




# Презентация

## **«Здоровьесберегающие технологии в физическом развитии дошкольников, как средство реализации ФГОС ДО»**

Хусаинова Елена Николаевна  
воспитатель 1 квалификационной  
категории МБДОУ №2 «Гусельки» г.  
Карасук Новосибирской области  
2018 г.



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

От жизнерадостности,  
бодрости детей зависит их  
духовная жизнь, миро-  
воззрение, умственное  
развитие, прочность знаний,  
вера в свои силы»

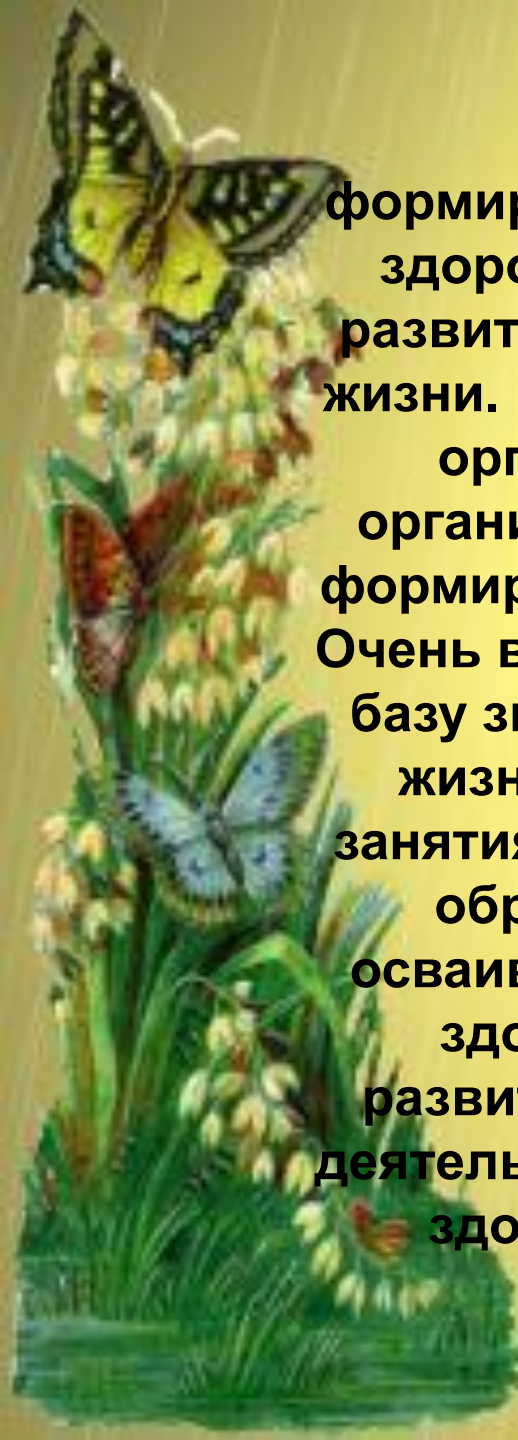
**В. А. Сухомлинский.**



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

(Всемирная организация  
здравоохранения).



A vertical illustration on the left side of the page depicts a lush garden scene. It features several butterflies of different colors, including yellow and black, blue, and orange, fluttering around a tall, slender plant with small white flowers. The base of the plant is surrounded by green grass and other foliage. The background is a soft, light green gradient.

**Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Очень важно именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Дошкольное образовательное учреждение должно постоянно осваивать комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии».**



**Главное назначение таких  
новых технологий –  
объединить педагогов,  
психологов, медиков,  
родителей и самое главное  
– самих детей на  
сохранение, укрепление и  
развитие здоровья.**


**Так что же такое  
«здоровьесберегающая  
технология»?**

# ***Здоровьесберегающая технология***

**– это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и доктора.**





A detailed illustration of a tall, slender flower stalk with numerous small, light-colored blossoms. Several butterflies of various colors, including yellow, black, blue, and orange, are shown fluttering around and perched on the flowers. The background is a soft, light green gradient.

# **Цель здоровье- сберегающих образовательных технологий**

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

# **Задачи здоровьесбережения**

- создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей,
- сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности,
- создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения.





