

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЧАЖЕМТОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД» Колпашевского района**



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ  
«Чажемтовский детский сад»  
Т.Ю.Банникова

**Система мероприятий для восстановления психического и физического развития детей в МБДОУ «Чажемтовский детский сад» в 2023-2024 году.**

Система мероприятий для восстановления психического и физического развития детей предназначена для того, чтобы

- реализовать индивидуальный подход в физическом воспитании ребёнка;
- применять развивающие оздоровительные технологии с учетом психотипа, уровня здоровья, способностей детей;
- вести статистический учет, контроль и анализ заболеваемости;
- снизить заболеваемость у детей на три процента;
- снизить поведенческие риски, представляющие опасность для здоровья;
- повысить заинтересованность работников МБДОУ «Чажемтовский детский сад» и родителей (законных представителей) в укреплении здоровья детей.

Комплексная работа по сохранению здоровья воспитанников МБДОУ «Чажемтовский детский сад» организуется посредством внедрения здоровьесберегающих технологий: физкультурно-оздоровительных, технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка, валеологического просвещения родителей.

***Физкультурно-оздоровительные технологии направлены на:***

- развитие физических качеств, двигательной активности (подвижные игры, игры-эстафеты, физкультминутки и паузы);
- становление физической культуры дошкольников (минуты здоровья, Дни здоровья);
- профилактику плоскостопия и формирование правильной осанки;
- воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье.

***Технология обеспечения социально-психологического благополучия ребенка*** направлена на создание бесконфликтной атмосферы в коллективе, создание ситуации успеха для каждого ребёнка, оказание ему педагогической поддержки и помощи в решении его индивидуальных проблем.

С целью реализации технологии валеологического просвещения родителей используются папки-передвижки, беседы, нетрадиционные формы работы с родителями (походы на природу), практические показы (практикумы) и др. формы работы.

Педагоги МБДОУ «Чажемтовский детский сад» широко используют элементы здоровьесберегающих образовательных технологий. Например, технология раскрепощенного развития В.Ф. Базарного. Занятия проводятся в режиме смены динамических поз. Часть занятия дети проводят стоя: они могут слушать, рассматривать удаленные предметы. Часть занятия дети проводят сидя. Тем самым сохраняется и укрепляется позвоночник, формируется осанка. Дети в начале могут стоять не более 3-5 минут. Затем длительность увеличивается до половины занятия.

Схемы зрительных траекторий используются для разминок и упражнений на зрительную координацию. Упражнения проводятся в сочетании с движениями глазами,



головой и туловищем в позе свободного стояния и базируются на зрительно-поисковых стимулах. На потолке или стене располагаются различные зрительные ориентиры и детям предлагается найти глазами какую-либо игрушку или фигуру. Затем пробежать глазами по кругу, в обратную сторону, затем снизу вверх, сверху-вниз. «Метка на стекле» (по Аветисову) позволяет тренировать глазные мышцы, сокращение мышц хрусталика, способствует профилактике близорукости. Ребенку предлагают рассмотреть круг, наклеенный на стекле, на котором изображены веточки, и ответить, сколько на рисунке веточек, затем перевести взгляд на самую удаленную точку за окном и рассказать, что он там видит.

Для развития зрительно-пространственной активности детям предлагают найти зрительный материал в пространстве группы. Это могут быть отгадки загадок, слова с заданными звуками и другие.

Сочетание методик оздоровления и воспитания позволяет добиться быстрой и стойкой адаптации ребенка к условиям детского сада или школы: до 50 % снижаются общая заболеваемость, обострение хронических заболеваний, пропуски по болезни; обеспечение адекватного восстановления сил. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, смена произвольной и эмоциональной активации необходимы во избежание переутомления детей.

Таким образом, здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как одну из самых перспективных систем 21-го века и как совокупность методов и приемов организации обучения дошкольников, без ущерба для их здоровья.

