

# Здоровьесберегающие технологии в системе оздоровительной работы ДОУ согласно требованиям ФГОС ДО



**Выполнила: воспитатель МКОУ**

**БГО Чигоракской СОШ**

**Маркова Н.С**

*«Забота о здоровье — это важнейший  
труд воспитателя.*

*От жизнерадостности, бодрости  
детей зависит  
их духовная жизнь, мировоззрение,  
умственное развитие,  
прочность знаний, вера в свои силы»*

**В. А. Сухомлинский.**

# ГИМНАСТИКА-укрепляет здоровье ребёнка

утренняя гимнастика      гимнастика после сна



# СКАЗКАТЕРАПИЯ



ФИЗКУЛЬТМИНУТКИ снимают напряжение,  
восстанавливают умственную  
работоспособность, помогают расслабиться



# Стандарт направлен на решение нескольких задач

- 📌 охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 📌 Обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья)
- 📌 формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- 📌 обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- 📌 формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- 📌 обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

▶ **Здоровьесберегающие технологии**  
система воспитательно-  
оздоровительных, коррекционных и  
профилактических мероприятий,  
которые осуществляются в процессе  
взаимодействия ребенка и педагога,  
ребенка и родителей, ребенка и  
доктора

# Цель здоровьесберегающих технологий:

## Применительно к детям

- ▲ обеспечение дошкольнику возможность сохранения здоровья;
- ▲ формирование у воспитанника необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни;
- ▲ обучение дошкольника использовать полученные знания в повседневной жизни.

## Применительно к взрослым

- ▲ содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.



# Виды здоровьесберегающих технологий



## *Валеологическое просвещение родителей*

**это процесс направленный на ознакомление родителей, сохранение и укрепление знаний о здоровье детей.**

### *Реализуется через:*

- Родительские собрания
- Консультации
- Круглые столы по вопросам
- Беседы
- Нетрадиционные формы работы с родителями
- Спортивные праздники
- Личный пример педагога
- Папки-передвижки

# Компоненты физкультурно-оздоровительных технологий

- Физкультурные занятия
- Утренняя гимнастика
- Спортивные праздники, развлечения
- День здоровья
- Подвижная игра
- Физкультминутки
- Дыхательная гимнастика
- Самомассаж, точечный массаж
- Артикуляционная гимнастика
- Гимнастика для глаз

# *Здоровьесберегающие образовательные технологии*

Это технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников.

**Цель:** формирование у детей осознанного отношения к здоровью и жизни, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать его

# **Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка**

**Это** технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника.

**Основная задача** этих технологий обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника.

# Десять золотых правил здоровьесбережения

- Соблюдайте режим дня!
- Обращайте большое внимание на питание!
- Больше двигайтесь!
- Спите в прохладной комнате!
- Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
- Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
- Гоните прочь уныние и хандру!
- Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
- Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
- Желайте себе и окружающим только добро!

*Здоровье ребенка превыше всего,  
Богатство земли не заменит его.  
Здоровье не купишь, никто не продаст.  
Его берегите, как сердце, как глаз.*

**Спасибо за внимание!**

# ОДНА ИЗ ЗАДАЧ ФГОС ДО

Охрана и укрепление физического и психического  
здоровья детей, в том числе их эмоционального  
Благополучия

(приказ Министерства образования и науки РФ от  
«17» октября 2013 года №1155)



# Соблюдение культурно-гигиенических НАВЫКОВ



Подвижные и спортивные игры развивают у детей настойчивость, смелость, решительность инициативу, сообразительность и мышление.



# Самомассаж

Самомассаж точек на кистях рук способствует повышению тонуса и работоспособности всего организма



Здоровье ребёнка-превыше  
всего... и наша задача сохранить  
его

