



Дошкольное образовательное учреждение детский сад
«Солнышко» с.Маяк

Современные
здоровьесберегающие
технологии, используемые в
детском саду

Выполнила: воспитатель Бабич Е.А.





Перед ДО стоят несколько задач

1. Активное участие педагогов дошкольного образовательного учреждения в эффективном использовании здоровьесберегающих технологий
2. Разнообразить формы работы по формированию у дошкольников Культуры сохранения собственного здоровья
3. Использовать оздоровительные виды деятельности в режиме дня



Здоровьесберегающие технологии



целостная система воспитательно – оздоровительных, коррекционных и профилактических мер, которые осуществляются в процессе взаимодействия



ребёнка и педагога

ребёнка и родителей

ребёнка и доктора



Цель здоровьесберегающих образовательных технологий

- обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья
- сформировать у него необходимые знания, умения и навыки ЗОЖ
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни





Система здоровьесбережения в ДОУ

- различные оздоровительные режимы (адаптационный, на время каникул);
- комплекс закаливающих мероприятий (воздушное закаливание, хождение по “дорожкам здоровья”, профилактика плоскостопия; максимальное пребывание детей на свежем воздухе, бодрящая гимнастика);
- Непосредственная образовательная деятельность по физической культуре всех типов;
- оптимизация двигательного режима: традиционная двигательная деятельность детей (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, проведение подвижных игр, прогулки) и инновационные технологии оздоровления и профилактики (ритмопластика, сказкотерапия, тактильные дорожки);
- организация рационального питания;
- медико-профилактическая работа с детьми и родителями;
- соблюдение требований СанПиНа к организации педагогического процесса;
- комплекс мероприятий по сохранению физического и психологического здоровья педагогов.



Направления работы по здоровьесбережению в ДОУ

- Интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности;
- Внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОУ;
- Разнообразие форм физкультурно - досуговой деятельности с дошкольниками;
- Формирование привычки к здоровому образу жизни у дошкольников, педагогов 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 ДОУ.



Этапы внедрения здоровьесберегающих технологий

- Анализ исходного состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности дошкольников, их валеологических умений и навыков, а также здоровьесберегающей среды ДООУ.
- Организация здоровьесберегающего образовательного пространства в ДООУ.
- Установление контактов с социальными партнёрами ДООУ по вопросам здоровьесбережения.
- Освоение педагогами ДООУ методик и приёмов здоровьесбережения детей и взрослых ДООУ.
- Внедрение разнообразных форм работы по сохранению и укреплению здоровья для разных категорий детей и взрослых.
- Работа валеологической направленности в родителями ДООУ.



Технологии сохранения и стимулирования здоровья

- Динамические паузы
- Подвижные и спортивные игры
- Релаксация
- Гимнастика для глаз
- Пальчиковая гимнастика
- Дыхательная гимнастика
- Гимнастика после сна





Технологии обучения здоровому образу жизни

- Утренняя гимнастика
- Физкультурные занятия
- Самомассаж
- Активный отдых (физкультурный досуг, праздник, «День здоровья», Музыкальный досуг)







Коррекционные технологии

- Артикуляционная гимнастика
- Технология музыкального воздействия
- Сказкотерапия
- Технология воздействия цветом





Современные здоровьесберегающие технологии

- Степ – аэробика
 - Стопотерапия
- 



Динамические паузы



Е

ей





Подвижные и спортивные игры



Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате – малой, средней подвижности.





Релаксация

Используется классическая, спокойная музыка, звуки природы.



Будто мы лежим на травке...
На зелёной мягкой травке...
Греет солнышко сейчас,
Руки тёплые у нас.
Жарче солнышко пригрело
-И ногам тепло, и телу.
Дышится легко, вольно, глубоко



Пальчиковая гимнастика



Этот пальчик – папа,
Этот пальчик – мама,
Этот пальчик – дедушка,
Этот пальчик – бабушка,
Это пальчик – Я,
Вот и вся моя семья!



Гимнастика для глаз

Ежедневно по 3-5 минут, в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки.





Дыхательная гимнастика



Проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.



Гимнастика после сна, закаливание

Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание, ходьба по дорожкам «здоровья», лёгкий бег из группы в спортзал с разницей температур в помещениях и другие.





Ритмопластика

Ритмическая гимнастика укрепляет опорно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы, способствует формированию правильной осанки, развитию музыкальности





Утренняя гимнастика

Точно знаем : поутрам
Взрослым всем и малышам
Чтоб стать сильным и здоровым
Не болеть и быть весёлым,
Надо быстро просыпаться
И зарядкой заниматься.





