Концептуальная модель использования здоровьесберегающих технологий в работе воспитателя с детьми дошкольного возраста.

Воспитатель подготовительной группы детского сада №18

Кальнет Ольга Викторовна

Цель:

- Сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста на всех этапах обучения и развития в ДОУ.

Задачи:

- 1. Разработать модель по внедрению здоровьесберегающих технологий с детьми дошкольного возраста.
- 2. Внедрить модель здоровьесбережения в практику работы с детьми.
- 3. Создать условия для формирования сохранения и укрепления здоровья детей.
- 4. Сформировать у дошкольников необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни.
- 5. Научить детей использовать полученные знания в повседневной жизни.
- 6. Развивать и совершенствовать основные физические качества, двигательные умения и навыки.
- 7. Вызвать интерес к физической культуре и спорту.

8. Взаимодействие педагогического коллектива с семьей.

Принципы:

- **Принцип научности обучения** - содержание учебного материала и методы его изучения должны быть научными. Иначе дети не смогут овладеть основами научных знаний. Отсюда необходимость соблюдения связи обучения с наукой.
- **Принцип систематичности и последовательности** - знания в опыте человечества находятся в определенной системе. Их нельзя усваивать хаотично, в беспорядке. Под последовательностью понимается расположение материала в соответствии с возрастными возможностями развития детей.
- **Принцип доступности** - учебный процесс теряет смысл, если его содержание будет недоступным для усвоения.
- **Принцип наглядности** - чувственные образы, представления детей об окружающем мире являются необходимыми компонентами всякого обучения.
- **Принцип сознательности и активности учения детей** - знания должны быть осознаны детьми, а для этого необходима высокая познавательная активность. В противном случае материал быстро забывается, становится эпизодом в жизни детей.
- **Принцип индивидуализации** - ребенок мыслит, переживает, трудится в соответствии со своими личными особенностями характера, темперамента, ума. Индивидуальный подход повышает эффективность обучения, что давно замечено в практической деятельности воспитателей и педагогов.

Формы работы:

Утренняя гимнастика - способствует развитию у детей правильной осанки, тренирует и усиливает деятельность всех органов и систем (сердечно – сосудистой, дыхательной, нервной и т.д.), подготавливает организм ребенка к тем нагрузкам, которые предстоит ему преодолевать в течении дня. **Физкультурные занятия в зале и на улице** - формируются навыки основных движений: ходьбы, бега, лазанья, прыжков, метания с постепенным их усложнением и повышением качественных характеристик от младшего к старшему возрасту.

Точечный самомассаж - это надавливание подушечками пальцев на кожу и мышечный слой в месте расположения осязательных точек и разветвлений нервов. Он способствует расслаблению мышц и снятию нервно-эмоционального напряжения.

Босохождение по массажным дорожкам - стимулирует активные точки, расположенные на подошвах ног. Стимулирует вегетативную нервную систему, усиливает артериальное кровоснабжение, снижает нервные и мышечные напряжения.

Пальчиковая гимнастика - тренирует мелкую моторику, стимулирует речь , пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции.

Артикуляционная гимнастика - стимулирует развитие речевого аппарата , мышц лица, создает условия для подготовки детей к обучению правильному звукопроизношению, занятиям по грамоте и полноценному общению не только со сверстниками, но и со взрослыми.

Дыхательная гимнастика - восстанавливает нарушенное носовое дыхание , улучшает дренажную функцию легких , налаживает нарушенные функции сердечнососудистой системы , укрепляет весь аппарат кровообращения , повышает общую сопротивляемость организма, его тонус, улучшает нервно-психическое состояние.

Закаливание - направлено на повышение сопротивляемости организма различным повреждающим факторам внешней среды (режим проветривания , неперегревающая одежда ребенка , гигиенические процедуры, соблюдение режима прогулок , утренний прием детей на свежем воздухе , подвижные игры и физические упражнения на воздухе:

Физкультурные досуги и праздники - являются важными компонентами активного отдыха детей. Цель этих занятий: воспитать интерес к движениям и желание самостоятельно заниматься физическими упражнениями; - углубить знания о пользе физической культуры: сформировать элементарные представления об особенностях строения и физиологии человека.

Гимнастика после сна позволяет пробудить организм , нормализовать кровообращение, снять вялость и сонливость, быстрее прийти в бодрое состояние и настроение.

- **Физкультминутки .**

Направления здоровьесберегающих технологий:

- **Медико-профилактические технологии**—соблюдение САНПиН при организации образовательной деятельности и предметно-пространственной среды.
- **Физкультурно-оздоровительные технологии**— направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.
- **Здоровьесберегающие образовательные технологии** -это, прежде всего технологии воспитания культуры здоровья дошкольников, комфортное пребывание ребёнка в детском саду, которое не вызывало бы повышения тревожности.
- **Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка** - технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка-дошкольника.
- **Технологии просвещения родителей** — задача данных технологий — обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОУ (консультации специалистов , беседы , приобщение к спорту через презентации и видеоролики , совместное изготовление атрибутов и пособий для спортивных досугов, совместные спортивные досуги с детьми , открытые занятия , анкетирование)

Ожидаемые результаты:

- 1. Улучшение показателей состояния психофизического здоровья детей , снижение уровня заболеваемости.
- 2. Дошкольники знакомы с формами повышения качества своего здоровья.
- 3. Систематическое использование здоровьесберегающих технологий в работе воспитателя ДОУ.
- 4. Активизация родителей к совместному использованию эффективных форм здоровьесберегающих технологий.

Давайте растить
детей здоровыми!