



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-оздоровите-
льных, коррекционных и
профилактических меро-
приятий, 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, orange, and blue, are shown fluttering around 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.





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.



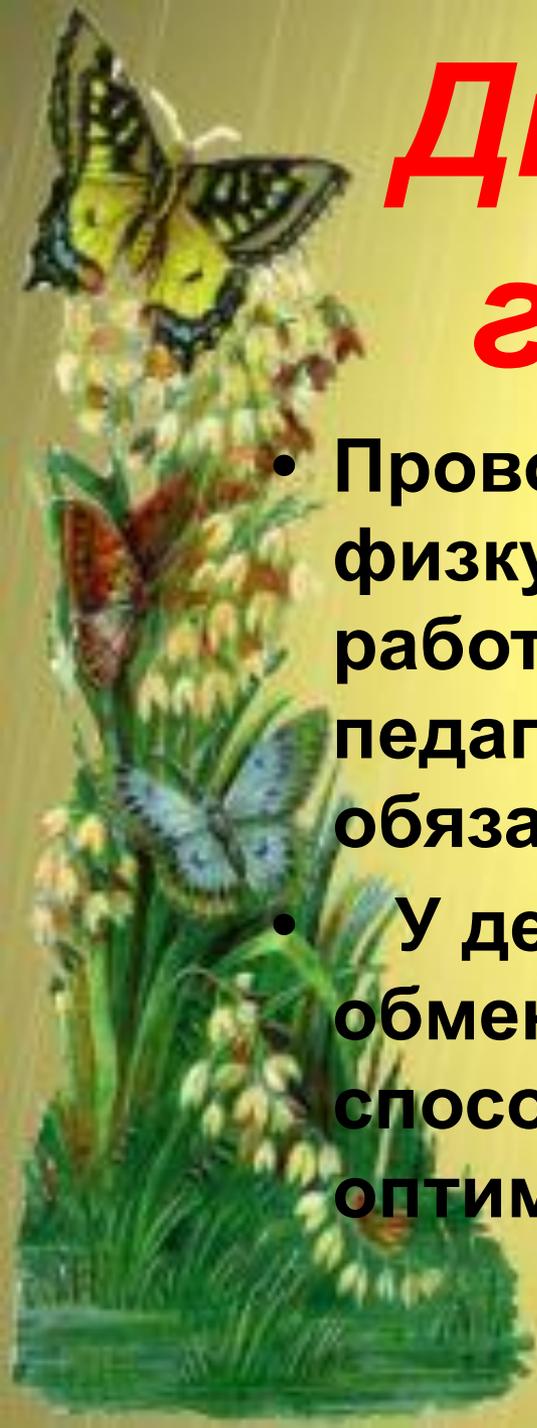
Пальчиковая гимнастика

- 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. The stalk is covered in small, light-colored flowers and has several other butterflies of various colors (blue, orange, brown) on it. 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.

