

МБДОУ № 44 «Золушка»
Старшая группа № 10 « Цветик –
семицветик».

Презентацию подготовила
воспитатель Коротких М. И.



**Современные модели
оздоровительной работы с
детьми старшего
дошкольного возраста**



*Всем известно и понятно,
Что здоровым быть приятно.
Только надо знать.
Как здоровым стать*

«Здоровье- это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов».



1. Модели сохранения и стимулирования здоровья;
2. Модели обучения ЗОЖ.
3. Коррекционные модели.

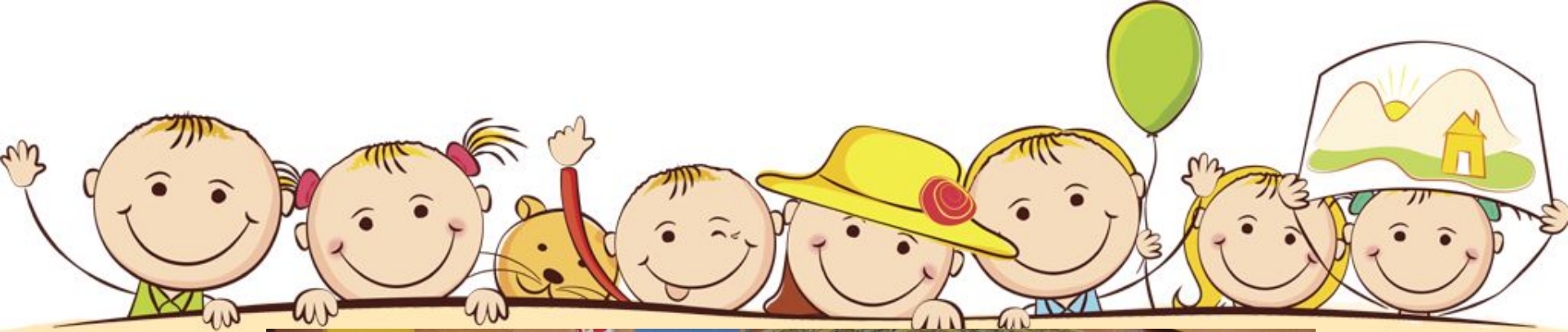
- **В нашей группе созданы все необходимые педагогические условия здоровьесберегающего процесса воспитания и развития детей, основными из которых являются: организация разных видов деятельности детей в игровой форме, построение образовательного процесса в виде модели культуры; организация культурного творчества дошкольников; оснащение деятельности детей оборудованием, игрушками, играми, игровыми упражнениями и пособиями.**
- **Вся эта работа осуществляется комплексно, в течение всего дня и с участием медицинских и педагогических работников: воспитателя, музыкального руководителя, логопеда.**





Модель сохранения и стимулирования здоровья

- **-Релаксация.** Для психического здоровья детей необходимо сбалансированность положительных и отрицательных эмоций,
- обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Наша задача состоит в том, чтобы научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать своё тело. С этой целью в своей работе мы используем специально подобранные упражнения на расслабление определенных частей тела и всего организма. Для этой работы используем спокойную, классическую музыку (Чайковский, Рахманинов) , звуки природы.

