека, который хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную долгую жизнь. На современном этапе развития системы дошкольного образования оздоровительное направление работы детского сада становится все более значительным. Согласно современным представлениям, целью образования является всестороннее развитие ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья. В дошкольных образовательных организациях используются разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья обучающихся, получившие в настоящее время общее название – «здоровьесберегающие технологии». Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду – это, прежде всего, технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников. Цель этих технологий – становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

**4. Основная идея опыта.**

Здоровье – это первая и важнейшая потребность человека, определяющая его способность к труду и обеспечивающая гармоничное развитие личности. Здоровье является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Между тем на уровне житейских суждений здоровье обычно воспринимается как недостижимый идеал или сумма среднестатистических, общих для всех норм и, как правило, лишено конкретного психологического смысла. Однако здоровье – явление самостоятельно и многоаспектное. Каждый человек здоров условно, и каждый может быть здоровым в определенных условиях. Строго объективных критериев здоровья нет – существует более трехсот определений здоровья. Давая определение здоровья, большинство педагогов имеет ввиду физическую составляющую, забывая о социально-психологической и духовно-нравственной. Важно переломить эту тенденцию и руководствоваться определением здоровья как многогранного понятия, включающего социально-педагогический, духовно-нравственный и психический аспекты. Иными словами, невозможно понять и определить здоровье в отрыве от конкретной среды, в которой живет человек (природа, домашняя обстановка, духовная атмосфера семейного социума, социальное окружение), от всех сфер и проявлений его жизнедеятельности (учебы, труда, поведения, отдыха), от его назначения и целей, духовного развития. Здоровье, как функция успешной жизни, в наше время становится необходимым условием культурного развития человека. Основной целью моего педагогического опыта является выявление условий эффективного использования здоровьесберегающих технологий в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста. Для достижения этой цели мною определены следующие задачи: – актуализировать содержание понятия «здоровьесберегающие технологии»; − изучить особенности физического развития детей старшего дошкольного возраста; − изучить методику и опыт использования здоровьесберегающих технологий в ДОО; − разработать методические рекомендации по применению здоровьесберегающих технологий в физическом развитии детей старшего дошкольного возраста.

**5. Теоретическая база, опора на современные педагогические теории, заимствование новаторских систем и их элементов.** В системе дошкольного образования широко применяются технологии развивающего и проблемного обучения, игровые, компьютерные, альтернативные технологии. Наряду с перечисленными, все чаще звучит термин «здоровьесберегащие технологии». По мнению В. Д. Сонькина, здоровьесберегающие технологии – это условия обучения ребенка (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность 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. О. В. Петров под здоровьесберегающей технологией понимает систему, создающую максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.). По определению Н. К. Смирнова, здоровьеформирующие образовательные технологии - это психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у детей культуры здоровья и личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни. В. А. Деркунская предлагает классификацию здоровьесберегающих технологий по доминированию целей и решаемых задач, а также ведущих средств здоровьесбережения субъектов педагогического процесса в детском саду: – медико-профилактические (организация мониторинга здоровья дошкольников; разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания, физического развития и закаливания дошкольников; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды в ДОУ); – физкультурно-оздоровительные (развитие физических качеств и становление физической культуры дошкольников; дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж; профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки; воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье); – обеспечения социально-психологического благополучия ребенка (психологическое или психолого-педагогическое сопровождение развития ребенка); – здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования (развитие культуры здоровья педагогов, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни); – валеологического просвещения родителей (папки-передвижки, беседы, личный пример педагога, нетрадиционные формы работы с родителями, практические показы (практикумы) и др.). Здоровьесберегающая педагогика не может выражаться какой-то конкретной образовательной технологией. По мнению В. И. Ковалько, здоровьесбережение может выступать как одна из задач некоего образовательного процесса. Это может быть образовательный процесс определенной направленности: медико-гигиенической (осуществляемые при тесном контакте педагог – медицинский работник – ребенок); физкультурно-оздоровительной (отдается приоритет занятиям физкультурной направленности); экологической (создание гармоничных взаимоотношений с природой) и др. Т. Овчинникова отмечает, что планирование оптимальной системы здоровьесбережения в ДОО требует решения целого комплекса задач: – поиска современных, эффективных научных подходов к моделированию педагогической и оздоровительной деятельности; – выстраивания результативной стратегии управления здоровьесберегающей деятельностью в дошкольной образовательной организации; – определения педагогических условий, обеспечивающих максимальную эффективность изучаемой деятельности.

**6. Новизна, творческие находки автора.** Цель здоровьесберегающих образовательных технологий – обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Основной показатель, отличающий все здоровьесберегающие образовательные технологии – регулярная экспресс-диагностика состояния детей и отслеживание основных параметров развития организма в динамике (начало – конец учебного года), что позволяет сделать соответствующие выводы о состоянии их здоровья.В качестве средств, позволяющих решить данные задачи, может выступать:– непосредственное обучение детей элементарным приемам здорового образа жизни (оздоровительная, пальцевая, корригирующая, дыхательная гимнастика, самомассаж) и простейшим навыкам оказания первой медицинской помощи при порезах, ссадинах, ожогах, укусах; а также привитие детям элементарных культурно-гигиенических навыков; – реабилитационные мероприятия (фитотерапия, витаминотерапия, ароматерапия, ингаляция, функциональная музыка, лечебная физкультура, массаж, психогимнастика, тренинги);– специально организованная двигательная активность ребенка (физкультминутки, занятия оздоровительной физкультурой, подвижные игры, спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии).

