



Муниципальное бюджетное дошкольное учреждение
«Детский сад «Рябинушка» Красночетайского района Чувашской республики

«Использование здоровьесберегающих технологий в условиях введения ФГОС в дошкольные организации»

Проект подготовила
воспитатель средней «А» группа
Вазикова В.И.

с. Красные Четаи- 2016-2017 уч.г.



Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы...

В. А. Сухомлинский

Актуальность проекта

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда актуальной. Это объясняется тем, что к ним предъявляются весьма высокие требования, соответствовать которым могут только здоровые дети.

Проблема эффективности физического воспитания детей дошкольного возраста является чрезвычайно важной, так как именно в этот возрастной период закладываются основы здоровья, гармоничного физического развития, приобретаются двигательные умения и навыки. Потребность в активных, разнообразных движениях является отличительной особенностью дошкольников.

Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

«Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов» - определение Всемирной организации здравоохранения.





На современном этапе развития общества в ДООУ уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей. «Здоровьесберегающие образовательные технологии», по определению Н.К. Смирнова, — это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Кроме того, серьезной задачей является и обеспечение максимально высокого уровня здоровья воспитанников детского сада, воспитание валеологической культуры для формирования осознанного отношения к здоровому образу жизни.





Здоровые дети - это основа жизни нации. Выдающийся педагог, автор «Педагогике Сердца» Я. Корчак писал: «Взрослым кажется, что дети не заботятся о своем здоровье: если за ними не смотреть, они повыпадали бы все из окон, потонули бы, попали бы под машины, повыбили бы себе глаза, поломали бы ноги и позаболевали бы воспалением мозга и воспалением легких – уж сам не знаю, какими еще болезнями. Нет. Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясним им, и они будут беречься». Действительно, только мы, взрослые, можем научить детей следить за своим здоровьем, беречь его, быть здоровым человеком своей страны.





Цель здоровьесберегающих технологий:

обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни.

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 2013г.№ 1155)



Задачи:

- - Формировать здоровьесберегающее и здоровьеукрепляющее поведение в специально созданных и жизненных ситуациях;
- - Создавать психологически комфортную среду в группах;
- - Обогащать эмоциональную сферу положительными эмоциями;
- - Развивать дружеские взаимоотношения через игру и общение в повседневной жизни;
- - Дать представления о значении сердца, легких, мышц, языка, глаз, зубов в жизнедеятельности человека, условиях их нормального функционирования;
- - Развивать умения действовать в соответствии с усвоенными правилами.



Вид проекта

• Инф
орма
цион
но -
твор
ческ
ий

Продолжительность проекта

• Тем
рот
ичнь

Участники проекта

• Восп
итан
ники
груп
пы,
восп
итате
ли
груп



Предполагаемые результаты

Снижение заболеваемости и повышение роста физической подготовленности детей дошкольного возраста.

Обеспечение психолого – педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей в соответствии ФГОС

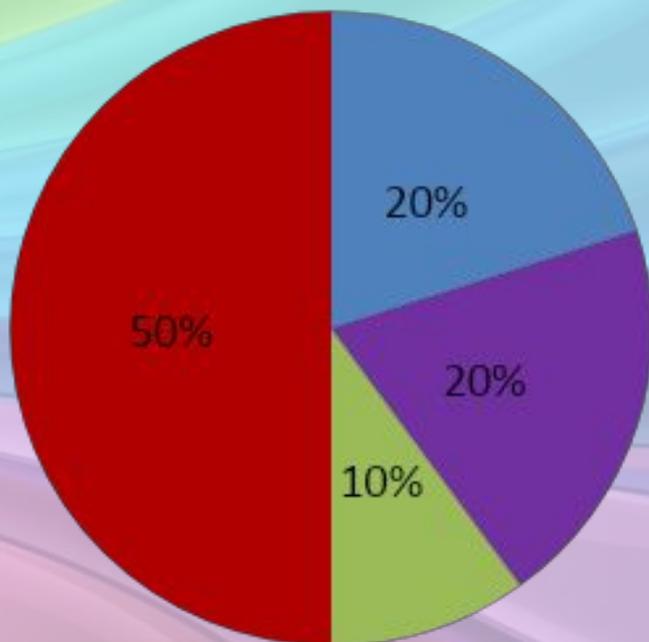
Формирование стремления к духовному и физическому совершенствованию.

Активизация партнерских отношений родителей и детского сада в воспитании и оздоровлении ребенка в условиях детского сада и дома.



