

## ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СРЕДА ДЕТСКОГО САДА КАК УСЛОВИЕ СОХРАНЕНИЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

*Шипнягова О.В., старший воспитатель*

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования задает ряд целевых ориентиров, выступающих основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования, в число которых входят показатели физического, психического и социального здоровья дошкольников. Сформированность психофизических качеств у выпускников детских садов - основа предпосылок учебной деятельности на этапе завершения дошкольного образования, залог успешности обучения и благоприятной социально-психологической адаптации в условиях школы.

Понятие «здоровье» многокомпонентное и включает в себя здоровье физическое, психическое, а также, социальную адаптированность человека в обществе.

Современные дошкольники живут в особой ситуации развития, при которой компьютерные технологии и потоки информации создают предпосылки для того, что дети не проходят полноценно все возрастные этапы развития. Дети очень рано становятся уверенными пользователями современных гаджетов, проводят много времени за компьютерами и телевизорами, что значительно снижает двигательную активность и потребность во взаимодействии со сверстниками, снижается сформированность сюжетно-ролевого взаимодействия. Стремительный темп современной жизни, большая занятость родителей, работающие бабушки и дедушки, технологизация всех каналов коммуникаций часто ставят детей в условия дефицита общения. Все чаще встречаются дети с внешними признаками взрослости (интеллектуализм, излишний рационализм), которые сочетаются с внутренней социальной незрелостью и инфантилизмом.

Перечисленные факторы, а также экологические проблемы приводят к ухудшению физической, психической и социальной составляющей здоровья детей. В связи с этим, здоровье практически всех детей требует внимания и помощи, как со стороны родителей, так и со стороны врачей, педагогов и психологов.

Факторы риска нарушения здоровья детей можно разделить условно на две группы: объективные, или факторы среды (семейные факторы риска, неблагоприятные факторы, связанные с детскими учреждениями, общая социально-экономическая ситуация), и субъективные, обусловленные индивидуально-личностными особенностями развития ребенка.

Здоровьесберегающая среда детского сада - это комплекс социально-гигиенических, психолого-педагогических, морально-этических, физкультурно-оздоровительных, образовательных системных мер, обеспечивающих ребенку психическое и физическое благополучие, комфортную эмоциональную и бытовую среду в детском саду, повышающих социальную адаптированность дошкольников. Целью создания здоровьесберегающей среды в ДООУ становится

снижение объективных и субъективных факторов риска, а также создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей.

Единство физической, психической и социальной составляющей в понятии «здоровье» предполагает значительное взаимовлияние данных компонентов друг на друга. Соответственно, одним из важных принципов создания здоровьесберегающей среды в ДОУ будет принцип комплексности и интегративности, при котором организация здоровьесберегающей деятельности по достижению цели должна проходить во всех направлениях и при взаимодействии всех участников образовательного процесса в детском саду.

Важными педагогическими условиями образовательной среды детского сада, влияющими на сохранение и укрепление психофизического здоровья детей являются: оптимизация образовательного процесса за счет увеличения игровых форм организации занятий; личностно-ориентированная модель взаимодействия педагога с детьми; индивидуально-дифференцированный подход при использовании образовательных технологий; достаточная двигательная активность дошкольников; соблюдение санитарно-гигиенических требований к организации образовательного процесса; психолого-педагогическая компетентность педагогов в вопросах здоровьесбережения; систематическое применение здоровьесберегающих технологий, в том числе технологий, дающих воспитанникам опыт «успеха и радости», возможности раскрытия образа «Я», необходимый для поддержки психологического здоровья и эффективной социально-психологической адаптации.

Создание здоровьесберегающей среды в условиях нашего детского сада осуществляется по нескольким направлениям:

- организационно-просветительское (координация действий всех субъектов образовательного процесса, обучение родителей и педагогов приемам и методам оздоровления детей, формирование у них устойчивой потребности в обеспечении своего здоровья и здоровья детей, мотивирование на здоровый образ жизни);

- лечебно-профилактическое (мониторинг здоровья, оказание первичной медико-санитарной помощи, прививки, профилактика заболеваний, витаминизация, обеспечение требований санитарно-эпидемиологических нормативов, том числе при организации питания, при определении оптимальной нагрузки в организованных формах обучения, длительности прогулок и дневного сна);

- физкультурно-оздоровительное (рациональная организация двигательного режима в течение всего времени пребывания детей в детском саду, проведение оздоровительных и закаливающих процедур, совместных спортивно-оздоровительных мероприятий с участием родителей);

- коррекционно-развивающее (коррекция выявленных недостатков в развитии речи, развитие психофизических качеств проводится учителем-логопедом; развитие и коррекция эмоциональной сферы, обучение рефлексивным умениям, формирование адекватной самооценки, развитие эмоциональной децентрации, самосознания, эмпатии, познавательных и

психических процессов проводится педагогом-психологом в индивидуальной, подгрупповой и групповой работе);

- образовательная здоровьесберегающая деятельность: формирование внутренней картины здоровья (совокупность представлений о способах сохранения и развития здоровья, положительное отношение к здоровому образу жизни и сформированность элементарных навыков сохранения здоровья) у дошкольников посредством различных здоровьесберегающих технологий на основе личностно-ориентированного подхода;

- создание условий для педагогического процесса (психологически комфортная предметно-пространственная среда: наличие уголков уединения и экранов настроения, учет возрастных и гендерных особенностей, зоны ближайшего развития, насыщенность, полифункциональность и трансформируемость среды; обеспечение возможности выбора детьми вида деятельности, применение в режиме дня приемов релаксации, элементов аутотренинга, психогимнастики, музыкотерапии).

Осуществление работы по данным направлениям с учетом педагогических условий при взаимодействии всех участников образовательного процесса позволяет систематизировать деятельность по созданию здоровьесберегающей среды в детском саду, способствует сохранению и укреплению психофизического здоровья дошкольников, создает предпосылки для успешного обучения в школе выпускников детского сада.