**Доклад
Использование здоровьесберегающих технологий в рамках реализации
Н. М. Крыловой «Детский сад – Дом радости»**

Автор: Леснова Ирина Ивановна,

воспитатель МБДОУ «Детский сад № 21»

Современная наука определяет здоровье ребёнка как сохранение устойчивой жизнеспособности организма в конкретных условиях социальной и экологической среды. Исследователями подчёркивается, что оно целостно, многомерно и динамично, изменяется в процессе реализации генетического потенциала индивидуальности в соответствии с особенностями её морфофункционального и психофизического развития.

Признавая здоровье основополагающим условиям, определяющим возможность полноценного физического и психического здоровья ребёнка, важно осознавать, что оно является результатом здорового образа жизни.

Ведущим направлением воспитания дошкольника реализуемой нами программы Н. М. Крыловой «Детский сад – Дом радости» является приобщение ребёнка к физической культуре к здоровому образу жизни как к фундаменту общечеловеческой культуры.

Забота о здоровье, обогащение физического и психического развития воспитанников строится на основе гигиенического, физического, умственного, нравственного, эстетического, трудового воспитания и общего психологического развития детей в согласованной деятельности семьи, педагогов, медицинского работника.

Ведущими позициями физического развития детей являются чёткой, но гибкое выполнение режима дня в зависимости от личностных особенностей воспитанников; соблюдение дифференцированного подхода к каждому ребёнку, распределение нагрузки с учётом биоритмических колебаний работоспособности ребёнка; свободный двигательный режим, осуществление ежедневного закаливания, формирование правильной осанки, гигиенических навыков, охраны нервной системы, зрения, слуха, предупреждение утомляемости и травматизма; целенаправленное воспитание культурно-гигиенических навыков, выполнение разных видов деятельности самообслуживания.

В основе формирования физического развития ребёнка оптимальная двигательная активность в условиях свободного двигательного режима.

Двигательная активность в группе «Дом радости» рационально организовано с раннего утра и до вечера в разных видах самостоятельной детской деятельности.

Игра, труд, занятийная деятельность сочетают свободный двигательный режим и статистическое поведение ребёнка.

Качественный дневной сон, проведение содержательной прогулки днём и вечером, соблюдение режима оказывают положительное влияние на физическое развитие воспитанников.

Наряду с достаточной двигательной активностью наши дети учатся быстро переключаться на другие виды деятельности, быть организованными при выполнении учебных, игровых и трудовых заданий. В течении дня переключаем ребёнка с интеллектуальной деятельности на двигательную, которую мы называем «Минута шалости», «Музыкальная разминка», что позволяет ребёнку эмоционально раскрепоститься, подвигаться.

Воспитатель группы «Дом радости» становиться полноценным участником детских подвижных игр, спортивных упражнение, чтобы ребёнок на примере воспитателя стал заинтересованным участником занятий по формированию здорового образа жизни.

На протяжении дня воспитатель находит время для бесед раскрывающих понимание значения сна, прогулок, закаливания, добивается осмысленного выполнения детьми гигиенических процедур.

Воспитание привычки к здоровому образу жизни у детей невозможно без воспитания и родителей. Только при тесном взаимодействии с родителями воспитанников можно обеспечить полноценное физическое развитие ребёнка, сохранить и укрепить его здоровье, выработать привычку вести здоровый образ жизни.

Наряду с использованием традиционных форм работы с родителями (лектории, консультации, собрания и т. д.) мы проводим совместные мероприятия родителей и детей.

Очень интересно прошли в нашем детском саду «Малые олимпийские игры», было организовано шесть семейных команд.

Родители становились активными участниками дней здоровья, участвовали в спортивных состязаниях посвященных Дню защитника Отечества наши папы и мальчики. Такое тесное сотрудничество коллектива детского сада и родителей позволило установить единые требования к процессу физического воспитания в семье и детском саду, воспитанники группы «Дом – радости» заметно крепче своих сверстников, реже болеют, средний рост наших воспитанников к концу подготовительной группы 125 см, масса тела 22,5 кг, окружность грудной клетки 60 см. Дети охотно участвуют в активных играх, спортивных соревнованиях, проявляют выдержку, умеют «проигрывать», радоваться победам. Организуют двигательную деятельность на уровне самостоятельности. Знакомы с правилами здорового образа жизни. Дети принимали активное участие в реализации проекта, олимпийский огонёк, посетили спортивный комплекс «Заря», бассейн, школу бокса, познакомились с разными видами спорта, многие дети посещают спортивные секции.

Осуществляя педагогическую деятельность по реализации и внедрению Н. М. С. Н. М, Крыловой «Детский сад – дом радости» позволило нам приобщить детей к физической культуре, научить их охранять и укреплять своё здоровье, сформировать основы здорового образа жизни.

Литература

Крылова Н. М. Детский сад – Дом радости. Программа целостного, комплексного, интегративного подхода к воспитанию дошкольника как индивидуальности. Пермь «Книжный мир» 2005