

**Использование
здоровьесберегающих
технологий в
самостоятельной
деятельности детей в
ДОУ**

Здоровье - это состояние полного
физического, психического
и социального благополучия, а не просто
отсутствие болезней или
физических дефектов.

Здоровьесберегающая технология - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Задачи здоровьесбережения в ДОУ

- *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*

***Здоровьесберегающие образовательные технологии
делятся на три группы:***

- 1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья***
- 2. Технологии обучения здоровому образу жизни***
- 3. Коррекционные технологии.***

Самостоятельная деятельность детей – одна из основных моделей организации образовательного процесса детей дошкольного возраста: свободная деятельность воспитанников в условиях созданной педагогами предметно-развивающей образовательной среды, обеспечивающая выбор каждым ребенком деятельности по интересам и позволяющая ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально

Самостоятельная деятельность детей ,с учетом применения здоровьесберегающих технологий ,влияет на следующие функции:

- **Оздоровительные**
- **Образовательные**
- **Воспитательные**

Основным видом деятельности в дошкольном возрасте, как известно является игра. Поэтому двигательная среда должна быть насыщена различным оборудованием, играми, пособиями и спортивным инвентарём, способствующим удовлетворению потребности в движениях.

Самостоятельная деятельность оставляет за ребенком право выбора ее содержания, времени, партнеров

- самостоятельная деятельность, направляемая и поддерживаемая взрослыми, в ходе которой происходит решение образовательных задач;
- свободная самостоятельная деятельность детей по выбору и интересам, удовлетворяющая потребности детей в самореализации и досуге.

Организация двигательного режима

Повышение самостоятельной двигательной активности детей может рассматриваться как одно из действенных средств сохранения здоровья ребёнка, улучшения его физической подготовленности, обогащения двигательного опыта, увеличения творческого и познавательного потенциала.

Когда дети должны самостоятельно двигаться?

В любое время, когда они этого захотят! Поэтому должны быть продуманы условия для движений. Обязательно каждый из детей должен получить свою «двигательную дозу» во время утреннего приема, после завтрака перед ОД, на прогулке, после дневного сна.

Для удовлетворения двигательных потребностей детей должны быть созданы специальные условия, основанные на следующих принципах:

- непрерывность (с утра до вечера);
- добровольность (вызывать желание, а не принуждать);
- доступность;
- чередование организованных форм с самостоятельной деятельностью

Руководство самостоятельной деятельностью детей с учётом здоровьесберегающих технологий:

- Индивидуальных особенностей детей
- Их опыта

Малоподвижные дети вовлекаются в деятельность, которая способствует развитию интереса к играм и физическим упражнениям. Очень подвижных детей нацеливают на спокойную деятельность, которая будет способствовать снижению их двигательной активности и формированию внимания

«Центр познания»



«Центр творчества»



«Игровой центр»



«Литературный центр»



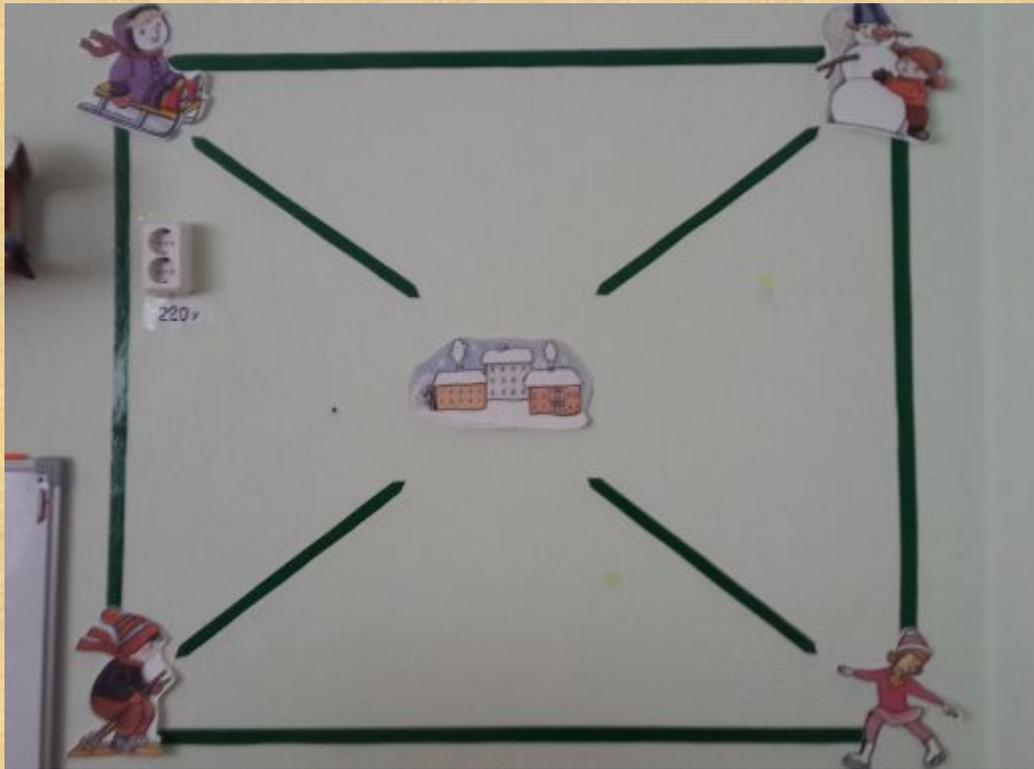
«Музыкальный центр»



«Спортивный центр»



Коррекционный компонент развивающей среды



Рекомендации:

1. Предложенные педагогические приемы и методы индивидуально-дифференцированного подхода использовать в работе с учетом интересов ребенка к играм и разным видам деятельности.

2. Воспитателям учитывать при организации самостоятельной двигательной активности детей предшествующую и последующую деятельность детей.

3. Контролировать и направлять деятельность детей с учетом индивидуальных особенностей, своевременно переключая с одного вида занятий на другой, с большей или меньшей степенью подвижностью.