Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

детский сад комбинированного вида «Югорка»

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАС В ГРУППЕ КОМБИНИРОВАННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «ПТИЧКА»**

**ДЕТЕЙ 6 - 7 ГОДА ЖИЗНИ.**

**Воспитатель:** Фирсова В.Н.

**.**

Покачи 2022

В наше время показатели здоровья детей требуют принятия

эффективных мер по улучшению их здоровья. Проблема оптимизации

здоровья и физического развития детей в условиях дошкольных

образовательных организаций в современных социально-экономических

условиях развития общества такова, что серьёзным вопросом является

неудовлетворительное состояние здоровья и физического развития

значительной части детей дошкольного возраста.

          Поэтому, приоритетной задачей современного дошкольного образования - является задача сохранения, поддержания и укрепления

здоровья обучающихся. Вопрос сохранения, укрепления и профилактики здоровья наиболее актуален для детей  с ОВЗ.

          В современном мире всестороннее развитие детей невозможно без использования современных образовательных технологий.         Поэтому для решения задачи охраны и укрепления здоровья, обучающихся в ДОО внедряются различные здоровьесберегающие технологии. Они занимают одно из важнейших направлений в психолого-педагогическом сопровождении обучающихся в условиях реализации ФГОС ДО.

             В основе используемых нами в работе с детьми дошкольного возраста с ОВЗ здоровьесберегающих технологий, лежит использование особых психолого-педагогических приемов и методов работы с детьми при реализации различных видов и содержания образовательной деятельности в дошкольной организации.

          С целью достижения новых образовательных результатов в своей работе с детьми дошкольного возраста с ОВЗ мы используем разнообразные здоровьесберегающие технологии.

**Цель использования** здоровьесберегающих образовательных технологий в работе с детьми дошкольного возраста с РАС -  обеспечить обучающимся возможность сохранения здоровья в условиях образовательной деятельности, сформировать у них необходимую компетентность в вопросах здорового и безопасного образа жизни, научить применять полученные знания в своей повседневной жизни для сохранения здоровья.

          Понятие «здоровьесберегающие технологии» в ДОО объединяет в себе направления деятельности дошкольной образовательной организации по формированию, сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

**Это такие направления работы с детьми как:**

-         коррекционная работа,

-         физкультурно-оздоровительная,

-         спортивно-игровая,

-         образовательная,

-         медико-профилактическая,

-         информационно -просветительская.

          Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим.

             Для себя мы определили, что здоровьесберегающие технологии

помогут объединить педагогов группы, родителей и детей на сохранение,

укрепление и развитие здоровья.

           В качестве средств реализации здоровьесберегающих технологий нами применяются:

-         средства двигательной направленности (физические упражнения, динамические паузы, гимнастика, закаливание);

-         природные факторы (солнечные и воздушные ванны, водные процедуры);

-         гигиенические факторы (выполнение санитарно-гигиенических требований,  личная и общественная гигиена, проветривание, влажная уборка помещений, соблюдение режима дня).

            Здоровьесберегающие технологии мы применяем в различных

видах деятельности.

**Это такие технологии, как:**

- технологии сохранения и стимулирования здоровья;

- технологии обучения здоровому образу жизни;

-  коррекционные технологии.

Вся эта работа осуществляется комплексно в течение всего дня и с

участием педагогов ДОУ, родителей и обучающихся.

          Здоровьесберегающие технологии используются нами с учетом рекомендаций медиков, индивидуальными особенностями обучающихся и спецификой работы с детьми расстройствами аутистического спектра.

Являясь участником общего процесса, мы уделяем особое

внимание обучению дошкольников основным навыкам здорового

образа жизни, применяя на практике внедрение различных методов и

приемов для создания среды здоровьесберегающего процесса в своей

возрастной группе.

Понимая, что семья и детский сад связаны формой

преемственности, а родители являются полноправными участниками педпроцесса, мы постарались установить доверительный продуктивный контакт между семьей и детским садом.

В процессе построения здоровьесберегающего пространства ДОУ и семьи мы используем **разнообразные формы работы:**

-физкультурно-оздоровительные досуги с детьми и родителями «День здоровья»,

-  беседы, консультации, «круглые столы»,

-  родительские собрания,

-  выставки детских работ,

-  привлечение родителей к созданию развивающей предметно-пространственной среды,

            Информационные стенды знакомят родителей с жизнью группы, с

возрастными физиологическими особенностями детей. Широко используется

цифровая рамка с информацией по актуальным вопросам воспитания и развития детей дошкольного возраста с ОВЗ..

          В педпроцессе мы используем следующие **виды здоровьесберегающих технологий:**

- технологии сохранения и стимулирования здоровья;

- технологии обучения здоровому образу жизни

**Технологии сохранения и стимулирования здоровья**

1.     Динамические паузы.

Проводятся во время всех видов ООД с целью снятия мышечного напряжения и профилактики переутомления детей

2.     Подвижные и спортивные игры.

Проводятся ежедневно как часть физкультурной ООД, а также на прогулках, в групповой комнате и подбираются в соответствии с возрастом детей.

3.     Релаксация.

Используется  во время различных видов детской деятельности с целью научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать

свое тело. Выполнение таких упражнений нравится детям, так как в них есть

элементы игры. Релаксация проводится под спокойную музыку.