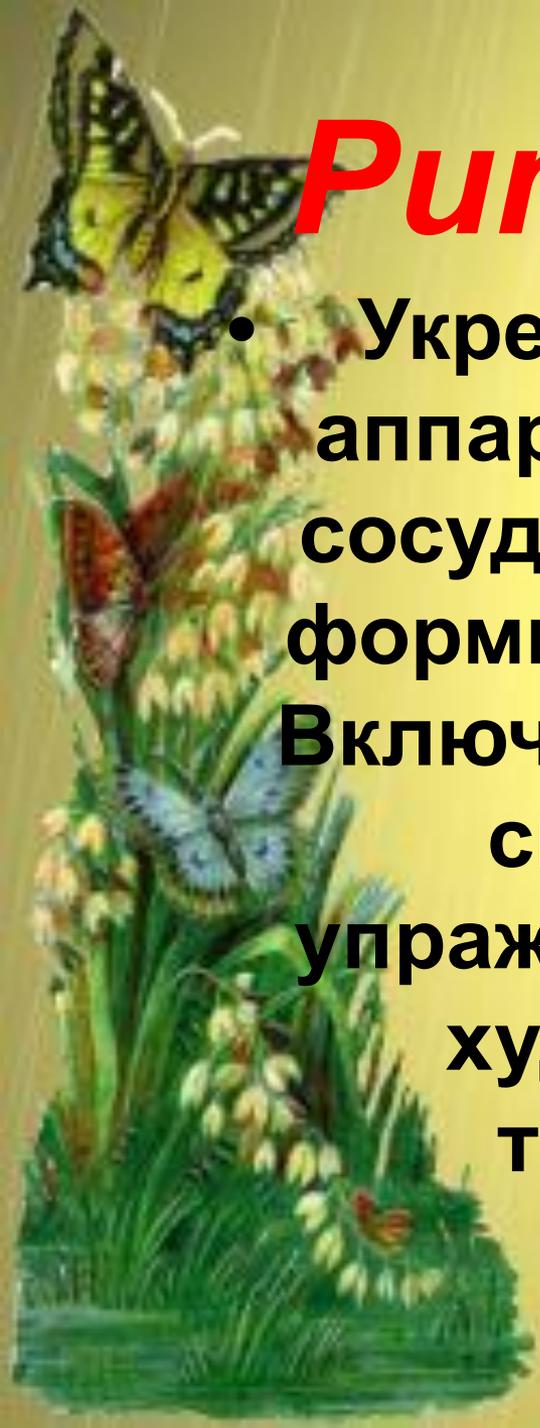


A detailed illustration of a butterfly with yellow and black wings perched on a tall, slender flower stalk. The stalk is covered in small, light-colored flowers and green leaves. The background is a soft, light green gradient.

