**РОЛЬ ПЕДАГОГА ДОУ В ОРГАНИЗАЦИИ ПЕДПРОЦЕССА СБЕРЕГАЮЩЕГО ЗДОРОВЬЕ ДОШКОЛЬНИКОВ И ВОСПИТАНИИ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ**

**Воспитатель: Трубникова М.А.**

Проблема сохранения здоровья ребенка в процессе обучения и воспитания имеет многовековую историю. Когда-то ещё древние греки высекли на камне: "Хочешь быть здоровым – бегай, хочешь быть красивым – бегай, хочешь быть умным – бегай". Хочется добавить (в реалиях нашего времени): хочешь быть успешным – бегай. Мы, взрослые, ошибочно считаем: для ребёнка самое важное – это хорошо учиться. А ведь девять десятых человеческого счастья зависит от здоровья. Поэтому важнейший труд педагога - забота о здоровье своих воспитанников. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрения, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

***Главной*** ***целью*** любого образовательного учреждения является сохранение и укрепление здоровья учащихся, формирование у них ценности здоровья, здорового образа жизни, выбора образовательных и воспитательных технологий, адекватных возрасту, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье детей.

***Для достижения главной цели ставятся следующие задачи:***

* формирование ответственного поведения по отношению к собственному здоровью и бережного отношения к здоровью окружающих людей;
* формировать культуру здоровья, культуру здорового общения;
* формирование уверенности в себе, ответственности за свои поступки;
* профилактика вредных привычек (курение, алкоголь, наркомания);
* распространение и популяризация ЗОЖ, ценности дружбы и любви, здоровья и семьи.

Попробуем дать определение слову «здоровье».

«***Здоровье*** – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и повреждений”. (Всемирная организация здравоохранения).

Деятельность по здоровьесбережению любого образовательного учреждения должна быть направлена прежде всего на соблюдение основных факторов, способствующих укреплению здоровья детей. Это создание условий, соответствующих СанПиНам, рациональный режим дня, сбалансированное питание, обеспечение рационального двигательного режима, своевременные медицинские услуги, оптимальная учебная нагрузка и внедрение в практику образовательно-воспитательного процесса технологий обучения и воспитания, содействующих сохранению и укреплению здоровья, охрана психического здоровья. Для здоровья ребенка важно не только то, что в образовательном учреждении удовлетворяются его познавательные потребности, но и социальные потребности в общении, психологические потребности в уважении к своему человеческому достоинству, к его чувствам и переживаниям, интересам и способностям.

Для достижения цели помогают следующие ***технологии:***

1. Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательно-воспитательного процесса.
2. Технологии оптимальной организации учебного-воспитательного процесса и физической активности детей.
3. Психолого-педагогические технологии здоровьесбережения.
4. Личностно-ориентированные технологии: технологии проектной деятельности, дифференциации, сотрудничества, игровые технологии.
5. Информационные технологии.

(*Под информационно-коммуникативными****технологиями****подразумевается использование компьютера, Интернета, телевизора, видео, DVD, CD, мультимедиа, аудиовизуального оборудования, то есть всего того, что может представлять широкие возможности для коммуникации).*

*Использование компьютерных****технологий помогает****:*

*-повышать познавательную мотивацию, делая процесс обучения интересным и продуктивным.*

*- привлекать пассивных слушателей к активной деятельности;*

*-делать образовательную деятельность более наглядной и интенсивной;*

*-формировать информационную культуру у детей;*

*-активизировать познавательный интерес;*

*-реализовывать личностно-ориентированный и дифференцированный подходы в обучении;*

*-дисциплинировать самого воспитателя, формировать его интерес к работе;*

*-активизировать мыслительные процессы (анализ, синтез, сравнение и др.))*

***Здоровьесберегающая технология,*** по мнению Валентина Дмитриевича Сонькина, исследователя в области физиологии развития и педагогической физиологии

- это условия обучения и воспитания ребенка в (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);

- рациональная организация учебно-воспитательного 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.

Проблема здоровья детей сегодня как никогда актуальна. В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно педагог в состоянии сделать для здоровья детей очень многое.

И вместе с тем, пропаганда здорового образа жизни должна начинаться с самого педагога. Он должен являться примером здорового образа жизни для детей. Чем ниже уровень грамотности педагога в вопросах сохранения и укрепления здоровья, тем менее эффективно его педагогическое воздействие на детей.

Педагог должен обладать важными профессиональными качествами, позволяющими генерировать плодотворные педагогические идеи и обеспечивающими положительные педагогические результаты. Среди этих качеств можно выделить высокий уровень профессионально-этической, коммуникативной, рефлексивной культуры; способность к формированию и развитию личностных креативных качеств; знания формирования и функционирования психических процессов, состояний и свойств личности, процессов обучения и воспитания, познания других людей и самопознания, творческого совершенствования человека; основ здоровья, здорового образа жизни, владение знаниями основ проектирования и моделирования здоровьесберегающих технологий в учебных программах и мероприятиях; умение прогнозировать результаты собственной деятельности, а также способность к выработке индивидуального стиля педагогической деятельности.