An illustration of a tall, green flower stalk with numerous small, light-colored flowers. Several butterflies of various colors, including yellow, black, and blue, are perched on the flowers. The background is a soft, light green gradient.

# **Виды здоровьесберегающих технологий используемых в ДОУ**

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



# **1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья**

# **Физкультурная минутка**

- В зависимости от вида занятия может включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики, корригирующие упражнения и т.п. Проводится во время занятий по мере утомляемости детей. Продолжительность – 2-3 мин.





# **Подвижные и**

# **спортивные игры**

- Подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем проведения.

Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате – с малой и средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп. В ДОУ используются элементы спортивных игр.



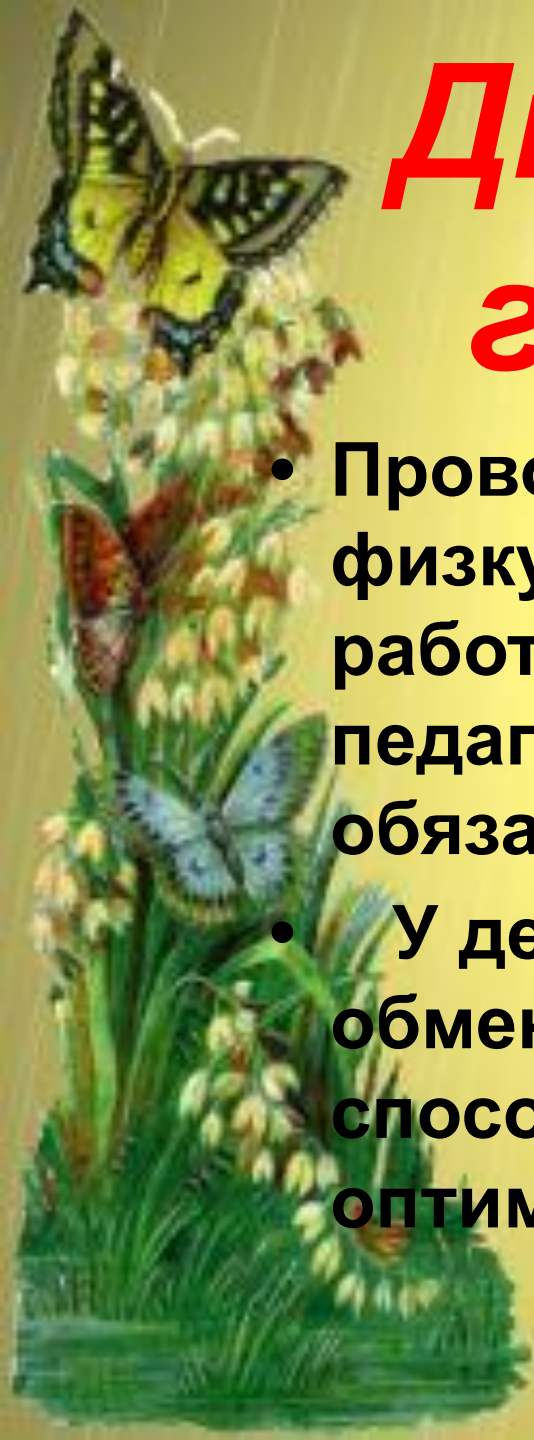
# Пальчиковая гимнастика

- Гимнастика пальчиковая рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводиться в любой удобный отрезок времени. Проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции.



# ***Дыхательная гимнастика***

- Проводится в разных формах физкультурно-оздоровительной работы, в проветриваемом помещении, педагог даёт детям инструкции об обязательной гигиене полости носа.
- У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.