**7. Технология опыта.** Понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» (ЗОТ) появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет и до сих пор воспринимается многими педагогами как аналог санитарно-гигиенических мероприятий. Медико-профилактические технологии в дошкольном образовании – это технологии, обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОО в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним относятся следующие технологии: организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровье сберегающей среды в ДОУ. Иными словами, здоровьесберегающие технологии включают систему мер, отражающих взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников, увеличение количества детей с нарушениями психического и речевого развития, диктует необходимость поиска механизмов, позволяющая изменить эту ситуацию.

**8. Результативность опыта.** Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий зависит от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий дошкольной образовательной организации, профессиональной компетенции педагогов, а также показаний заболеваемости детей. Главным критерием результативности здоровьесберегающих педагогических технологий мы считаем их влияние на развитие ребенка, увеличение резервов его здоровья и, как частный вариант, готовность ребенка легко адаптироваться к школьным нагрузкам. Таким образом, очень важно, чтобы каждая из технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие. Некоторые методики оздоровления долгие годы использовались сугубо в коррекционных целях и предназначались для детей образовательных органзаций «специального образования» компенсирующего вида. В последнее время большинство методик используется в обычных образовательных организациях для обычных детей в профилактических, либо оздоровительных целях. С введением новых Федеральных Государственных Образовательных Стандартов вся система образования по-новому взглянула на обучение и воспитание. Произошел пересмотр «старых» форм работы, произведены коррективы, внесены поправки, соответственно, повысилась и ответственность за выполнение. Данное деление помогает воспитателям и специалистам дошкольных организаций правильно построить педагогический процесс и выбрать необходимую категорию здоровьесбережения.

**9. Список литературы.**

 1. Ананьев, В. А. Организация безопасности и жизнедеятельности дошкольников: учеб. пособие для студ. пед. учеб. / В. А. Ананьев. – Томск : Изд-во Томского ун-та, 2000. – 148 с.

2 Вавилова, Е. Н. Укрепляйте здоровье детей: методические рекомендации / Е. Н. Вавилова. – М. : Просвещение, 2000. – 125 с.

3. Волошина, Л. Организация здоровьесберегающего пространства // Дошкольное воспитание. – 2004. – 50 с.

4. Глазырина, Л. Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста : пособие для педагогов дошк. учр. / Л. Д. Глазырина. – М. : ВЛАДОС, 2000. – 176 с.

8. Запорожец, А. В. Воспитание и обучение в детском саду: учебник для педагогов дошк. учреждений / А. В. Запорожец, Т. А. Маркова. – М. : Педагогика, 1986. – 506 с.

9. Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях : проблемы и пути оптимизации. Материалы Всероссийского совещания. – М. : Издательство ГНОМ и Д, 2002. – 320 с.

10. Зеленкова, О. С., Совместная работа детского сада и семьи по физическому воспитанию детей / О. С. Зеленкова // Дошкольная педагогика. – 2010. – № 1. – С. 54 – 58.

13. Кириллова Ю. А., Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Подвижная игра как один из видов технологий сохранения и стимулирования здоровья // Дошкольная педагогика. – 2011. – №9. – С. 21 – 24.

14. Кожухова, Н. Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях : Учеб. пособие для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений / Н. Н. Кожухова, А. А. Рыжкова, М. М. Самодурова; Под ред. С. А. Козловой. – М. : Издательский центр «Академия», 2002. – 320 с.

17. Кудрявцев, В. Т. Развивающая педагогика оздоровления: программно-методическое пособие / В. Т. Кудрявцева, Б. Б. Егоров. – М. : ЛИНКА-ПРЕСС, 2000. – С. 19 – 23.

18. Кудрявцев, В. Т. Психолого-педагогические принципы развивающей оздоровительной работы с дошкольниками / В. Т. Кудрявцев // Дошкольное воспитание. – 2009. – № 7. – С. 20 –22.

23. Постановление Администрации городского округа Саранск от 26 марта 2012 г. № 1149 «Об утверждении муниципальной целевой Программы «Модернизация системы дошкольного образования городского округа Саранск на 2011 – 2015 годы « в новой редакции».

24. Примерная общеобразовательная программа воспитания, обучения и развития детей раннего и дошкольного возраста / под ред. Л. А. Парамоновой. – М. : Карапуз-Дидактика, 2008. – 208 с.

25. Программа воспитания и обучения в детском саду / под ред. М. А. Васильевой, Т. С. Комаровой, В. В. Гербовой. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Мозаика-Синтез, 2005. – 208 с.

31. Современные образовательные программы для дошкольных учреждений : учеб. пособ. / под ред. Т. И. Ерофеевой. – М. : Академия, 2000. – 344 с.

32. Социальная технология научно-практической школы им. Ю. Ф. Змановского: Здоровый дошкольник. / Авторы-составители Ю. Е. Антонов, М. М. Кузнецова, Т. И. Марченко, Е. И. Прошина. – М. : АРКТИ, 2001. – С. 31 – 39.

33. Станкин, М. И. Психолого-педагогические основы физического воспитания : учеб. пособ. для студ. пед. училищ / М. И. Станкин. – М. : Просвещение, 2006. – 345 с.

37. Токарева, Р. А. Организация здоровьесберегающего пространства в ДОУ / Р. А. Токарева // Управление дошкольным образовательным учреждением. – 2011. – № 10.

38. Успех: метод. рекомендации: пособие для педагогов / Н. О. Березина [и др.]. – М. : Просвещение, 2011. – 239 с.

39. Успех: примерная основная общеобразовательная программа дошкольного образования / Н. О. Березина [и др.]. – М. : Просвещение, 2011. – 303 с.

40. Федеральные государственные требования к условиям реализации Основной общеобразовательной программы дошкольного образования // Дошкольное воспитание. – 2012. – № 2 .– С. 4–12.

46. Юматова, Д. Б. Технология самосбережения здоровья и жизненного оптимизма в работе со старшими дошкольниками // Дошкольная педагогика. – 2010. – С. 19 – 23.