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.**

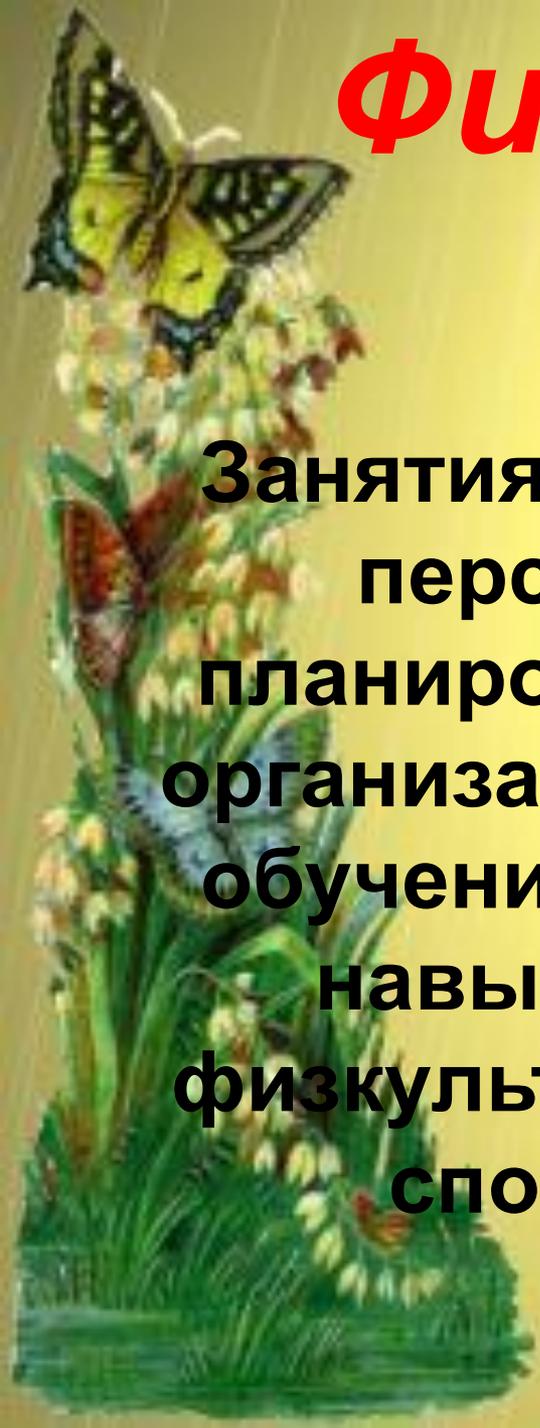


Ритмопластика

- **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

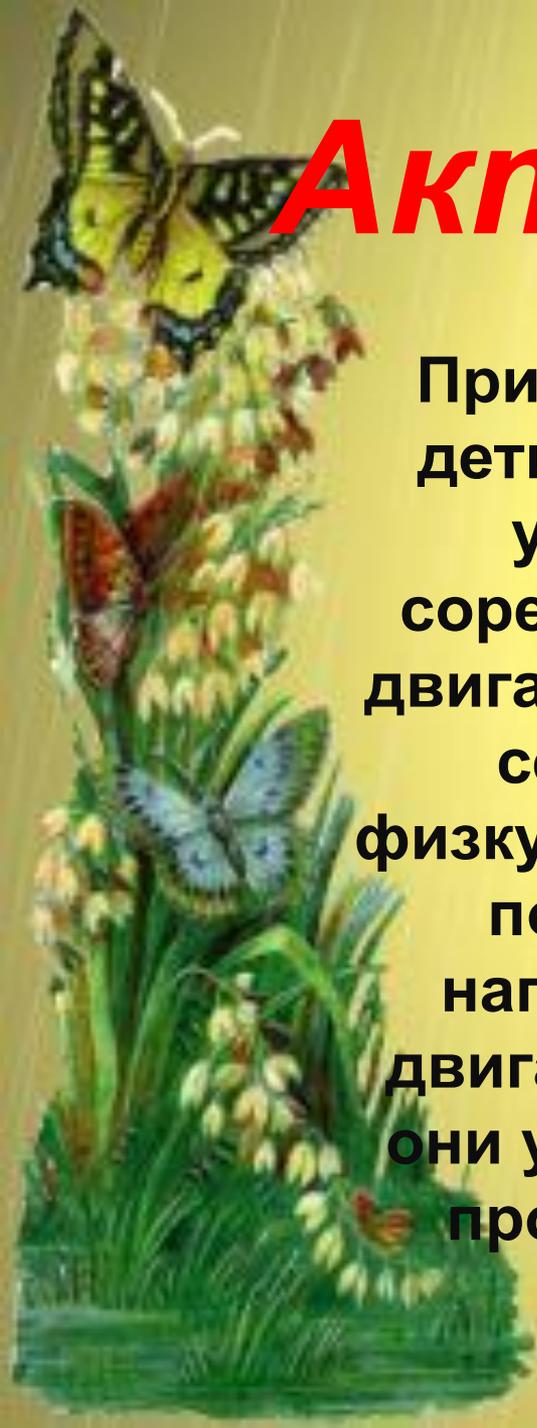
Формы проведения:

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



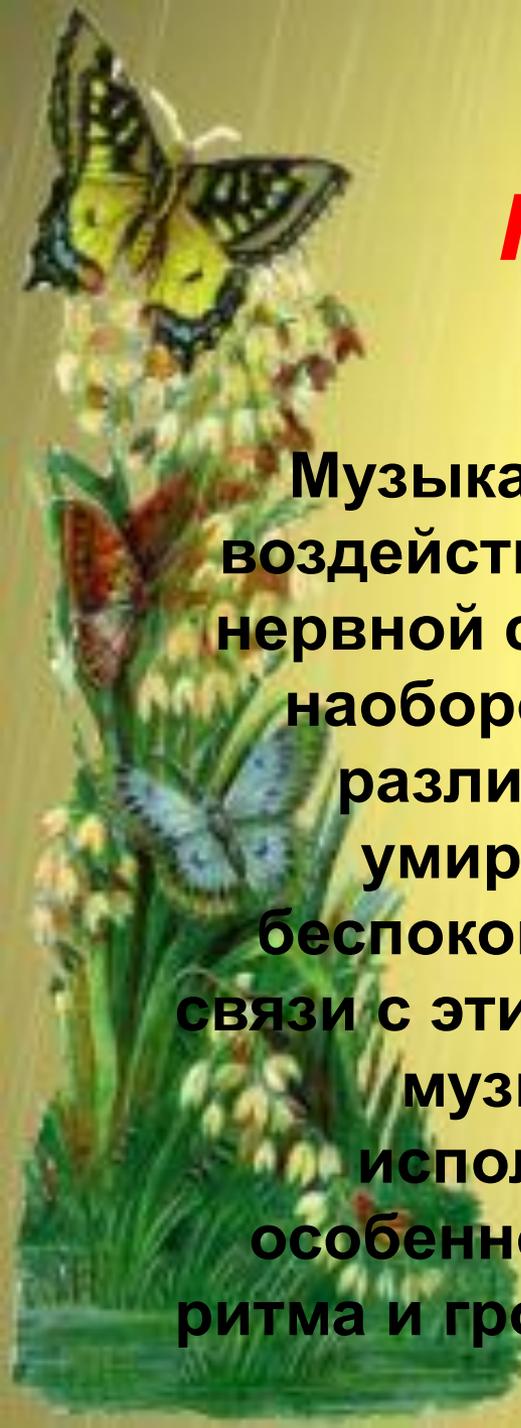
Активный отдых.

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



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.