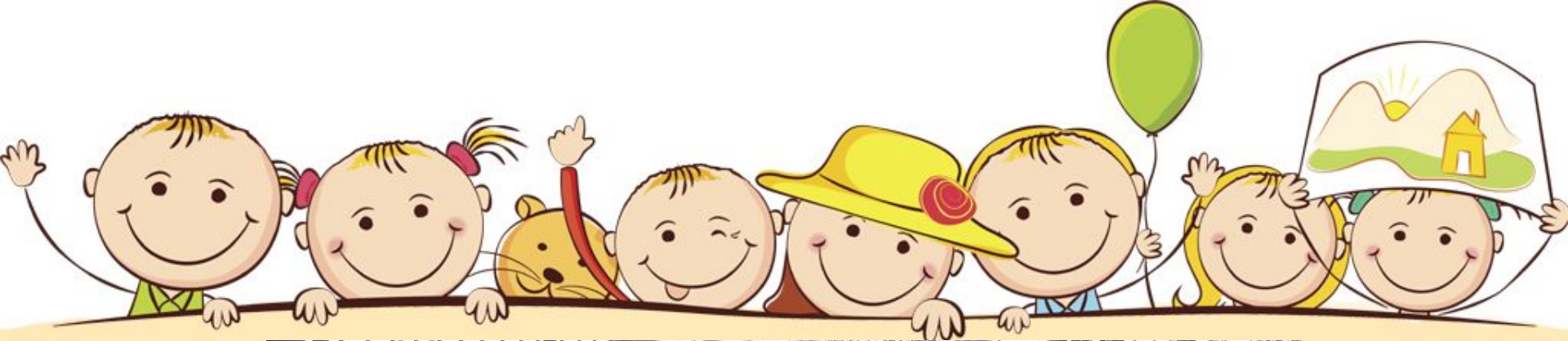




Ритмопластика проводим 1 раз в неделю в форме кружковой работы. Во время занятий у детей развивается музыкальный слух, чувство ритма, гибкость и пластичность, формируется правильная осанка. Обращаем внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и её соразмерность возрастным показателям детей.

Подвижные и спортивные игры-

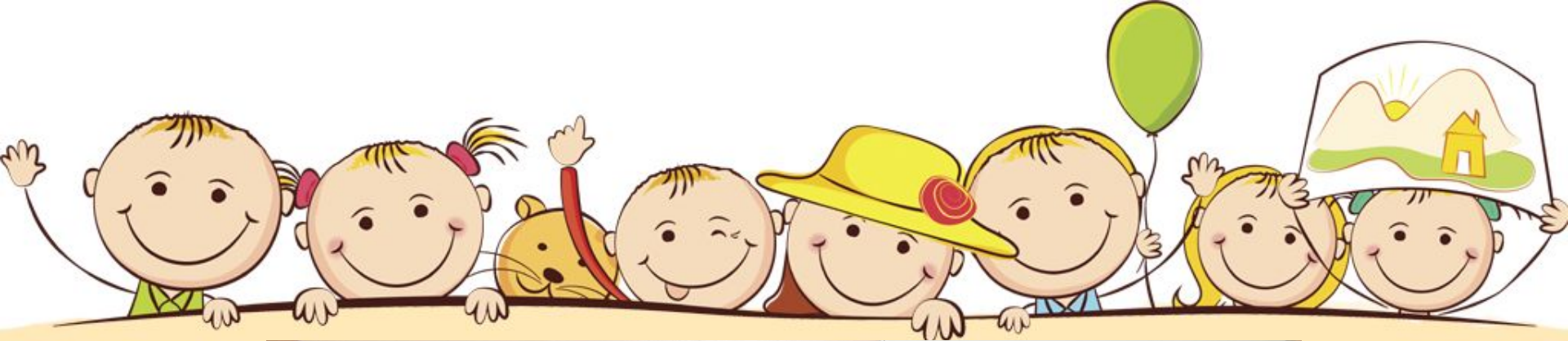
проводим ежедневно, на прогулке, в групповой комнате- малой, и средней степенью подвижности. Игры подбираем в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения.





- **Динамические паузы** проводим во время НОД, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения можно включать элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой и других в зависимости от вида занятия. Рекомендуются для всех детей для профилактики утомления.
- **Гимнастика пальчиковая** проводим индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводим в любой удобный отрезок времени.







- **Дыхательная гимнастика** проводим в различных формах физкультурно - оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.
- **Бодрящая гимнастика** проводим ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В её комплекс входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, обширное умывание. Для профилактических целей родителями нашей группы был изготовлен коврик- дорожка с пуговицами. Дети с удовольствием ходят по нему после дневного сна. Дорожка прекрасно массирует ступни малыша, укрепляет мышцы и связочный аппарат стопы, защищая организм в целом.





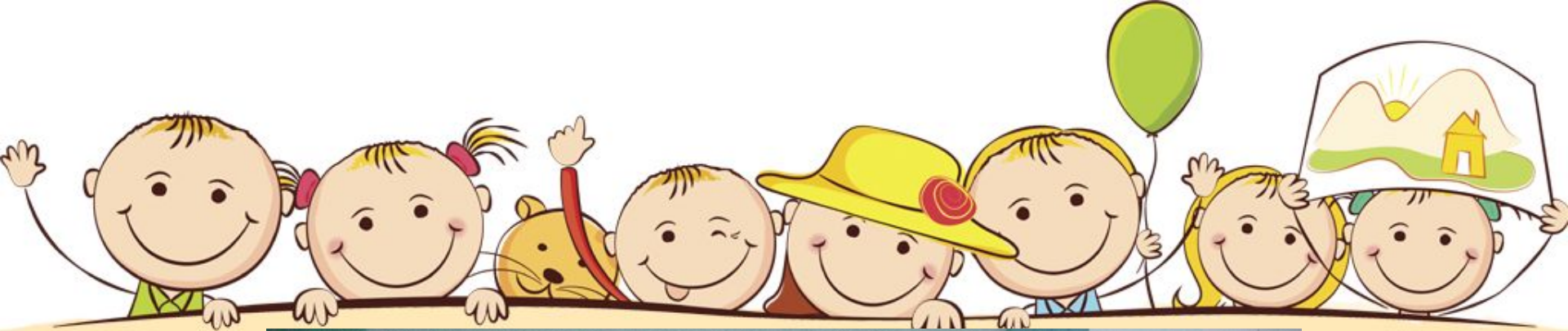


Модель обучения здоровому образу жизни



Технология обучения ЗОЖ - это в первую очередь технология воспитания валеологической культуры или культуры здоровья детей.

