

Көкейтесті

мәселем:

Денсаулық сақтау технологиясын
тиімді пайдалана отырып,
балалардың денсаулығын
нығайту, салауатты өмір салтын





*Бала денесінің жетілуі – оның денсаулығы:
егер дені сау болса, онда оны сақтау керек,
ал егер сау болмаса, онда сауықтыру керек...
Әбу Насыр Әл-Фараби*

**Балабақшада
қолданылатын денсаулық
сақтау технологиясының
тиімділігі**



Мақсат:

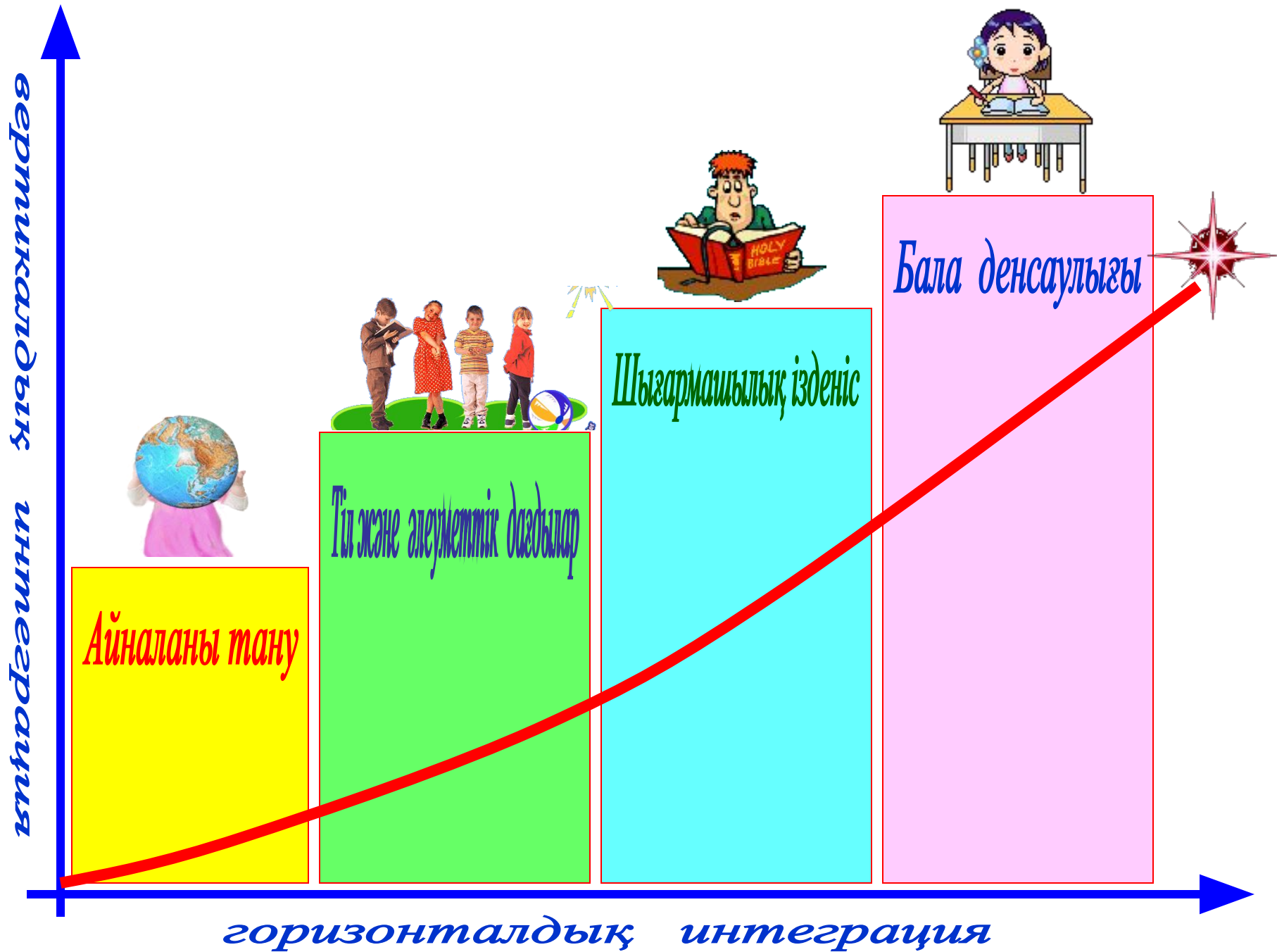
Балабақшада баланың денсаулығын сақтаудың, салауатты өмір салтын ұйымдастыру мен бала денсаулығын шыңдаудың мүмкіндіктерін қарастыру