Здоровье подрастающего человека - это проблема не только социальная, но и нравственная. Ребенок сам должен уметь быть не только здоровым, но и в будущем воспитывать здоровых детей.

Приобщение детей к проблеме сохранения своего здоровья это, прежде всего процесс социализации - воспитания.

В создавшейся обстановке естественным стало активное использование педагогических технологий, нацеленных на охрану здоровья школьников.

**К здоровьесберегающим технологиям** относятся:

а) личностно-ориентированные технологии, где в центр образовательной системы ставится личность ребёнка, которому обеспечиваются комфортные условия её развития и реализации природных возможностей. Личность ребёнка превращается в приоритетный субъект, становится целью образовательной системы. В рамках этой группы в качестве самостоятельных направлений выделяют гуманно-личностные технологии, технологии сотрудничества, технологии свободного воспитания.

б) к числу здоровьесберегающих технологий следует отнести и “технологию раскрепощённого развития детей”.

Проявления гуманного отношения к детям, перечисленные в качестве факторов учебно-воспитательного процесса, такие как любовь к детям, и оптимистичная вера в них, отсутствие прямого принуждения, приоритет положительного стимулирования, терпимости к детским недостаткам, в сочетании с проявлениями демократизации отношений – правом ребёнка на свободный выбор, на ошибку, на собственную точку зрения – оказывают благоприятное воздействие на психику ребенка и способствуют формированию здоровой психики и, как следствие, высокого уровня психологического здоровья.

в) технология уровневой дифференциации обучения. Занятия строятся с учетом индивидуальных возможностей и способностей детей, используются трехуровневые задания. Появляется возможность дифференцированно помогать слабому и уделять внимание сильному, более эффективно работать с трудными детьми. Сильные учащиеся активно реализуют своё стремление быстрее продвигаться вперёд и вглубь, слабые – меньше ощущают своё отставание от сильных.

г) педагогика сотрудничества– её можно рассматривать как создающую все условия для реализации задач сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов.
На занятиях ставится цель - разбудить, вызвать к жизни внутренние силы и возможности ребёнка, использовать их для более полного развития личности. Это в полной мере совпадает с механизмами формирования и укрепления здоровья путём наращивания адаптационных ресурсов человека, потенциала его психологической адаптации. Важнейшая черта этой педагогики – приоритет воспитания над обучением – позволяет в рамках формирования общей культуры личности последовательно воспитывать культуру здоровья ребенка.
д) технологии развивающего обучения (ТРО) строятся на плодотворных идеях Л.С.Выготского, в частности – его гипотезе о том, что знания являются не конечной целью обучения, а лишь средством развития детей. Классификационные характеристики этой технологии, разработанной в определённой части отвечают принципам здоровьесберегающей педагогики. Ориентация на “зону ближайшего развития” ученика при построении его индивидуальной образовательной программы позволяет в максимальной степени учесть его способности, возможности, темпы развития, влияние окружающей среды и условий. Важным моментом, положительно влияющим на психологическое состояние ученика, а в динамике – и на его здоровье.

***Принципы здоровьесбережения:***

1. "Не навреди!" Да, важно дать ребенку максимальный объём знаний, но важно уметь соблюдать оптимум для каждого ребенка, в каждых конкретных условиях.
2. Принцип сознательности - нацеливает на формирование глубокого понимания, устойчивого интереса, осмысленного отношения к познавательной деятельности.
3. Принцип систематичности и последовательности - проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков.
4. Принцип активности - предполагает в детях высокую степень подвижности, самостоятельности, инициативности и творчества.
5. Принцип оздоровительной направленности решает задачи укрепления здоровья детей в процессе воспитания и обучения.

Таким образом, одной из актуальных практических задач образовательного учреждения является создание комфортной, экологичной, психологически здоровой образовательной среды для детей путем внедрения здоровьесберегающих технологий, способствующих адаптации и созданию педагогических условий для их саморазвития и творческой реализации.

Успех работы по реализации здоровьесберегающих технологий зависит от многих составляющих, в частности, от активного участия в этом процессе детей; создания здоровьесберегающей среды; высокой профессиональной компетентности и грамотности педагогов.

***Психическое здоровье*** – это необходимое условие полноценного развития ребёнка являющееся предпосылкой не только его эмоционального благополучия и физического здоровья, но и школьной успеваемости, а также последующей социализации, решения вопроса о выборе жизненного пути. Основная функция психического здоровья – это поддержание активного динамического баланса между ребёнком и окружающей средой в ситуациях, требующих мобилизации ресурсов личности.