# ***Релаксация***

- **Используются релаксационные приемы: спокойная классическая музыка(Чайковский, Рахманинов), звуки природы- как компонент заключительной части занятия.**

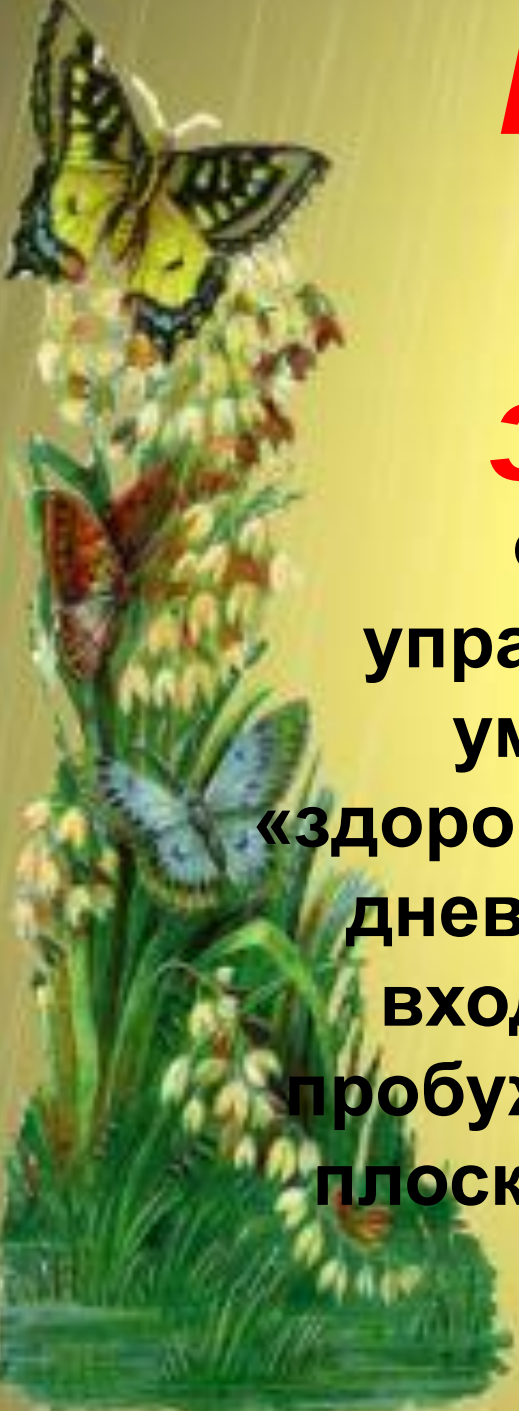
**Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Наша задача состоит не в том, чтобы подавлять или искоренять эмоции, а в том, чтобы научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать своё тело.**





# ***Гимнастика ортопедическая***

**Рекомендуется детям с  
плоскостопием и в качестве  
профилактики болезней  
опорного свода стопы.  
Проводится в различных  
формах физкультурно-  
оздоровительной работы.**

A detailed illustration of a butterfly with yellow and black wings perched on a tall, green flower stalk with small white and yellow blossoms. The background is a soft, light green gradient.

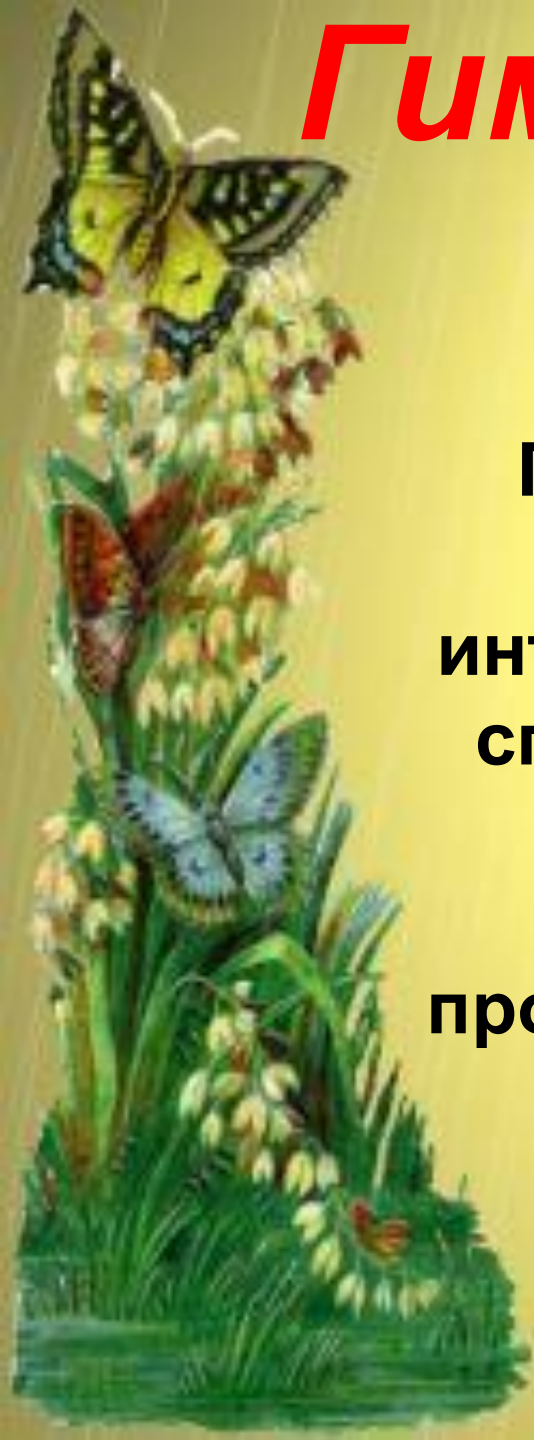
# ***Гимнастика бодрящая, закаливание***

**Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание, ходьба по дорожкам «здоровья», проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В её комплекс входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки.**



# **Гимнастика для глаз**

**Проводится в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога.**



A detailed illustration of a butterfly garden. It features a tall, slender stem of white flowers with yellow centers, surrounded by green foliage and several butterflies of different species and colors, including yellow, orange, and blue. The background is a soft, light green gradient.

# ***Технологии эстетической направленности***

**Реализуются на занятиях  
художественно-эстетического  
цикла, оформлении  
помещений к праздникам и др.**

**Особое значение имеет работа  
с семьей, привитие детям  
эстетического вкуса.**



# ***Ритмопластика***

- **Укрепляет опорно – двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы, способствует формированию правильной осанки. Включает в себя общеразвивающие, силовые и акробатические упражнения, бег, прыжки, элементы художественной гимнастики, танцевальные движения с элементами народных и современных танцев.**

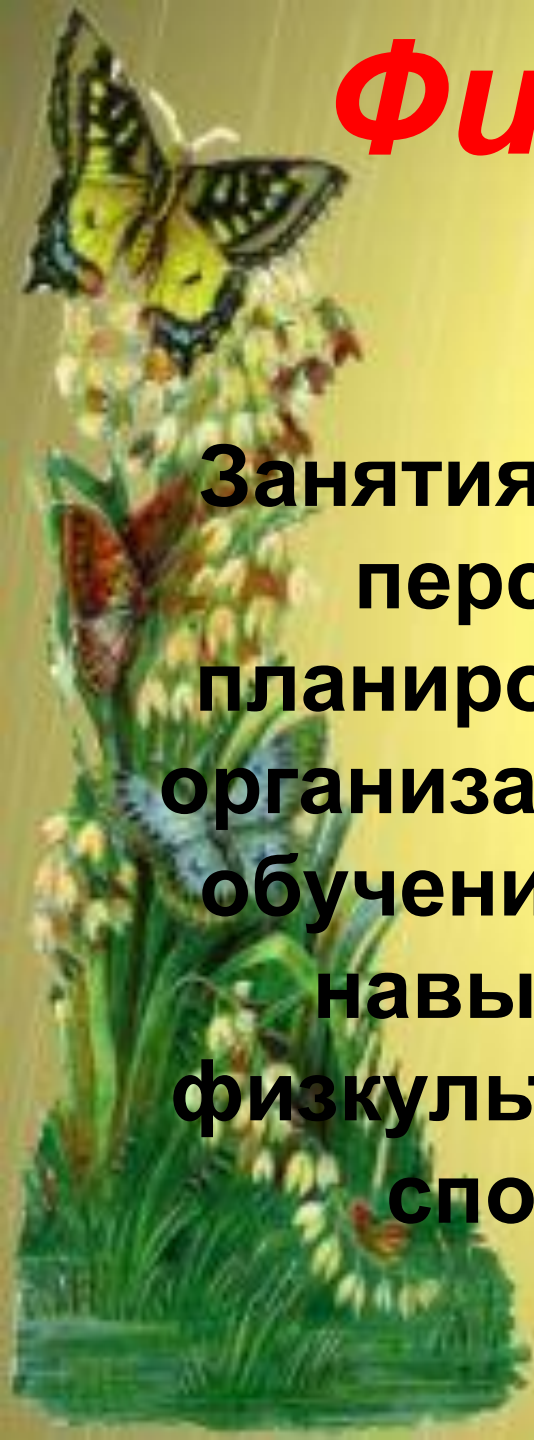




