

*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:*

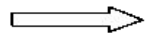
- сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности*
- создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей*
- создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения*

# Технологии сохранения и стимулирования здоровья

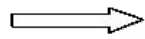
№	Наименование	Сроки
1	Утренняя гимнастика	Ежедневно в течение года
2	Побудка, гимнастика после сна	Ежедневно в течение года
3	Дыхательная гимнастика	2 раза в неделю
4	Точечный массаж	В период эпидемий ОРЗ
5	Воздушные ванны	Перед сном, после сна
6	Физкультурные занятия	2 раза в неделю
7	Проветривание 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

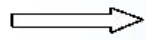
СОХРАНИТЬ И УЛУЧШИТЬ  
ЗДОРОВЬЕ



Пальчиковая гимнастика



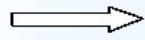
Динамические паузы



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.*

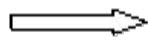


# Современные здоровьесберегающие технологии

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.*



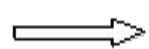


# *Привитие культурно-гигиенических навыков проводится в течение дня*



# Современные здоровьесберегающие технологии

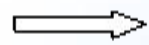
**К  
О  
Р  
Р  
Е  
К  
Ц  
И  
О  
Н  
Н  
Ы  
Е**



Музыкальное воздействие



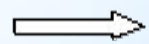
Сказкотерапия



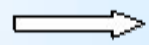
Арт терапия



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*



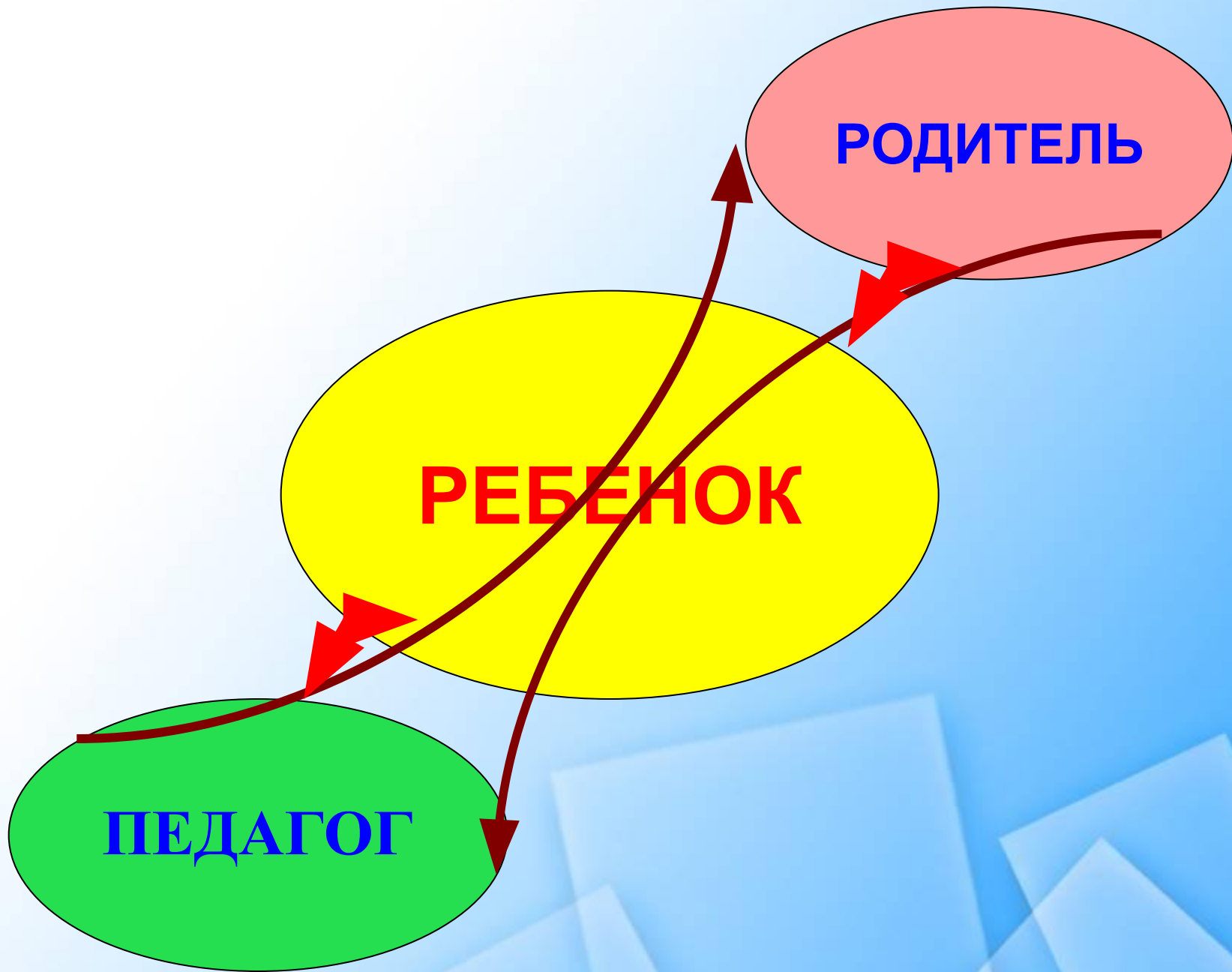


# *Сотрудничество с семьей*

*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.*

