

*Реализация современных
здоровьесберегающих технологий в
практике воспитателя детского сада.*



Воспитатель

ИМРСК МКДОУ «Детский
сад №2»

Елагина Т.А.

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.

- технологии сохранения и стимулирования здоровья;
- технологии обучения ЗОЖ;
- коррекционные технологии.

Цель здоровьесберегающей технологии-

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 здоровьесберегающей технологии:

- объединить усилия сотрудников и родителей для эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы, в том числе и профилактике нарушений плоскостопия и осанки;
- обучить детей безопасному поведению в условиях чрезвычайных ситуаций в природе, в быту и на проезжей части;
- осуществить преемственность между дошкольным образовательным учреждением и школой средствами физкультурно-оздоровительной работы.



Элементы медико-профилактических технологий

- *Организация мониторинга здоровья дошкольников*
- *Организация и контроль питания воспитанников*
- *Организация и контроль физического развития детей*
- *Организация и контроль закаливания детей*
- *Организация и помощь в обеспечении требований СанПин*
- *Разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья*

Физкультурно-оздоровительные технологии:

- *Технология сохранения и стимулирования здоровья*
- *Технология обучения здоровому образу жизни*

Элементы технологий обучения здоровому образу жизни:

- *Утренняя гимнастика*
- *Физкультурные занятия*
- *Занятия из серии «Азбука здоровья»*
- *Самомассаж*
- *Активный отдых*



Элементы технологий сохранения и стимулирования здоровья:

- *Ритмопластика*
- *Динамические паузы*
- *Подвижные и спортивные игры*
- *Релаксация*
- *Пальчиковая гимнастика*
- *Офтальмотренаж (гимнастика для глаз)*
- *Дыхательная гимнастика*



Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка



- *Технология музыкального воздействия*
- *Сказкотерапия*
- *Технология воздействия цветом*

Система здоровьесбережения в ДОУ:

- различные оздоровительные режимы (адаптационный, гибкий, щадящий, по сезонам, на время каникул);
- комплекс закаливающих мероприятий (воздушное закаливание, хождение по "дорожкам здоровья", профилактика плоскостопия; хождение босиком, полоскание горла и рта, максимальное пребывание детей на свежем воздухе, бодрящая гимнастика);
- физкультурные занятия ;
- оптимизация двигательного режима: традиционная двигательная деятельность детей (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, проведение подвижных игр, прогулки) ;
- 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.

Этапы внедрения здоровьесберегающих технологий

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

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.

Стрейч- гимнастика упражнения на потягивание в положении лёжа



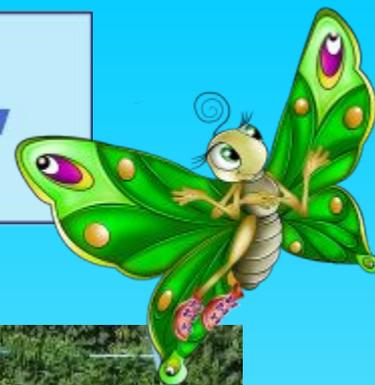
Профилактика плоскостопия: хождение по ребристой дорожке



Самомассаж и взаимомассаж



**Комплекс закаливающих мероприятий:
Максимальное пребывание детей на свежем
воздухе**



Физкультурные занятия



Подвижные игры





Игры с водой и песком



Взаимодействие ДООУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей.

- Информационные стенды для родителей каждой возрастной группы, 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 и др.).
- Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения
- Клубы и школы для родителей

- *Таким образом, реализация современных здоровьесберегающих технологий в практике воспитателя ДОУ – это целостная система образования, оздоровления, психолого-педагогического сопровождения, основанная на классических образцах и педагогических инновациях способствует гармоничному физическому развитию детей дошкольного учреждения.*

СПАСИБО

ЗА

ВНИМАНИЕ