# **2. Технологии обучения здоровому образу жизни.**

# **Физкультурное занятие**

**Занятия проводятся в соответствии с перспективно-тематическим планированием. Различные формы организации. Занятия направлены на обучение двигательным умениям и навыкам. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета.**





# **Занятия из серии «Здоровье»**

**Физкультурные занятия в  
качестве познавательно-  
оздоровительных.**

**(Проект «Береги здоровье  
смолоду!»)**



# Самомассаж

- **Самомассаж** - это массаж, выполняемый самим ребёнком. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку. Он способствует не только физическому укреплению человека, но и оздоровлению его психики. Самомассаж проводится в игровой форме в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях. Весёлые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота, доступность, возможность использования в различной обстановке делают его для ребенка доступным и интересным. Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму. Проводится в разных формах физкультурно-оздоровительной работы.



# *Утренняя гимнастика*

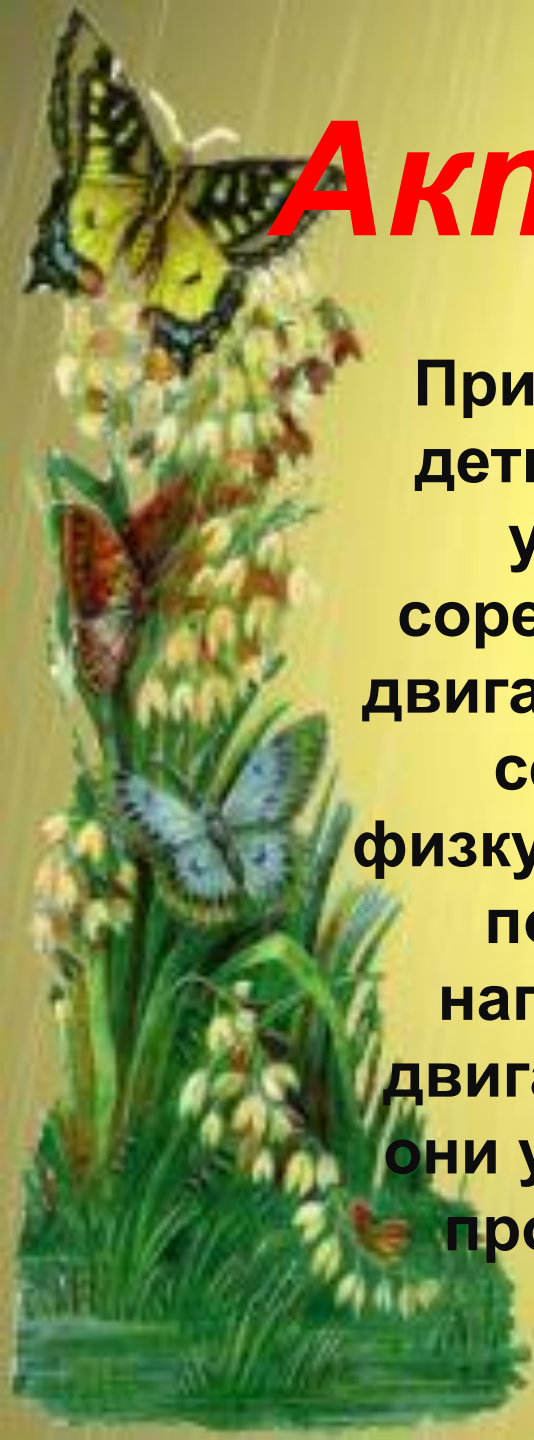
**Формы проведения:**

- \* подвижные игры,**
- \* традиционная,**
- \* с предметами,**
- \* сюжетная.**