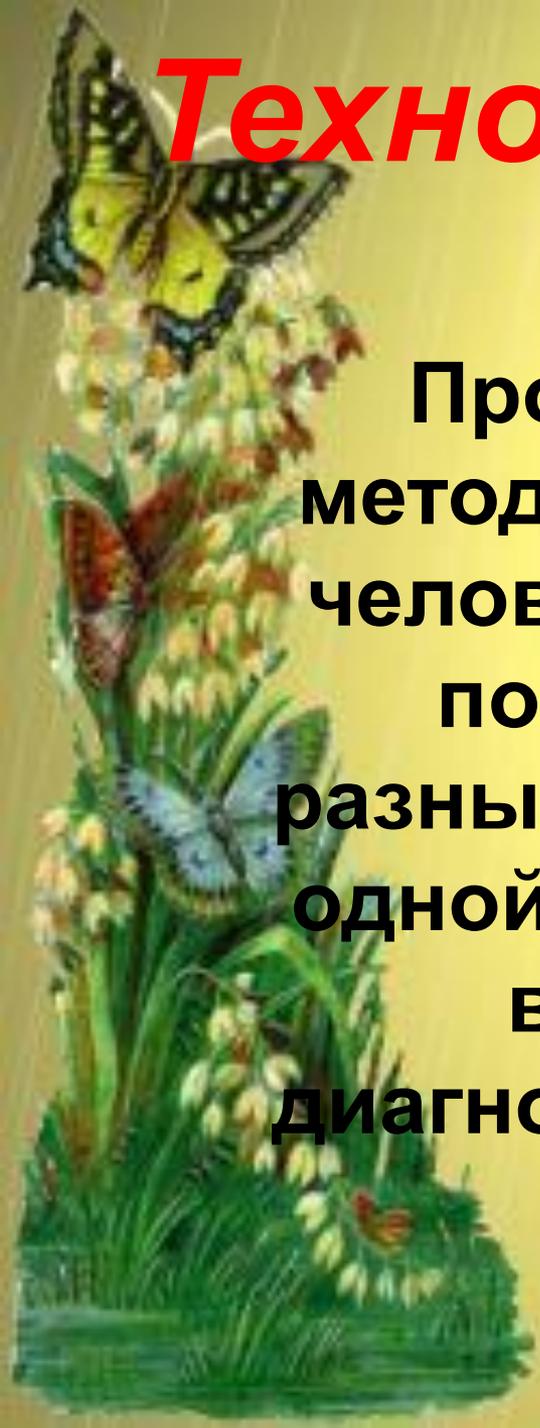


Технологии воздействия цветом

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.**





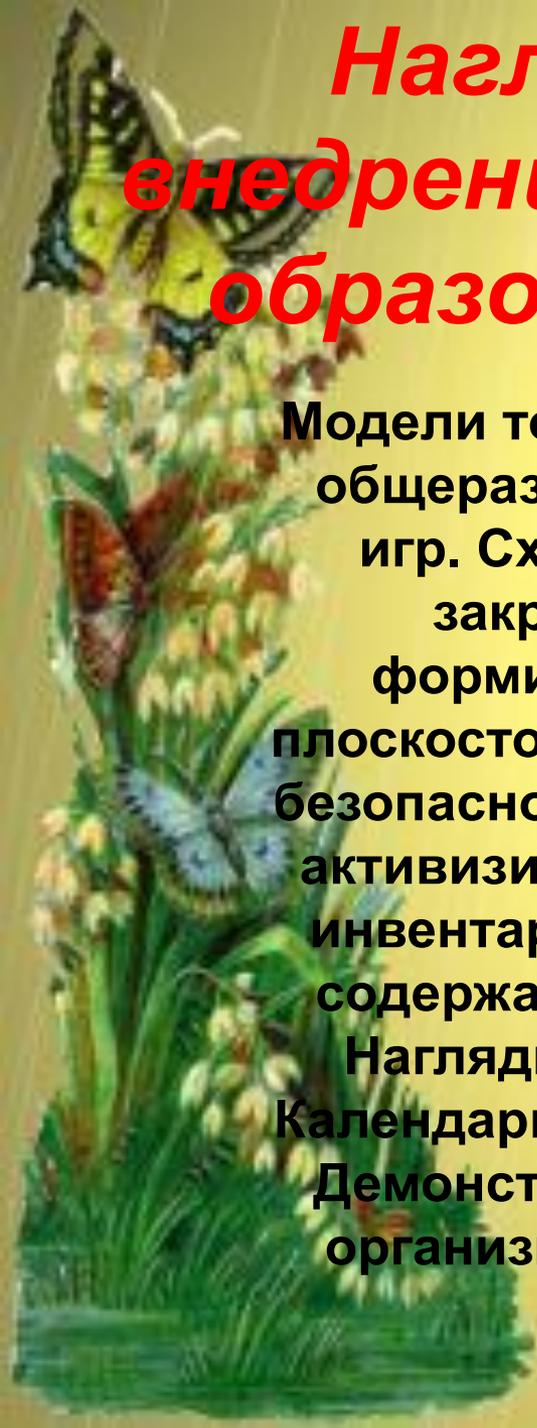
- Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