Міндеттер

- Денсаулық сақтау технологиясына сипаттама бере отырып, балабақшада денсаулық сақтау технологиясын пайдалану әдістемесін ұсыну,
- Білім берудің жаңа технологияларын қолдану (денсаулық сақтау, ақпараттық), ғылыми-әдістемелік тұрғыдан қамтамасыз ету, оларды іске асыру механизмдерін жетілдіру,
- Балалардың денсаулығын сақтау мақсатында инновациялық бағыттағы материалдық-техникалық база қалыптастыру

Күтілетін нәтиже:

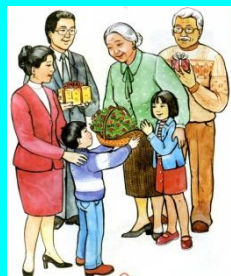
Балабақшадағы балалардың дені сау, психологиялық және интеллектуалдық тұрғыда жан-жақты қалыптасқан, бастауышқа дайын балабақша түлегі



Денсаулық факторлар ы

*Ата-ана
денсаулығы*

*Өмір сүру
жағдайы*



Экология

*Баланың мектепке
дейінгі ұйымында және
отбасындағы тәрбие*

Денсаулық сақтау педагогикалық технологиясын таңдау төмендегілерге тәуелді:

Мектепке
дейінгі ұйым
типіне

Педагогтың
кәсіби
құзыреттілігіне

Мектепке дейінгі
ұйымда
балалардың болу
ұзақтығына

Балалардың
денсаулық
көрсеткіштеріне

Педагогтың
жұмыс істейтін
бағдарламаларға

Мектепке дейінгі
ұйымның нақты
жағдайына

а





Балабақшада денсаулық сақтау іс-әрекетінің негізгі бағдарлары

Балалардың тіршілік әрекетіне санитарлық - эпидемиологиялық тәртіп пен гигиеналық жағдайларды жасауды ұйымдастыру

Тамақтануды ұйымдастыру

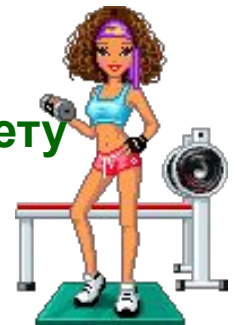
Балалардың балабақшада болу кезіндегі олардың психологиялық қауіпсіздігін қамтамасыз ету