# **Активный отдых.**

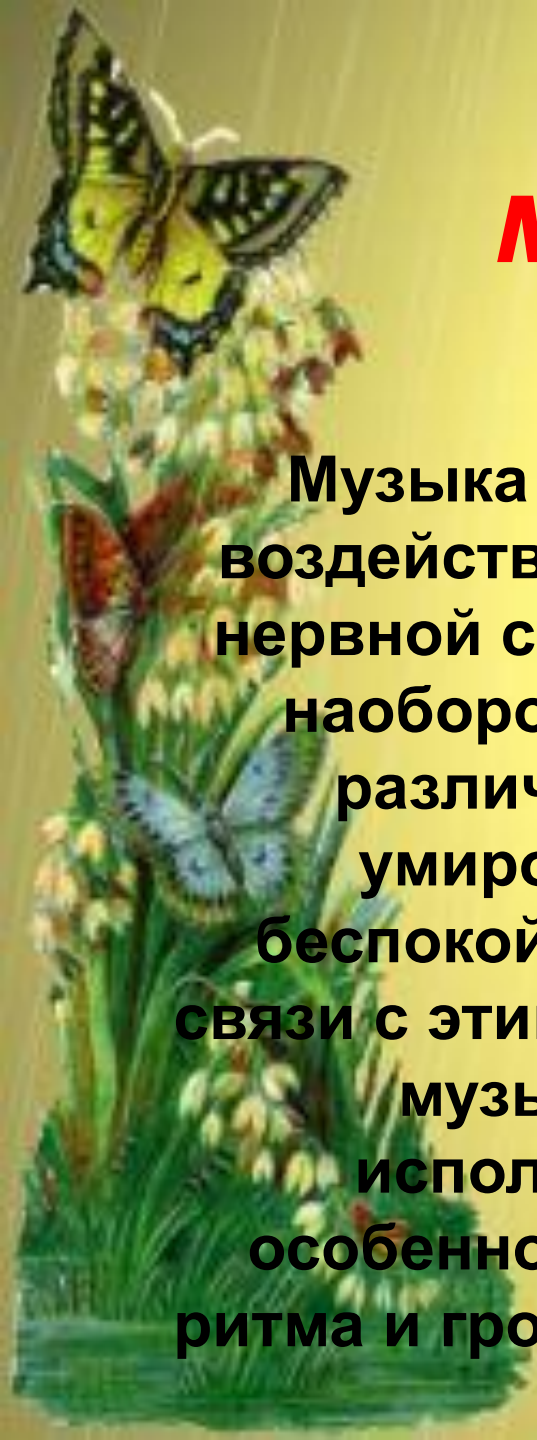
При проведении досугов, праздников все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом дети ведут себя более непосредственно чем на физкультурном занятии, и эта раскованность позволяет им двигаться без особого напряжения. При этом используются те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели, поэтому у детей проявляется своеобразный артистизм, эстетичность в движениях.







# ***3. Коррекционные технологии***

An illustration of a green flower stalk with several small yellow and white flowers. A yellow and black butterfly is perched on the top of the stalk, and a blue butterfly is on a lower part. The background is a soft gradient of yellow and pink.

# ***Технологии музыкального воздействия***

**Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от умиротворенности, покоя и гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии). В связи с этим важно обратить внимание на то, какую музыку слушаем мы и наши дети. При использовании музыки надо помнить об особенностях воздействия характера мелодии, ритма и громкости на психическое состояние детей.**



# **Артикуляционная гимнастика**

**Упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения, помогают быстрее «поставить» правильное звукопроизношение, преодолеть уже сложившиеся нарушения. С детьми, имеющие дефекты звукопроизношения, занимается логопед.**

**Проводится в разных формах физкультурно-оздоровительной работы.**



# *Сказкотерапия*

- Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей.



# ***Технологии воздействия цветом***

**Необходимо уделять особое  
внимание цветовой гамме  
интерьеров ДОУ.**

**Правильно подобранные  
цвета снимают напряжение и  
повышают эмоциональный  
настрой ребенка.**



A detailed illustration of a tall, green flower stalk with numerous small, light-colored flowers. Several butterflies of various colors, including yellow, orange, and blue, are perched on the flowers and leaves. The background is a soft, light green gradient.