АКТИВНЫЙ ОТДЫХ

Физкультурные досуги и праздники, «Дни здоровья», музыкальные досуги





Сказкотерапия





Работа с родителями

Педагогические беседы, общие и групповые родительские собрания, консультации, выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями, участие родителей в подготовке и проведении праздников, физкультурных досугов, совместное создание предметно развивающей среды.





Взаимодействие ДООУ с семьей по опросам охраны и укрепления здоровья детей:


- Информационные стенды для родителей в каждой возрастной группе работают рубрики, 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 ДООУ;
- Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДООУ (соревнования, спортивные праздники, дни открытых дверей, Дни и Недели здоровья, встречи детей ДООУ с родителями-спортсменами и др.);
- Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения



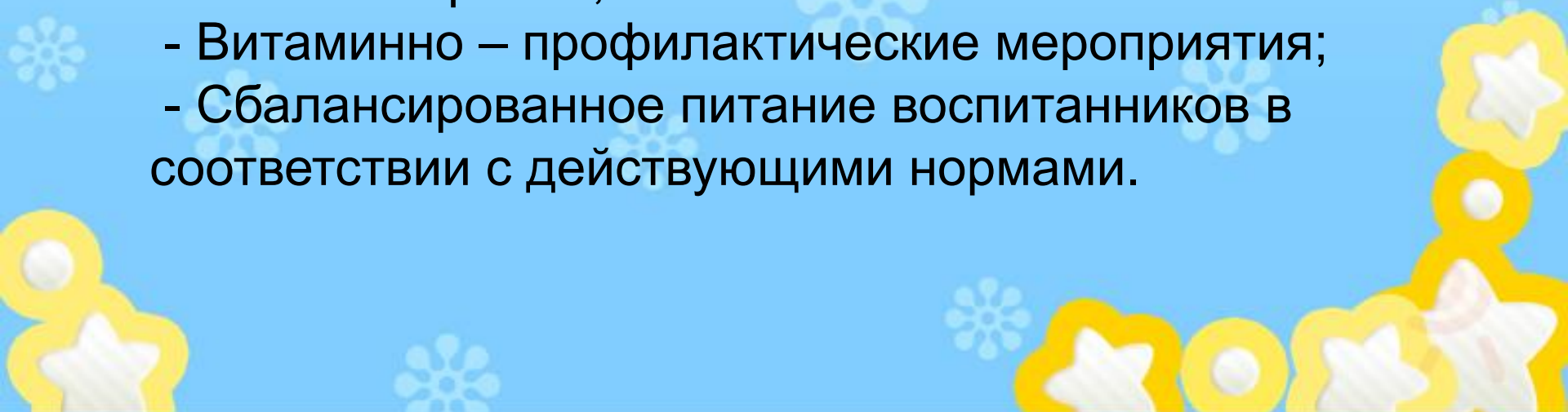
Психолого – педагогическое сопровождение развития :

- Создание комфортных условий пребывания детей;
- Создание психологического комфорта в группах;
- Обеспечение педагогами ДОО положительно – эмоциональной мотивации педагогического процесса, проведение режимных моментов, индивидуальной работы и всех видов детской деятельности;
- Личностно – ориентированный стиль взаимодействия педагога с детьми;
- Медико – педагогическая поддержка ребенка.





Оздоровительная и лечебно – профилактическое сопровождение:

- Кварцевание помещений;
 - Режим теплового комфорта;
 - Режим проветривания во время дневного сна;
 - Воздушные и солнечные ванны;
 - Умывание холодной водой;
 - Чеснокотерапия;
 - Витаминно – профилактические мероприятия;
 - Сбалансированное питание воспитанников в соответствии с действующими нормами.
- 



Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий в ДОУ

1. Сформированные навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДОУ.
2. Взаимодействие специалистов ДОУ в организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками специализированных групп.
3. Проявление толерантности всех участников внедрения здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс ДОУ.
4. Формирование нормативно-правовой базы по вопросам оздоровления дошкольников.
5. Внедрение научно-методических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ и семье;
6. Улучшение и сохранение соматических показателей здоровья дошкольников.



Картотека и литература по здоровьесбережению



*Точечный массаж
или
Волшебные точки.*



Ищем пальчиком кружок,
Занимайся ты дружок,
Десять раз вращаем влево,
Десять раз вращаем вправо,
А сейчас все скажем дружно:
- Заниматься этим нужно!



Картотека
сюжетно-подвижных игр
для детей 3-4 лет

и другие



***Спасибо
за внимание!***