

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад  
«Кэскил» с. Туора – Кюель МР «Таттинский улус»  
Республики Саха (Якутия)»

«Использование здоровьесберегающих технологий в работе с дошкольниками  
посредством, нестандартного оборудования»

Воспитатель: Прокопьева Луиза Егоровна

*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 немислим 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 мною 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 - развивают 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;
- Развитием 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;
- Тренажер для рук «Кто быстрее?»;
- Воротики для подлезания;
- Ведерки для метания.

**Продолжительность проекта:** долгосрочный

**Участники проекта:** Педагоги ДООУ, 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 (изготовление нестандартного физкультурного оборудования);

-Информационные стенды;

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

-Изготовление нетрадиционного спортивного оборудования;

4. Создать картотеку подвижных игр и упражнений, с использованием нестандартного физкультурного оборудования.

6. Привлечь родителей к совместной работе по укреплению здоровья детей, с использованием нестандартного физкультурного оборудования.

## **Содержание работы:**

1. Информация для родителей о физкультурно-оздоровительной работе проводимой в ДОУ.
2. Конкурс по изготовлению нестандартного оборудования.
3. Выставка «Нестандартное физкультурное оборудование в нашем детском саду».
4. Дни открытых дверей, использование нестандартного физкультурного оборудования для воспитанников.
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, с использованием нестандартного физкультурного оборудования.

## **Этапы проектной деятельности:**

### **1 этап**

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

### **2 этап**

Проведение занятий с детьми, используя нестандартные физкультурные оборудования. Провести работу с родителями.

### **3 этап**

Совместно с родителями выпустить плакаты по здоровому образу жизни и изготовление нестандартного физкультурного 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 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 - двигательный 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