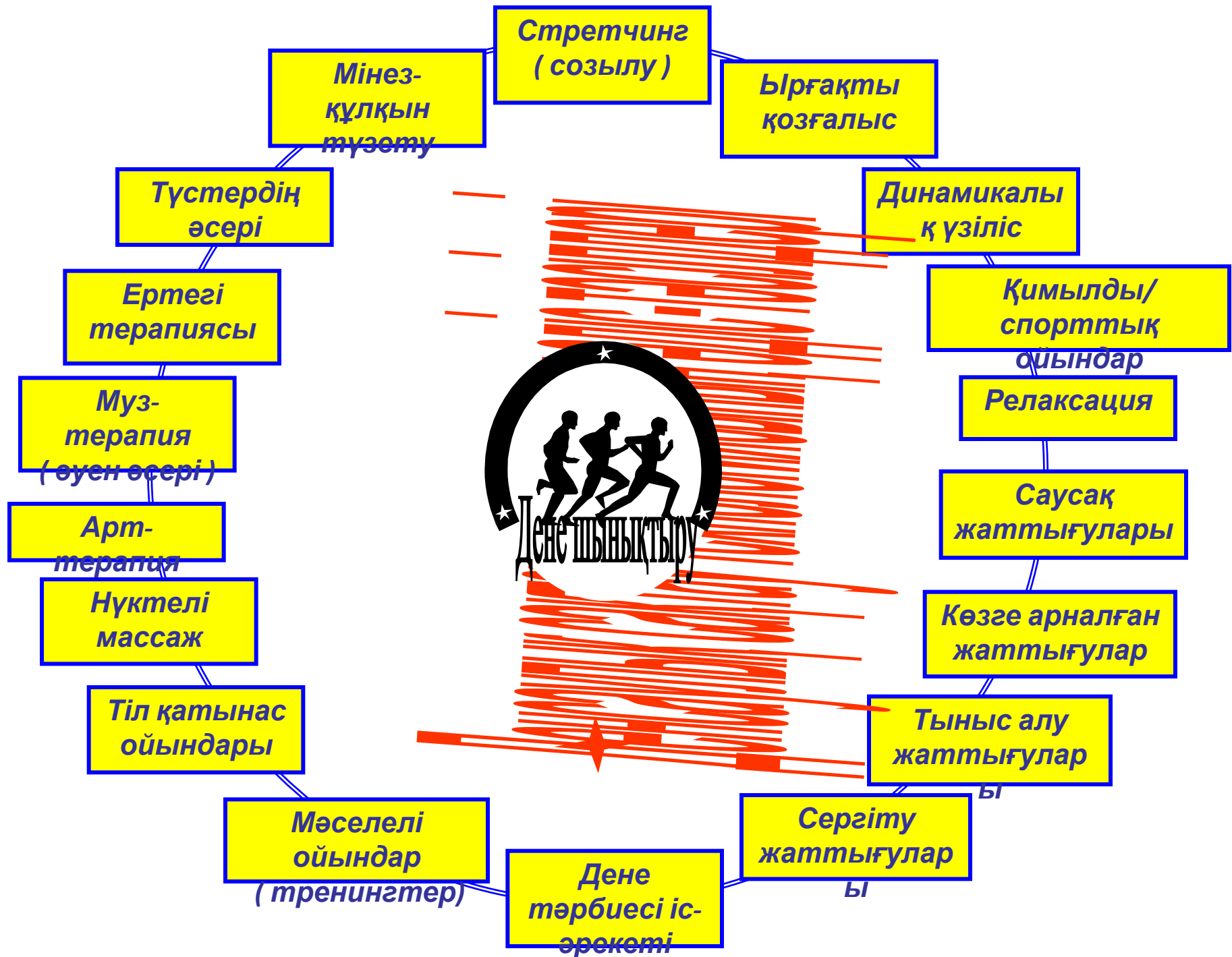
Балалардың дене тәрбиесі



Жалпы денсаулық сақтау шаралар жүйесі:

- Балаларды өз дене мүшелеріне күтім жасауды үйрету
- Дене шынықтыру
- Тағамдарды дәрумендеу
- Фитопрофилактика
- Натуропатия
- Өзін-өзі психологиялық реттеу жаттығуларын меңгеру
- Балалардың қозғалыс әрекетін оңтайландыру





Түрі	Күн реттеліміндегі өткізетін уақыты	Өткізу әдістерінің ерекшелігі
Денсаулықтарын сақтау және ынталандыру		
<p>Стретчинг (созылу)</p> 	<p>Тамақтан соң 30 минуттан кейін желдетілген топта не спорт пен музыка залында ортаңғы топтан бастап аптасына 2 рет 25-30 мин</p>	<p>Сымбаттары бұзылған және жалпақтабандылықтың алдын алуға ұсынылады. Бұлшықеттерге жүктеменің үлесі тең болуы керек.</p>
<p>Ырғақты-қозғалыс</p> 	<p>Тамақтан соң 30 минуттан кейін желдетілген топта не спорт пен музыка залында ортаңғы топтан бастап аптасына 2 рет 25-30 мин</p>	<p>Жүктеменің көлемі және өлшемі баланың жас ерекшелігіне қарай болу. Көркем құндылыққа назар аудару</p>
<p>Динамикалық үзіліс</p> 	<p>Оқу іс-әрекетінде балалардың шаршауларына қарай 2-5 мин</p>	<p>Шаршаудың алдын алу үшін барлық балаларға ұсынылады. Оқу іс-әрекетінің ерекшелігіне қарай көзге. Тыныс алуға және басқа да жаттығуларды қосуға болады.</p>

Қимылды және спорттық ойындар



Серуенде, топта оқу іс-әрекетінің бөлігі ретінде барлық топтарды күнде

Ойындар баланың жас шамалық ерекшелігіне және маусымдыққа, уақытына сәйкес іріктелінеді. Балабақшада спорттық ойындардың элементтері ғана қолданылады.

Релаксация



Барлық топта кез келген ыңғайлы бөлмеде. Педагог технологияның қарқындығын мақсатпен балалардың жағдайына байланысты анықтайды.

Табиғат үнін, классикалық баяу әуенді қолдануға болады.