# **Технологии коррекции поведения**

**Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек. Группы составляются не по одному признаку - дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический инструментарий и протоколы занятий.**



# ***Психогимнастика***

**Занятия проводятся по  
специальным методикам.**





- Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

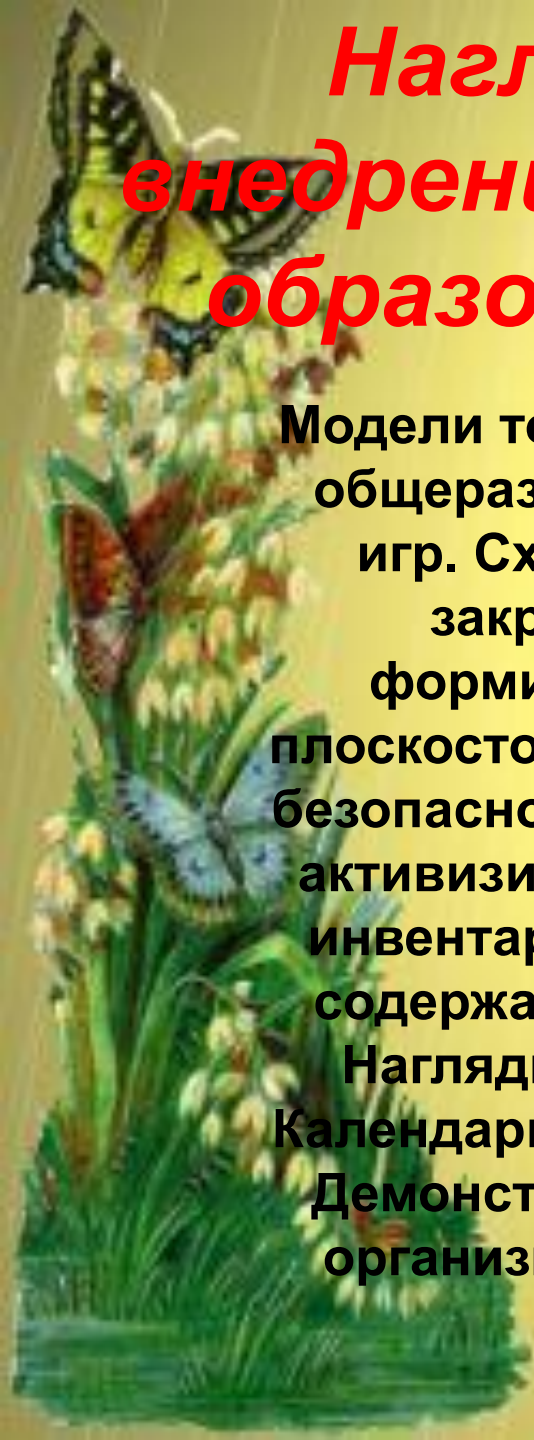


- **Использование указанных оздоровительных технологий происходит в игровом варианте: обучение и оздоровление происходит с легкостью, упражнения и оздоровительные техники остаются в памяти ребенка надолго.**



# **Наглядный материал для внедрения здоровьесберегающих образовательных технологий**

**Модели точного выполнения основных движений. Модели общеразвивающих упражнений. Алгоритмы подвижных игр. Схемы. Картотека индивидуальных заданий для закрепления основных движений. Пособия для формирования правильной осанки и профилактики плоскостопия, правилам ухода за своим телом, культурой и безопасностью приёма пищи. Атрибуты, стимулирующие и активизирующие двигательную активность. Спортивный инвентарь. Мнемотаблицы и коллажи валеологического содержания. Литература валеологического содержания. Наглядный материал в «Уголках здоровья» в группах. Календарь «Что я сделал полезного для своего здоровья». Демонстрационная таблица для детей «Как устроен наш организм». Пиктограммы, загадки, ребусы, кроссворды валеологического содержания.**





# **Медицинские здоровье сберегающие технологии в ДОО**

**-технологии профилактики заболеваний, углубленный медицинский осмотр с участием узких специалистов, приходящих из поликлиники, коррекция возникающих функциональных отклонений, отслеживание характера течения хронической патологии (для детей, имеющих III-У группу здоровья), реабилитация соматического состояния здоровья, противоэпидемическая работа и медицинский контроль работы пищеблока в соответствии с действующими санитарно-гигиеническими правилами, санитарно-гигиеническая деятельность всех служб ДОО.**

