

**«Здоровье сберегающие
технологии в
педагогическом процессе
старшей группы
№ 10 «КАРУСЕЛЬ»**

Воспитатели Матвиенко Т.А.
Кревшич О.В.

ГККП «Детский сад № 22»



Цель здоровьесберегающих технологий -

это обеспечение дошкольникам
возможность сохранения здоровья,
сформирование у них необходимых
знаний, умений и навыков по
здоровому образу жизни, обучение в
использовании полученных знаний в
повседневной жизни.

Направления работы по здоровьесбережению

- Интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности.
- Внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс.
- Разнообразие форм физкультурно - досуговой деятельности с дошкольниками.
- Формирование привычки к здоровому образу жизни у дошкольников и родителей.
- Совершенствование физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка.
- Выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы.
- Обеспечение физического и психического благополучия каждого ребёнка в детском саду.



Формы физкультурно-оздоровительной работы





Виды здоровьесберегающих технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения
Стретчинг	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю в физкультурном зале	Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием. Опасаться непропорциональной нагрузки на мышцы
Ритмопластика	Не раньше чем через 30 мин после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин в физкультурном зале	Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка
Подвижные и спортивные игры	Как часть непосредственной образовательной деятельности по физической культуре, на прогулке. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. Используются элементы спортивных игр
Релаксация	В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии.	Можно использовать спокойную музыку, звуки природы
Гимнастика утренняя	Ежедневно, утром, перед завтраком во всех группах	В групповой комнате, физкультурном зале, под музыку
Гимнастика пробуждения	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин во всех группах	Различные варианты проведения



Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин в любое свободное время, в разных формах физкультурно-оздоровительной работы в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры
Гимнастика корригирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей
Образовательная деятельность по физической культуре	Два раза в неделю в спортивном зале и на улице (по сезону) старший возраст – 25-30 мин.	Проводится в соответствии с Программой



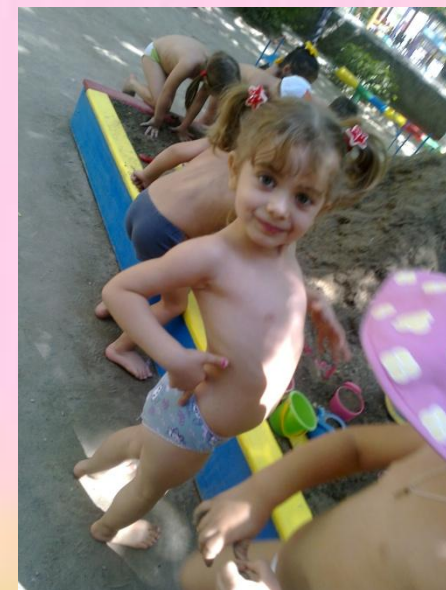
<p>Самомассаж</p>	<p>В зависимости от поставленных целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы с детьми старшего возраста</p>	<p>Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму.</p>
<p>Информация для детей по теме «Здоровье»</p>	<p>Во время ОУД в разделе «Валеология» (старшая гр) в совместной деятельности в зависимости от поставленных задач</p>	<p>Могут быть частью совместной деятельности с целью познавательного развития</p>



Организованная учебная деятельность



Закаливающие процедуры в летний оздоровительный период

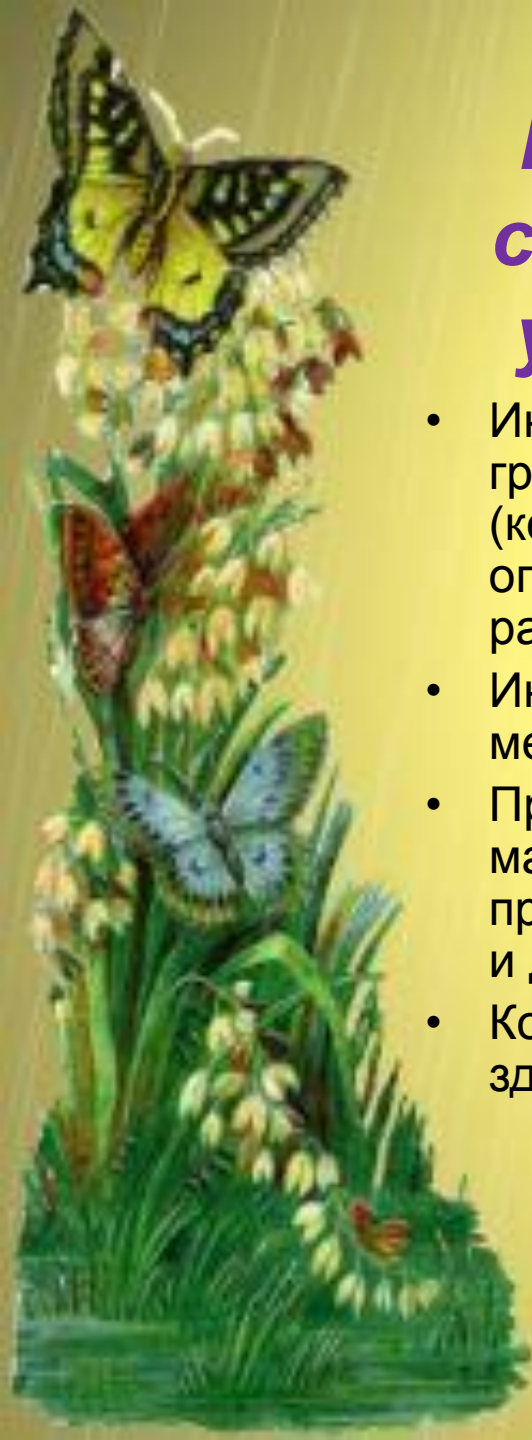


Сказкотерапия используется для психо-терапевтической работы.



Взаимодействие педагогов с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей.

- Информационные стенды для родителей в приемной группы, освещающие вопросы оздоровления без лекарств (комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры.
- Информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми в ДО
- Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДО (соревнования, спортивные праздники, дни открытых дверей, Дни и Недели здоровья, и др.).
- Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.



Профилактические мероприятия



- Сироп шиповника
- Чесочно – луковые кулоны (Зимний период)
- Кварцевание помещения
- Гимнастика после сна
- Витаминизация 3 – го блюда
- Поливитамины «РЕВИТ»
- Дыхательная гимнастика
- Соблюдение воздушного режима
- Проветривание помещений
- Прогулки на свежем воздухе
- Профилактика плоскостопия
- Релаксация



Картотека

«Здоровьесберегающих технологий и пособий по ОБЖ в старшей группе № 10»

Как избежать неприятностей?

Игра учит ребенка беречь свою жизнь и здоровье, избегая опасных ситуаций



Игровой дидактический материал по основам безопасной жизнедеятельности

На вод и на прир

Игровой массаж

Интерпретация и адаптированный вариант методик спецакаливания детей А. Уманской и К. Динейки.



Предметы личной гигиены



Картотека дидактических игр по ОБЖ



Картотека бесед по профилактике травматизма с детьми старшего дошкольного возраста



Картотека зимних подвижных игр



Гимнастика после дневного сна с закапывающим эффектом. Сказка "Колобок" (младшая группа)



ПОЖАРООПАСНЫЕ ПРЕДМЕТЫ



ОПАСНЫЕ ПРЕДМЕТЫ



ЧТОБЫ НЕ ПОПАСТЬ В БЕДУ



ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ

АСТРЕЛЬ

РАЗВИВАЕТ ПАМЯТЬ И ВНИМАНИЕ

УМКА

ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕ 3 ЛЕТ



Гимнастика пробуждения



Пальчиковая гимнастика



Точечный массаж