От чего зависит здоровье?

- наследственные факторы
- условия внешней среды
- деятельность системы здравоохранения
- образ жизни самого человека





Темы «Здоровье», «Здоровый образ жизни» проходят через все виды деятельности ребёнка. В детском саду проводится физкультурно – оздоровительная работа, обеспечивающая поддержку и развитие физического статуса детей.

Таким образом, подобраны инновационные образовательные программы, с приоритетом выбора максимально здоровьесберегающих образовательных методик и технологий, с целью оздоровления воспитанников, индивидуальных способностей, интересов, перспектив развития.

Программы физкультурно – оздоровительной направленности, используемые в ДОУ

- ***«Программа от рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой 2014года в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами.***
Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным видам двигательной деятельности, формирование положительных нравственных черт личности в контексте общего педагогического процесса.
- ***«Здоровье с детства» для детей от 3 до 7 лет под редакцией Т.С. Казаковцевой***
Разностороннее и гармоничное развитие ребенка, обеспечение его полноценного здоровья, развитие движений и физических качеств, формирование убеждений и привычек здорового образа жизни.
- ***«Социально – оздоровительная технология «Здоровый дошкольник» Ю.Ф.Змановского***
Комплексный подход, наличие физического обоснования в каждом разделе программы, доступность большинства рекомендуемых средств и методов.
- ***«Физкультурные занятия в детском саду в средней группе» Л.И.Пензулаева***



Технологии,
способствующие
эффективному
здоровьесбережению
детей

Координация
взаимодействие всех
структур, обеспечиваю-
щих здоровье ребенка

Мониторинг
уровень
сформированности
двигательной
деятельности,
состояние здоровья детей

Создание условий,
обеспечивающих
решение задач
здоровьесбережения
детей

**Структура системы
здоровьесбережения
ребенка**

Анализ
двигательной
деятельности и
состояния здоровья

Планирование
работы и разработка
алгоритма и
индивидуального
маршрута каждого
ребенка

Мотивация
выбора путей и
перспектив сохранения и
укрепления здоровья
детей



Формы организации здоровьесберегающей работы



проводятся в игровой форме

Утренняя гимнастика	Подвижные игры и упражнения	Закаливание рижским методом	Контрастное воздушное закаливание (последнего сна)	Психогимнастика	Индивидуальная работа по физвоспитанию	Свободная двигательная активность
---------------------	-----------------------------	-----------------------------	--	-----------------	--	-----------------------------------

Технологии сохранения и стимулирования здоровья

Физкультминутка



Проводится во время занятий в течении 2-5 минут, по мере утомляемости детей. Она предупреждает утомление, восстанавливает умственную работоспособность, улучшает кровообращение, снимает утомляемость, активизирует мышление, создает положительные эмоции и повышает интерес к занятиям.



Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии, формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением в деятельности нашей группы.





Самостоятельная двигательная активность детей





Самостоятельная двигательная деятельность детей







Ежедневные подвижные и спортивные игры на свежем воздухе

На прогулке каждый день
Нам играть совсем не лень.





Наш зал



Залогом достижения поставленных целей и успешного решения задач можно считать созданную в ДОО предметно – пространственную среду, представленную музыкальным залом, в котором собрано традиционное и нетрадиционное спортивное оборудование.



Спортивный уголок в нашей группе

Приходите на часок
В наш «Спортивный уголок».



Содержание предметно – пространственной среды в позволяет организовывать самостоятельную двигательную деятельность таким образом, чтобы обеспечить каждому ребенку гармоничное развитие, помочь использовать резервы своего организма для сохранения и укрепления здоровья, обогащение двигательного опыта.



Сон укрепляет здоровье



Контрастное воздушное закаливание



Проводится после дневного сна. Контрастное воздушное закаливание улучшает настроение детей, поднимает мышечный тонус. Перед началом гимнастики включается мелодичная музыка, вызывающая положительные эмоции. Под музыку дети просыпаются, выполняют упражнения в кроватках, проводят подвижные игры, ходьбу по «дорожкам здоровья», корригирующую гимнастику, пробежки из теплой комнаты в прохладную.



Гимнастика после сна





Контрастное воздушное закаливание



Мы все друженько проснулись,
Улыбнулись, потянулись,...



Пальчиковая гимнастика

Используется нами на всех видах занятий: специально организованных и в свободной деятельности. Особенно часто пальчиковая гимнастика проводится для детей с речевыми проблемами и в раннем возрасте, поскольку оказывает влияние на речевые зоны мозга.