- **Цель** - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

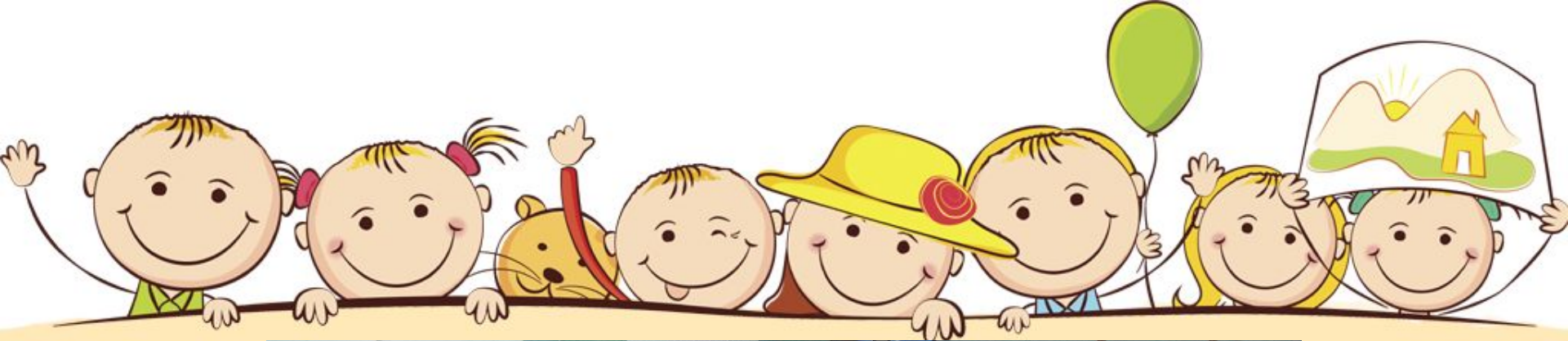




- **Утренняя гимнастика** проводим ежедневно 6-8 мин. с музыкальным сопровождением.

У детей при этом формируются ритмические умения и навыки.

- **Двигательная деятельность. Физическая культура.** Проводятся 3 раза в неделю по 20-25 мин. в соответствии с программой, по которой работает ДОО (традиционные, сюжетно- игровые, интегрированные оздоровительные). Они направлены на обучение двигательным умениям и навыкам. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. А присутствие музыки на занятиях способствует улучшению психологического и физиологического состояния организма ребёнка.





- **Активный отдых** (физкультурный досуг, физкультурный праздник, музыкальный досуг, «День здоровья» (проводим 1 раз в месяц). При проведении досугов, праздников все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом дети ведут себя более раскованно, чем на физкультурном занятии, и это позволяет им двигаться без особого напряжения. Физкультурные праздники и досуги обязательно сопровождаются музыкой: это благотворно влияет на развитие у детей чувства прекрасного, закрепляет умения двигаться под музыку, развивает музыкальный слух.