4.     Пальчиковая гимнастика.

Проводится индивидуально либо с подгруппой детей ежедневно, в любой удобный отрезок времени. чаще в процессе ООД, с целью развития активных, направленных сильных движений пальцев рук. Пальчиковые упражнения  так же стимулируют развитие речи, внимания, кровообращения.

5.     Гимнастика для глаз.

Проводится   ежедневно в любой удобный отрезок времени, чаще в процессе ООД. Упражнения для глаз способствуют снятию статического напряжения мышц глаз, развитию глазодвигательных функций, профилактике зрительного утомления. Во время ее проведения часто используются зрительные ориентиры и тренажеры.

6.     Дыхательная гимнастика.

Проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной и коррекционной работы. В процессе дыхательных упражнений у  детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации его работы в целом, а так же формируется правильное речевое дыхание.

**Технологии обучения здоровому образу жизни**

1.     Утренняя гимнастика.

Проводится ежедневно. В ходе утренней гимнастики у детей формируются ритмические навыки и умения.

2.Закаливавющие процедуры (Метод «Топтание в тазу»)

3.     Физкультурная ООД.

Проводится 3 раза в неделю (2 раза в зале, 1 раз на улице) в соответствии с

АООП ДОУ в форме традиционных, сюжетно-­игровых, интегрированных, оздоровительных занятий.   Физкультурная ООД направлена на развитие двигательных умений и навыков и способствует укреплению организма, повышению иммунитета.

3. Активный отдых (физкультурный досуг, праздник «День здоровья»). При проведении досугов все дети приобщаются к участию в различных состязаниях, соревнованиях с увлечением, выполняют двигательные задания, раскованность позволяет им двигаться без особого напряжения. При этом используются те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели, поэтому у детей проявляется своеобразный артистизм, эстетичность в движениях. Обязательно сопровождение музыки, развивается музыкальный слух, память.

    На участке детского сада имеется спортивное оборудование, которое позволяет обеспечить максимальную двигательную активность детей на прогулке.

          Каждая из представленных здоровьесберегающих технологий, имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе и систематически здоровье сберегающая деятельность в итоге  способствует формированию у детей потребности в здоровом образе жизни.

            В успешной реализации здоровьесберегающих технологий, как неотъемлемой составляющей работы с детьми дошкольного возраста с ОВЗ большую роль играет включение родителей (законных представителей) в единый педагогический процесс, который мы рассматриваем как взаимную деятельность, направленную на всестороннее развитие и социализацию ребенка.

            В работе с семьями обучающихся мы используем такие виды взаимодействия как поддерживающее и развивающее.

             Поддерживающее – это взаимодействие по решению актуальных вопросов воспитания и развития детей.

             Развивающее продуктивное взаимодействие родителей с педагогами ДОО с целью помочь родителям освоить продуктивные способы взаимодействия с детьми.

           Работа с родителями по успешной реализации здоровьесберегающих технологий как в педпроцесс, так и в повседневную жизнь детей включает в себя следующие направления:

-         информационно-аналитическое (изучение социально-психологической структуры семьи, выявление знаний о здоровье, а также вовлечение родителей в ЗОЖ);

-         информационно-просветительское (консультации, тренинги, семинары по вопросам здоровья и ЗОЖ, коррекции психического и физического здоровья детей, знакомство с тематической литературой и т.д.);

-         партнерское сотрудничество (педагогические мастерские, мастер-классы, изготовление совместных творческих работ и необходимых атрибутов, совместные досуги, праздники и т.п.)

       Опыт показал, что только при активном включении родителей в предпроцесс, как полноправных участников, позволяет добиться более высоких результатов реализации поставленных задач.

           Системное и гармоничное использование приемов и методов здоровье сберегающих технологий, основанных на базовые природы сообразных средствах реализации, позволяет эффективно поддерживать и корректировать физическое развитие обучающихся. В связи с этим, реализация здоровье сберегающих технологий в ДОУ становится эффективным средством сохранения и укрепления здоровья детей.

В наше время показатели здоровья детей требуют принятия

эффективных мер по улучшению их здоровья. Проблема оптимизации

здоровья и физического развития детей в условиях дошкольных

образовательных организаций в современных социально-экономических

условиях развития общества такова, что серьёзным вопросом является

неудовлетворительное состояние здоровья и физического развития

значительной части детей дошкольного возраста.

          Поэтому, приоритетной задачей современного дошкольного образования - является задача сохранения, поддержания и укрепления

здоровья обучающихся. Вопрос сохранения, укрепления и профилактики здоровья наиболее актуален для детей  с РАС.

          В современном мире всестороннее развитие детей невозможно без использования современных образовательных технологий.         Поэтому для решения задачи охраны и укрепления здоровья, обучающихся в ДОО внедряются различные здоровьесберегающие технологии. Они занимают одно из важнейших направлений в психолого-педагогическом сопровождении обучающихся в условиях реализации ФГОС ДО.

             В основе используемых нами в работе с детьми дошкольного возраста с ОВЗ здоровьесберегающих технологий, лежит использование особых психолого-педагогических приемов и методов работы с детьми при реализации различных видов и содержания образовательной деятельности в дошкольной организации.

          С целью достижения новых образовательных результатов в своей работе с детьми дошкольного возраста с РАС мы используем разнообразные здоровьесберегающие технологии.