



**«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИ ТЕХНОЛОГИИ В  
СВЕТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС»**

**ЕЛХОВА АЙГУЛЬ НАЗИРОВНА  
ВОСПИТАТЕЛЬ МБДОУ №11 «ШАТЛЫК»  
МЕНЗЕЛИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН**

## **ЦЕЛЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДОУ**

- Применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитанников детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и охранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи.
- Применительно к взрослым – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.

## **ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ**

- ❑ **Создание максимально благоприятных условий для умственного, нравственного, физического, эстетического развития личности;**
- ❑ **Охрана и укрепление психофизического здоровья детей;**
- ❑ **Совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами здоровьесберегающих технологий**
- ❑ **;Воспитание потребности в ЗОЖ;**
- ❑ **Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями; и др.**



## **СИСТЕМА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В ДОУ:**

- различные оздоровительные режимы (адаптационный, на время каникул);
- комплекс закаливающих мероприятий (воздушное закаливание, хождение по “дорожкам здоровья”, профилактика плоскостопия; максимальное пребывание детей на свежем воздухе, бодрящая гимнастика);
- Непосредственная образовательная деятельность по физической культуре всех типов;
- оптимизация двигательного режима: традиционная двигательная деятельность детей (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, проведение подвижных игр, прогулки) и инновационные технологии оздоровления и профилактики (ритмопластика, логоритмика, тактильные дорожки);
- организация рационального питания;
- медико-профилактическая работа с детьми и родителями;
- соблюдение требований СанПиНа к организации педагогического процесса;
- комплекс мероприятий по сохранению физического и психологического здоровья педагогов.

# ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ РАБОТЫ





# ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА



# АКТИВИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕЖИМА ВОСПИТАННИКОВ.

- Обеспечение двигательного режима детей атрибутами и пособиями;
- Создание необходимой развивающей среды;
- Проведение подвижных игр, пеших прогулок;
- Строгое соблюдение двигательного режима и режима дня;
- Проведение утренней гимнастики, физкультминуток, игр с движениями в свободной деятельности;





## ГИМНАСТИКА БОДРЯЩАЯ, ЗАКАЛИВАНИЕ

- форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание, ходьба по дорожкам «здоровья», лёгкий бег из группы в спортзал с разницей температуры в помещениях и другие.





**ГИМНАСТИКА ДЫХАТЕЛЬНАЯ  
ПРОВОДИТСЯ В ПРОВЕТРИВАЕМОМ ПОМЕЩЕНИИ,  
ПЕДАГОГ ДАЁТ ДЕТЯМ ИНСТРУКЦИИ ОБ  
ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ ГИГИЕНЕ ПОЛОСТИ НОСА**





# ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА

РЕКОМЕНДУЕТСЯ ВСЕМ ДЕТЯМ, ОСОБЕННО С  
РЕЧЕВЫМИ ПРОБЛЕМАМИ. ПРОВОДИТЬСЯ В ЛЮБОЙ  
УДОБНЫЙ ОТРЕЗОК ВРЕМЕНИ





# СОЗДАНА КАРТОТЕКА «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕТСКОМ САДУ»





# РЕЛАКСАЦИЯ





# ВОДНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ



