

*Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида №24 «Березка» г.Белебея
муниципального района Белебеевский район
Республики Башкортостан*

**«Применение здоровьесберегающих
технологий во второй младшей
группе»**

**Подготовили: воспитатели
Валитова Г.М., Суркова Е.Р.**



*Здоровье - это состояние полного
физического, психического
и социального благополучия, а не просто
отсутствие болезней или
физических дефектов
(Всемирная организация здравоохранения).*



Модель образовательно-оздоровительной деятельности

Цель: формирование, сохранение и укрепление здоровья

Основные направления

1. Формирование ценностного отношения к собственному здоровью, здоровью окружающих.
2. Внедрение здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс.
3. Определение оптимальной образовательно-оздоровительной деятельности.

Условия реализации

Реализация индивидуальных коррекционных и оздоровительных программ физической и психологической подготовки

Реализация образовательной программы по культуре здоровья в системе воспитательно-образовательного процесса

Оценка эффективности внедрения комплекса здоровьесберегающих технологий

Механизмы реализации

Система занятий по физической культуре; система нетрадиционных форм здоровьесберегающего воспитания; система спортивно-оздоровительных мероприятий

Развитие когнитивных способностей. Формирование физического здоровья. Сохранение психического и социального здоровья

Мониторинг показателей адаптации и здоровья. Реабилитационно-коррекционный подход: восстановление здоровья психолого-педагогическими средствами

Результат: всесторонне-развитая, социально-адаптированная личность, с задатками и способностями, интересами и желаниями, индивидуальным темпом развития и сохраненным здоровьем физическим и психическим.



Задачи здоровьесбережения:

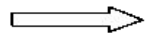
- сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности*
- создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей*
- создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения*

Технологии сохранения и стимулирования здоровья

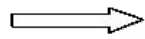
№	Наименование	Сроки
1	Утренняя гимнастика	Ежедневно в течение года
2	Побудка, гимнастика после сна	Ежедневно в течение года
3	Дыхательная гимнастика	2 раза в неделю
4	Точечный массаж	В период эпидемий ОРЗ
5	Воздушные ванны	Перед сном, после сна
6	Физкультурные занятия	2 раза в неделю
7	Проветривание спальни	Перед, после сна
8	Пальчиковая гимнастика	Ежедневно
9	Кварцевание	Ежедневно
10	Витаминация: соки, напитки, сиропы, витамины	Ежедневно
11	Профилактические прививки	Согласно журнала прививок
12	Закаливание солнцем, водой	В летний период
13	Профилактика плоскостопия	Ежедневно
14	Профилактика осанки детей	Ежедневно
15	Физкультминутки	Ежедневно
16	Подвижные игры . Прогулки	Ежедневно . С учетом температуры
17	Кислородные коктейли	2 раза в год
18	Проводить работу с родителями по профилактике, по проведению оздоровительных мероприятий	В течение года

Современные здоровьесберегающие технологии

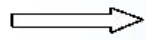
СОХРАНИТЬ И УЛУЧШИТЬ
ЗДОРОВЬЕ



Пальчиковая гимнастика



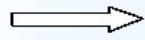
Динамические паузы



Подвижные и спортивные игры



Релаксация



Гимнастика для глаз



Дыхательная гимнастика



Бодрящая гимнастика



Оздоровительные процедуры

***Гимнастика пальчиковая**
рекомендуется всем детям, особенно с
речевыми проблемами. Проводиться в любой
удобный отрезок времени.*



Подвижные и спортивные игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения. В детском саду используем лишь элементы спортивных игр.



Релаксация

*используется спокойная классическая музыка
(Чайковский, Рахманинов), звуки природы*



*Гимнастика для глаз
рекомендуется использовать наглядный
материал (ориентир), показ педагога.*



*Гимнастика дыхательная
проводится в проветриваемом помещении,
педагог даёт детям инструкции об
обязательной гигиене полости носа*



Гимнастика бодрящая

форма проведения различна: упражнения на кроватках, возле кроватки, обширное умывание



Закаливание

Ходьба по дорожкам «здоровья», лёгкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие.

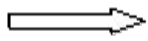


Современные здоровьесберегающие технологии

ОУПТОНА ДОРОВОНУ ОУРАМУ ЖИНИ



Физические занятия



Игротренинги



Коммуникационные игры



Ритмопластика



Точечный самомассаж



Игротерапия



Привитие КГН и навыков самообслуживания



Беседы из серии «Здоровье»

Физкультурное занятие

занятия проводятся в соответствии с программой, перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение



Точечный самомассаж

*проводится строго по специальной методике,
показана детям с частыми простудными
заболеваниями и для профилактики ОРЗ.*



Привитие культурно-гигиенических навыков

проводится в течение дня



Современные здоровьесберегающие технологии

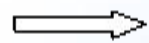
**К
О
Р
Р
Е
К
Ц
И
О
Н
Н
Ы
Е**



Музыкальное воздействие



Сказкотерапия



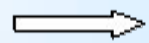
Арт терапия



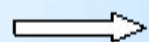
Эстетическая терапия



Самомассаж



Психогимнастика (игры, этюды)



Логоритмика

Самомассаж

*проводится под словесное сопровождение
с разными предметами
(массажные шарики Су Джок, пружинки Су
Джок, шишки, орехи, карандаши, прищепки)*



Технологии музыкального воздействия

*используется в качестве вспомогательного средства,
как часть других технологий, для снятия
напряжения, повышения эмоционального настроения.*



Сказкотерапия

используется для психо-терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание.



Технологии эстетической направленности

реализуется на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформление помещений к праздникам

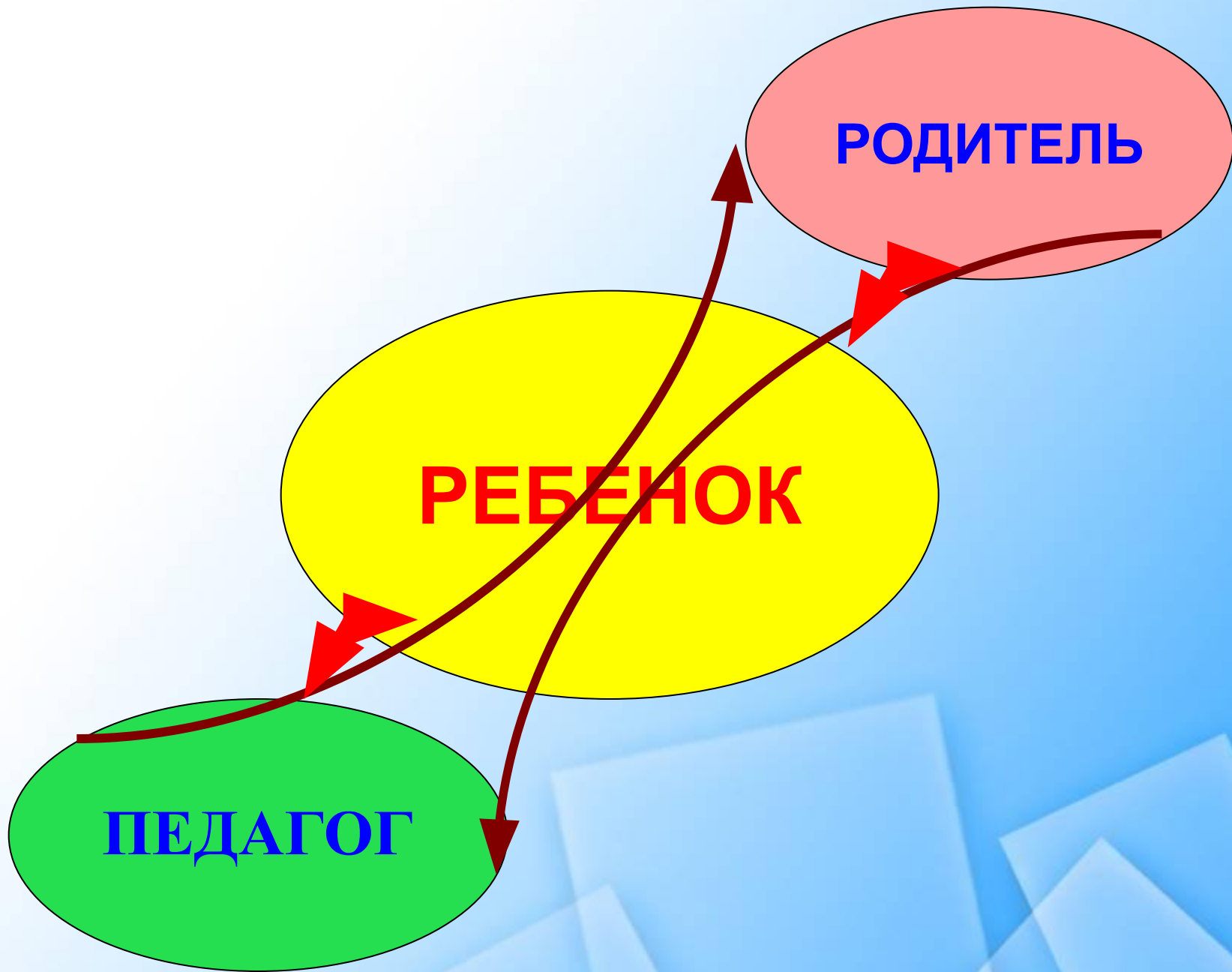




Сотрудничество с семьей

Воспитатели – индивидуальные беседы, консультации, памятки, приглашение на прогулки, праздники, тренинги, показ открытых занятий, информационные листы.

Медсестра – семинары-практикумы по укреплению детского здоровья, обучение приемам массажа.



*Мы стремимся к полной реализации,
в жизни каждого ребенка, трех
моментов:*

*обеспечение условий для преобладания
положительных эмоциональных
впечатлений;*

*достаточной индивидуальной умственной
нагрузки ;*

*полное удовлетворение потребности в
движении.■*

Применение в работе МАДОУ № 24 «Березка» здоровьесберегающих технологий, повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