Релаксационные упражнения

Дети дошкольного возраста нередко находятся в состоянии высокого психоэмоционального возбуждения. Виной тому усталость или другие причины. Мы снимаем это напряжение используя игры для релаксации.

В результате релаксационных упражнений у дошкольников нормализуется эмоциональное состояние, они успокаиваются, приходят в равновесие, у них налаживается сон





Песочная терапия

Песок обладает психотерапевтическим эффектом, развивает творческий потенциал ребенка, активизирует пространственное воображение, образно - логическое мышление, тренирует мелкую моторику рук, настраивает детей на постижение моральных истин добра и зла, строит гармоничный образ мира.





Дыхательная гимнастика

Восстанавливает нарушенное носовое дыхание. Улучшает дренажную функцию легких. Положительно влияет на обменные процессы, играющие роль в кровообращении. Повышает общую сопротивляемость организма, его тонус. Улучшает нервно – психическое состояние.





Корригирующая гимнастика

Используется для профилактики плоскостопия и нарушений осанки. Наряду с традиционными упражнениями мы используем корригирующие дорожки.





Спортивные праздники и развлечения

Всем известно, всем понятно,
Что здоровым быть приятно!
Только надо всем нам знать,
Как здоровым стать!



В мире нет рецепта лучше:
Будь со спортом неразлучен –
Проживешь тогда сто лет!
Вот и весь секрет!



Работа с родителями

Совместные праздники



Папки - передвижки





Гимнастика для глаз

Способствует восстановлению нормального зрения, независимо от характера имеющихся нарушений – близорукости или дальнозоркости, а значит, полезна абсолютно всем без противопоказаний. Гимнастика заключается в фиксации зрения на различных точках и некоторых движений глазами яблоками и веками. Упражнения выполняются 2 раза в день, после них нельзя в течении 20 минут писать, рисовать, поэтому мы проводим ее после занятий, требующих напряжение глаза: изобразительной деятельностью, математикой и т.д.



Чтобы глаза твои, дружок,
Могли на долго сохраниться,
В саду гимнастику для глаз
Ты должен делать научиться.

Ты закрой глаза ладошкой,
Посиди совсем немножко.
Глазки наши отдохнут
И увидят все вокруг.





Утренняя гимнастика

Для начала по порядку –
утром сделаем зарядку.

На зарядку выходи,
На зарядку всех буди.



Все ребята говорят:
Физзарядка – друг, ребят!
Физзарядка по утрам
Не во вред – на пользу нам!



Физкультурные занятия

Физкультурные занятия проводятся в соответствии с требованиями программы «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой 2014 года в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами.



Чтоб успешно развиваться,
Нужно спортом заниматься.
От занятий физкультурой
Будет стройная фигура.

Самомассаж



Стимуляция точек на кистях рук способствует повышению тонуса и работоспособности всего организма.



Коррекционные технологии

Технологии музыкального воздействия



Проводятся с детьми в различных формах физкультурно-оздоровительной работы для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения.

Сказкотерапия



Сказкотерапию используем для снятия психоэмоционального напряжения



Психогимнастика



НЕ ДОВОЛЬСТВИЕ



Психогимнастика, представляет собой специальные занятия (этюды, игры, упражнения), направленные на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (его познавательной и эмоционально-личностной сферы). Основная цель занятий — овладение навыками управления своей эмоциональной сферой.



**Создана картотека
«Здоровьесберегающие технологии в
группе»**





Здоровье нации – это приоритет для любой страны мира и мы не исключение. Ведь всем известно, что здоровье нации начинается со здоровья её детей.





Используемая литература

- Л. Ф. Тихомирова Формируем у детей правильное отношение к своему здоровью. Ярославль, 1997 г.
- Л.Г. Татарникова Технологии валеологического развития ребёнка в дошкольном образовательном учреждении. Санкт-Петербург, 2006 г.
- Лечебная физкультура для дошкольников / О.В. Козырева. – М.: Просвещение, 2003.
- Утробина К.К. Занимательная физкультура для дошкольников. Издательство ГНОМ и Д, Москва, 2005.

Использованы ресурсы:

Солнышко - http://www.dietaonline.ru/community/post.php?topic_id=30706&page=43

Фон - <http://www.gpark.kz/gdefon/download/241668?PHPSESSID=8e2f6e45406bb9e6af6c1e6d59252946>



Спасибо за внимание!