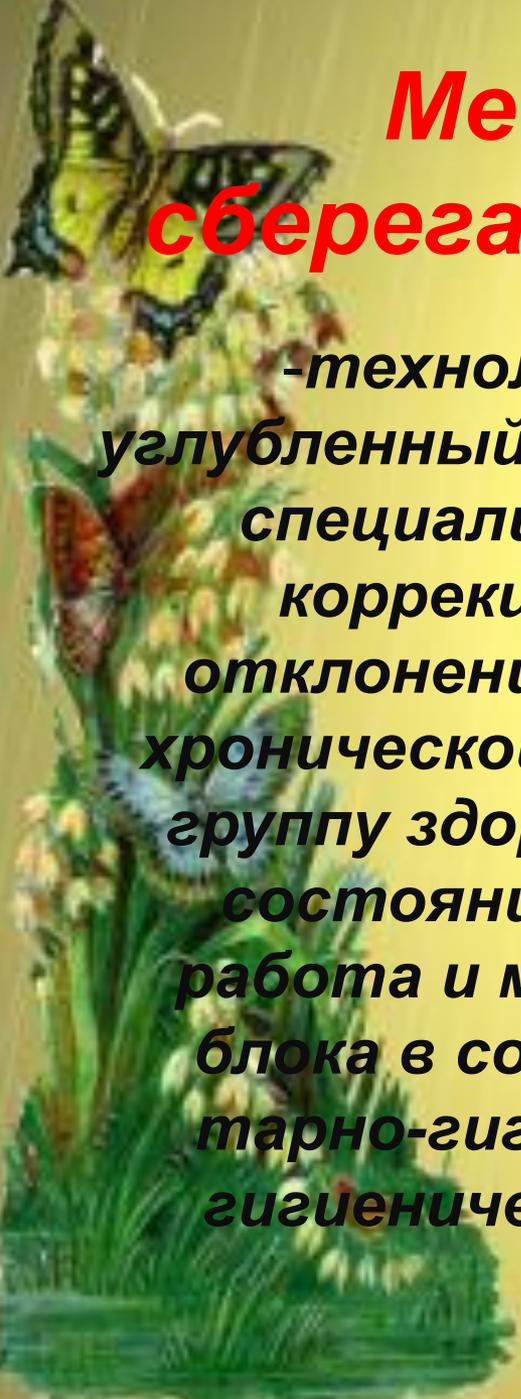


- **Использование указанных оздоровительных технологий происходит в игровом варианте: обучение и оздоровление происходит с легкостью, упражнения и оздоровительные техники остаются в памяти ребенка надолго.**

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.

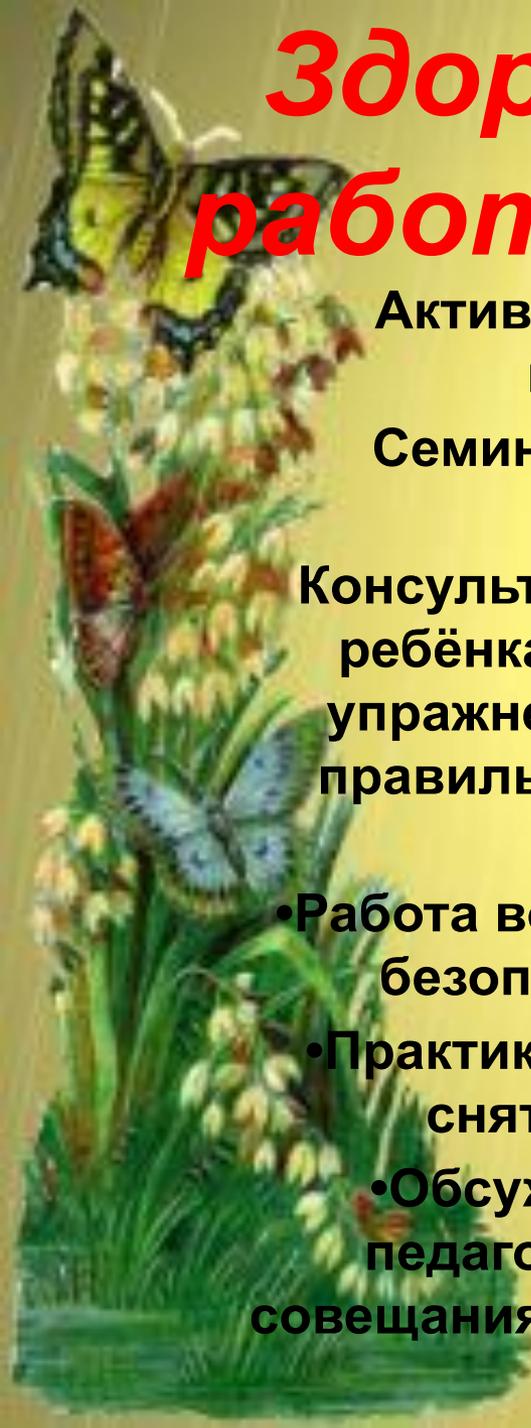
Здоровье сбережение в работе с педагогами ДОО

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.***