#### ***Психическое развитие детей и профилактика их эмоционального благополучия.***

Психическое здоровье детей обуславливается их полноценным психическим развитием, которое, в свою очередь, предполагает развитие базовых психических процессов дошкольников – восприятия, внимания, памяти, воображения, мышления (анализа, синтеза, обобщения, классификации), речи. Эта задача решается через реализацию образовательной программы МБДОУ «Чажемтовский детский сад»:

- фронтальные занятия с детьми по базисным и коррекционным программам, в структуре и содержании которых уделяется большое внимание развитию речи, мышления, воображения детей;
- создание полноценной предметно-развивающей среды в группах;
- организацию игровой деятельности детей;
- индивидуальную коррекционную работу с детьми педагога-психолога, учителей-логопедов.

Важнейшей составляющей частью в системе работы по психическому развитию детей является *развитие графомоторных навыков детей*.

Статистика ежегодных исследований показывает, что около 67% детей, поступивших в школу с 7 лет, предметом, вызвавшим наибольшие затруднения, называет развитие мелкой моторики.

Современные исследования показывают, что для успешного овладения ребенком графикой письма необходимо развивать у него:

- координацию движений рук;
- пространственные представления;
- чувство ритма;
- мышечно-связочный аппарат кистей рук.

Для этого необходима определенная функциональная зрелость коры головного мозга. Важное значение здесь имеет ***сформированность взаимодействия полушарий головного мозга***. Поэтому, наряду с традиционными методами формирования графомоторных навыков, педагоги нашего ДОУ используют кинезиологические упражнения, направленные на развитие межполушарного взаимодействия. Также в ДОО проводятся занятия, направленные на общее физическое развитие воспитанников: «Дошколята, все на лыжи!», «Мальши-крепыши» и реализуются следующие проекты, разработанные

педагогами МБДОУ «Уроки Мойдодыра», «В гостях у Айболита», «К здоровью всей семьей» и др.

*Профилактика эмоционального благополучия детей* в нашей дошкольной организации осуществляется в двух основных направлениях:

- обеспечение более благоприятного течения периода адаптации вновь прибывших детей,
- создание благоприятной эмоциональной обстановки в каждом детском коллективе.

Более благоприятное течение периода адаптации вновь прибывших детей обеспечивается через комплекс психолого-педагогических мероприятий:

- анкетирование родителей с целью изучения индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- ведение воспитателями адаптационных листов наблюдений за каждым ребенком;
- гибкий график последовательного введения вновь прибывших детей в группу;
- постепенное увеличение времени пребывания детей в группе;
- использование специальных педагогических приемов (знакомство ребенка с жизнью в детском саду, введение в групповую предметную среду любимых игрушек детей и др.);
- создание эмоционального комфорта при укладывании детей на дневной сон (сон под спокойную музыку);
- психолого-педагогическое просвещение родителей (групповые, индивидуальные консультации);
- проведение психолого-медико-педагогических консилиумов по адаптации детей.

Создание благоприятной эмоциональной обстановки в каждом детском коллективе обеспечивается через использование форм работы, а также применение психолого-педагогических методов и приемов, направленных на предупреждение нежелательных аффективных проявлений у детей:

- диагностика эмоционального благополучия детей через наблюдение, анализ продуктивных видов деятельности детей, использование проективных методик;
- индивидуальные консультации психолога с воспитателями и родителями;
- индивидуальные беседы психолога с воспитанниками;
- обеспечение спокойной обстановки в групповом помещении (избегать чрезмерно громкой речи, оперативно реагировать на конфликтные ситуации между детьми);
- подвижные, сюжетно-ролевые игры, драматизация;
- обеспечение условий для полноценного дневного сна (режим проветривания, создания спокойной обстановки, соблюдение «ритуалов» подготовки ко сну);
- организация «уголков психологической разгрузки» (зон уединения детей) в группах;
- создание ситуации успеха для каждого ребенка на занятиях и в свободной деятельности;
- формирование культуры общения детей;
- проведение досугов, развлечений, праздников (в т.ч. совместных на возрастных параллелях, с родителями) и др.;
- рациональное применение «музыкотерапии» (используется при необходимости на занятиях, при выполнении релаксационных упражнений, при укладывании детей на дневной сон и их пробуждении и др.).