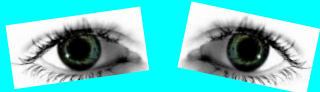
Саусақ жетпісіндері



Күнде барлық топтарда жеке-дара не жарты топпен

Күнде кез келген ыңғайлы уақытта барлық балаларға, әсіресе сөз мүкістігі бар балаларға ұсынылады

**Көзге арналған
жаттығулар**



Көзге түскен жүктеменің
қарқынына қарай күнде 3-5
мин

Педагогтің көрсетуі,
көрнекілікті қолдану
ұсынылады

**Тыныс алу
жаттығулары**



Дене тәрбиесі және
сауықтыру
жұмыстарының әртүрлі
формасында

Процедураның алдында
балаларға мұрын
гигиенасы жөніндегі
міндеттер нұсқауын
беру, бөлмені желдетіп
алу

**Сергітетін
жаттығулар**



Күнде түскі ұйқыдан 5-10
мин

Өткізу түрі әртүрлі:
кереуетте жатып
молынан жуыну,
қабырғалы жолмен жүру,
ауасы әртүрлі деңгейдегі
бөлмеде жеңіл жүгіру



**Дене
тәрбиесі
іс-әрекеті**

Спорт не музыка залында
аптасына 2 рет
Сәбилер тобында топ
бөлмесінде 10-15 мин,
ортаңғы топта 15-20 мин

Балабақшаның жұмыс
істейтін бағдарламасына
сәйкес желдетілген
бөлмеде өткізіледі

<p>Мәселелі ойындар (тренингтер)</p> 	<p>Күннің II жартысында не кез келген бос уақытта педагогтың алдына қойған міндетіне қарай ұйымдастырылады</p>	<p>Оқу іс-әрекеті педагогтың баланың ойын әрекетіне оған білдіртпей қосылуы арқылы өтеді</p>
<p>Тіл қатынас ойындары</p> 	<p>Ортаңғы топтан бастап аптасына 1-2 рет 30 мин өткізіледі</p>	<p>Іс-әрекет белгілі тірек-сызба бойынша және бірнеше бөлімдерден құрылады. Олар: әңгімелесу, сызба-нұсқалар, әртүрлі деңгейдегі ойындар, сурет салу, жапсыру т.б.</p>
<p>Нүктелі массаж</p> 	<p>Ортаңғы топтан бастап кез келген ыңғайлы уақытта және күзгі не көктемгі жұқпалы аурулардың алдында өткізіледі</p>	<p>Тұмау ауруымен жиі ауыратын балалармен қатаң түрде арнайы әдістер арқылы өткізіледі. Көрнекілік құрал қолданылады.</p>
<p>А-з-і-я</p> 	<p>Ортаңғы топтан бастап сеанс бойынша 10-12 іс-әрекеті 30-35 мин өткізіледі</p>	<p>Іс-әрекет жарты топ бойынша 10-13 баламен өткізіледі. Диагностикалық құрал және іс-әрекеттің хаттамасы болуы керек</p>

<p>Әуен әсері</p> 	<p>Айына 1-2 рет іс-әрекеттен тыс уақытта сауықтыру-шынықтыру жұмысы ретінде өткізіледі</p>	<p>Басқа технологияларға көмекші ретінде шиеленісті шешуге, эмоцияның жоғары кездерінде қолданылады</p>
<p>Ертегі терапиясы</p> 	<p>Айына 1-2 рет</p>	<p>Дамыту және психологиялық жұмыстар үшін қолданылады. Ертегіні ересек не топтасып айтуға болады</p>
<p>Түстердің әсері</p> 	<p>Алға қойылған міндеттерге қарай айына 1-2 рет</p>	<p>Балабақшаның безендірілген түстеріне ерекше назар бөлу керек. Бөлменің ішкі көріністерінің түстерін дұрыс таңдау баланың шиеленісін шешуіне және эмоциялық икемделуіне жақсы</p>
<p>Мінсә құрбын</p> 	<p>Топтан бастап сеанс ретінде 10-12 іс-әрекеті 25-30 мин</p>	<p>Іс-әрекет арнайы әдіс-тәсілдер арқылы аз топта 6-8 баламен ойын түрінде әртүрлі мәселелі балалармен жүргізіледі</p>

НӘТІЖЕСІНДЕ



Гигиеналық мәдениет қалыптасады

Жас кезінен бала дене шынықтыруға дағдыланады

Денсаулықтың соматикалық көрсеткіштері артады

Ата-аналарға балалардың тілін жетілдіруге ықпал жасалады

Салауатты өмір сүру салты насихатталады

Денсаулық сақтау кеңістігі кеңейеді

Күн режимі қалыпты жағдайда сақталады

Дене тәрбиесінің үздіксіз жүйесі қалыптасады