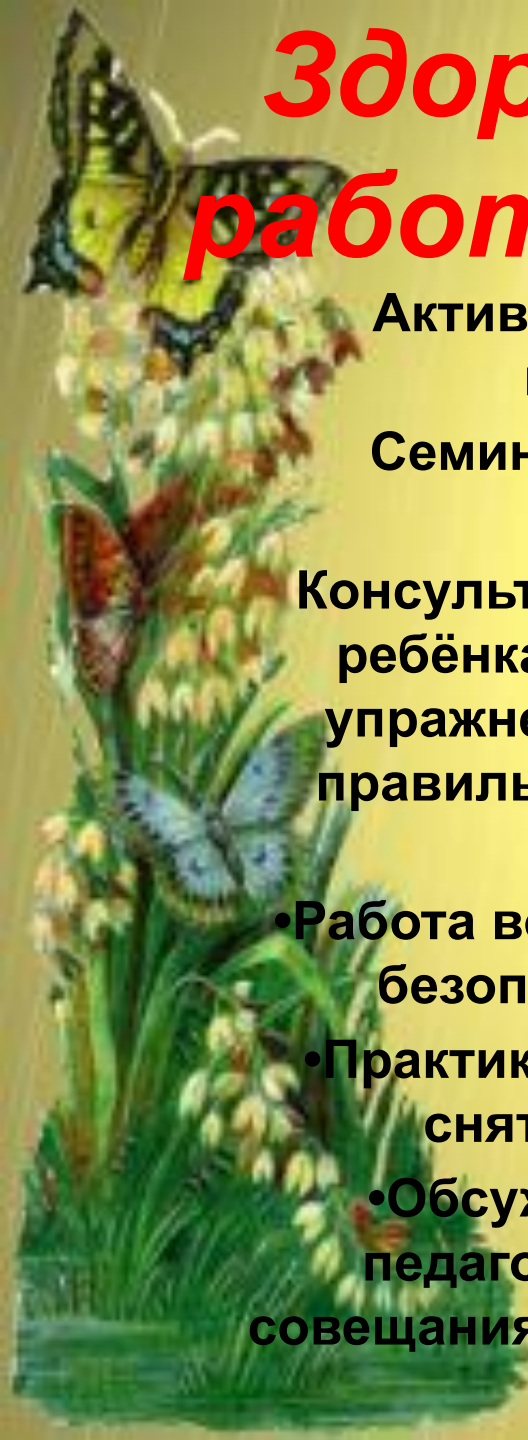
# **Здоровье сбережение в работе с педагогами ДОО**

**Активное участие педагогов в оздоровительных мероприятиях для детей и взрослых.**

**Семинары-тренинги «Психологическое здоровье педагогов».**

**Консультации для педагогов «Признаки утомляемости ребёнка дошкольника», «Запрещённые физические упражнения для детей дошкольного возраста», «Как правильно провести гимнастику (различные виды) с дошкольниками».**

- **Работа воспитателя по разделам программы «Основы безопасности и жизнедеятельности детей» и др.**
- **Практикум для педагогов ДОО «Приёмы релаксации, снятия напряжения в течение рабочего дня».**
- **Обсуждение вопросов здоровье сбережения на педагогических советах и медико-педагогических совещаниях в группах раннего возраста и коррекционных группах.**









# **Взаимодействие ДОО с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей.**

- Информационные стенды для родителей в каждой возрастной группе .
- Консультации, 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 ДОО.
- Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДОО (соревнования, спортивные праздники, дни открытых дверей, День здоровья и.т.д).
- Беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.



***Мы стремимся к полной  
реализации, в жизни  
каждого ребенка, трех  
моментов:***

- **достаточной индивидуальной умственной нагрузки.**
- **обеспечение условий для преобладания положительных эмоциональных впечатлений.**
- **полное удовлетворение потребности в движении.**



# **Применение в работе ДОУ здоровье сберегающих педагогических технологий**

- **Повысит результативность воспитательно-образовательного процесса.**
- **Сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.**





***Спасибо за  
внимание.***