"Будь внимателен к здоровью тех, кого обучаешь! Не навреди!" – эта фраза должна стать лозунгом, аксиомой деятельности каждого педагога.

В современном мире все узнать и научиться всему невозможно. У каждого человека, а тем более у ребенка есть ограничения, связанные и со здоровьем, и с возрастом, а мы, к сожалению, это не всегда учитываем.

У всех детей развита способность улавливать эмоциональный настрой педагога, поэтому с первых минут встречи с ребенком , с приветствия нужно создать обстановку доброжелательности, положительный эмоциональный настрой. Только через опыт совместного переживания у детей может развиться эмпатия, т.е. умение сопереживать.

Огромна роль слов, которые должны нести в себе доброжелательность. Например: "Здравствуйте, мои дорогие, я рада вас видеть..", "Сегодня замечательное утро, какие добрые у вас лица и умные глаза. Надеюсь, вы все здоровы и у вас все в порядке. "Ребята! Согласна, произошли неприятности, но поверьте, все пройдет. Наберите побольше воздуха, выдохните все вредное и обидное, простите своих обидчиков и за дело! Все будет хорошо!" Но к сожалению эти слова мы произносим крайне редко.

Педагог должен постоянно заботиться о сохранении здоровья детей, повышать устойчивость их нервной системы в преодолении трудностей.
Следует помнить, что у детей преобладает непроизвольное внимание. Учащиеся способны сосредоточиться лишь на том, что им интересно, нравится, поэтому задача педагога – помочь детям преодолеть усталость, уныние, неудовлетворенность.

Не нужно забывать о том, что отдых – смена видов деятельности. Поэтому при планировании мероприятия следует позаботиться о смене видов деятельности. При проведении мероприятий, а особенно монотонного характера следует уделить внимание коротким физическим упражнениям, упражнениям для глаз.

Внимательный педагог всегда заметит **внешние признаки усталости ребенка:**

- частую смену позы,

- потягивание,

- встряхивание руками,

- зевота,

-закрывание глаз,

- подпирание головы,

- остановившийся взгляд,

- ненужное перекладывание предметов,

- разговор с соседом,

- не восприятие вопроса,

- задержка с ответом

Система педагогической работы по сохранению и укреплению здоровья детей в детском доме должна быть построена из следующих блоков:

**I блок – ресурсное обеспечение:**

- Состояние и содержание помещений в соответствии с гигиеническими нормативами;

- Оснащенность необходимым оборудованием;

- Организация питания;

- Наличие справочной и художественной литературы.

**II блок – организация образовательного процесса:**

- Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной нагрузки учащихся;

- Использование методов и методик обучения, соответствующих возрастным особенностям и возможностям учащихся;

- Соблюдение требований к использованию технических средств в обучении;

- Индивидуальный подход.

**III блок – просветительско-воспитательная работа:**

- Беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек;

- Проведения Дня Здоровья, конкурсов, праздников.

**IV блок – физкультурно-оздоровительная работа:**

- Эффективная работа с воспитанниками на спортивных секциях;

- Организация подвижных игр;

- Организация ежедневной утренней гимнастики, физминуток, гимнастики для глаз;

- Проведение туристических походов, спортивных игр, соревнований, личной гигиены и др.

**V блок – профилактика**:

- Привлечение медработника к просвещению детей.

Все эти условия, тесно связанные между собой, оказывают влияние на эффективность использования педагогом средств, методов и приемов здоровьесберегающих методик в учебно-воспитательном процессе при работе с воспитанниками

Так же необходимо учитывать возрастные и индивидуальные морфофизиологические и психологические особенностей детей и взрослых. При этом особое внимание следует уделять таким возрастным этапам, как дошкольный, подростковый и юношеский, когда имеет место особенно интенсивный рост и перестройка функционального состояния всех систем жизнедеятельности развивающегося организма. Обязательными также являются научно обоснованные представления о стадиях полового развития девочек и мальчиков. Существенное значение имеет и правильная оценка психологической ситуации в группе, классе школы, детском объединении.

Таким образом, педагогу необходимо уметь:

•            анализировать педагогическую ситуацию в условиях педагогики оздоровления; владеть основами здорового образа жизни;

•            устанавливать контакт с детским коллективом; наблюдать и интерпретировать вербальное и невербальное поведение; прогнозировать развитие своихвоспитанников; моделировать систему взаимоотношений в условиях педагогики оздоровления;

•            личным примером учить воспитанников заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих людей.

Только тогда, когда здоровый образ жизни - это норма жизни педагога, только тогда ученики поверят, и будут принимать педагогику здоровьесбережения должным образом.