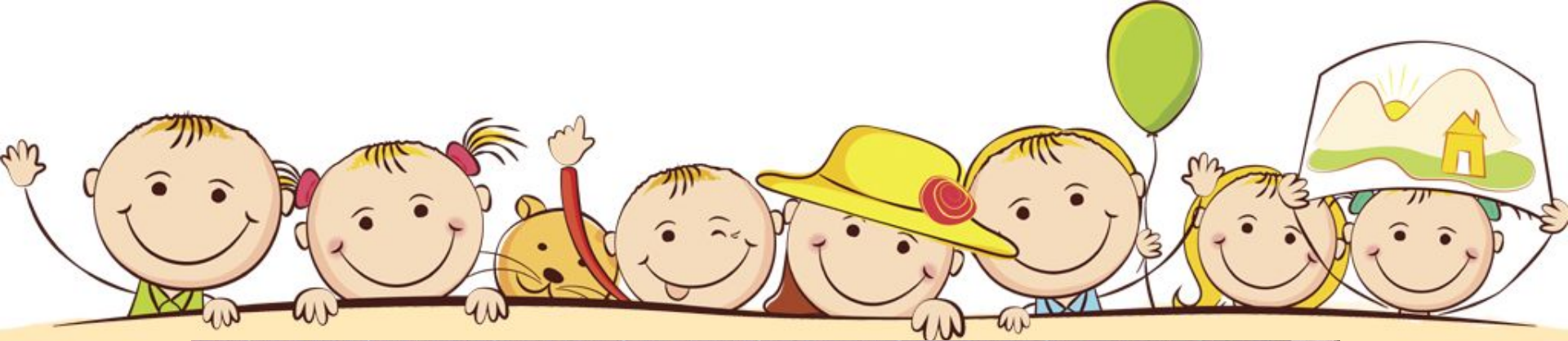
- По доминирующей задаче мы считаем целесообразным выделить праздники для формирования здорового образа жизни. Это тематические праздники типа «Солнце, воздух и вода - наши верные друзья», «Праздник чистюль», «Приключения Не-болейки », «В гостях у Айболита» и т.п.
- Большую роль в своей работе отводим подбору познавательного материала, направленного на систематизацию знаний детей о видах спорта, олимпийском движении, российских спортсменах. Тематика таких праздников разнообразна: «Веселые старты», : «Будущие олимпийцы», «Путешествие в Спортландию.
- Большое внимание в нашем детском саду уделяется воспитанию здорового образа жизни детей.

Коррекционные модели



- **Артикуляционная гимнастика** -упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения, помогают быстрее «поставить» правильное звукопроизношение, преодолеть уже сложившиеся нарушения звукопроизношения.







- **Технология музыкального воздействия.**

Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от умиротворенности), покоя и гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии). В связи с этим важно обратить внимание на то, какую музыку слушаем мы и наши дети. При использовании музыки нужно помнить об особенностях воздействия характера мелодии, ритма и громкости на психическое состояние детей.

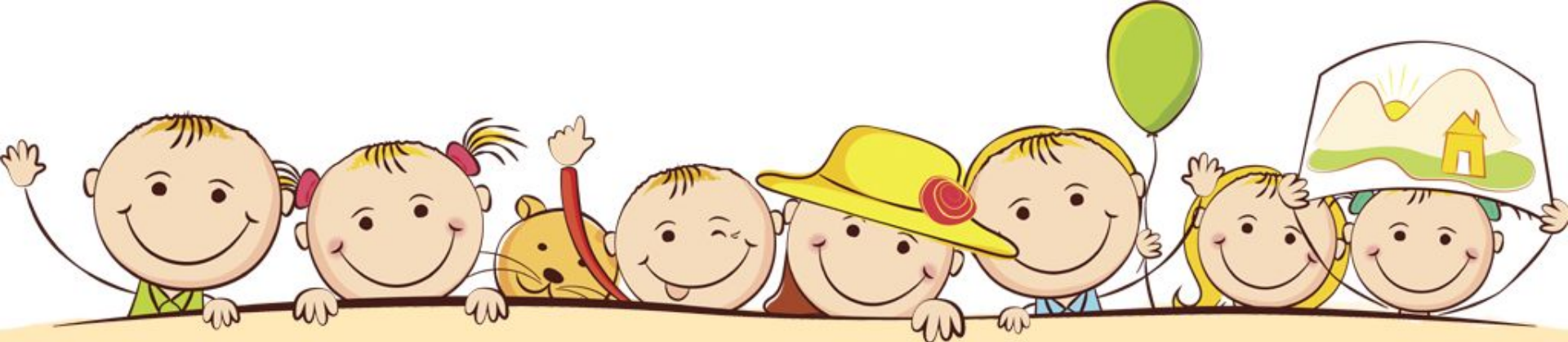


Широко используем музыку для сопровождения учебной деятельности дошкольников . Спокойная музыка, вызывающая ощущения радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания.



- Результатом оздоровительной работы ЗОЖ является снижение заболеваемости детей. Посещаемость детьми важнейший критерий при оценке деятельности воспитателей и дошкольного учреждения .
- Высокая посещаемость детей нашей группы свидетельствует о должном уровне работы по охране жизни и здоровья детей.





Помните!

Как говорили древние?

«Движение-это жизнь».

Надо сделать так, чтобы ребенок хотел быть
здоровым, ловким, сильным, смелым, любил
играть в подвижные игры, больше бывать на
природе, проявлять волевые усилия,
преодолевать трудности физического и
психологического характера.



**Спасибо за
внимание!**