

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №17 города Кызыла РТ»

# Внедрение здоровьесберегающих технологий в детском саду

Выполнила воспитатель 1  
категории:

Иргит Эллада Ивановна



## Актуальность.

Дошкольное образовательное учреждение-первая ступень, обеспечивающая развитие дошкольника в полноценную и гармоничную личность. Одной из основных задач на протяжении последних лет является воспитание здорового ребенка. Внедрение в практику здоровьесберегающих технологий, формирует у ребенка потребность в здоровом образе жизни.

В соответствии с этим особую актуальность приобретает поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в доу, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка.

## Задачи:

Оздоровительные задачи: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей; совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами движения,

Образовательные задачи: формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;

Воспитательные задачи: воспитание потребности в здоровом образе жизни; выработка привычки к соблюдению режима, потребность в физических упражнениях и играх;

# Задачи:

Оздоровительные задачи: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей; совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами движения,

Образовательные задачи: формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями; Воспитательные задачи: воспитание потребности в здоровом образе жизни; выработка привычки к соблюдению режима, потребность в физических упражнениях и играх;

# Этапы внедрения здоровьесберегающих технологий

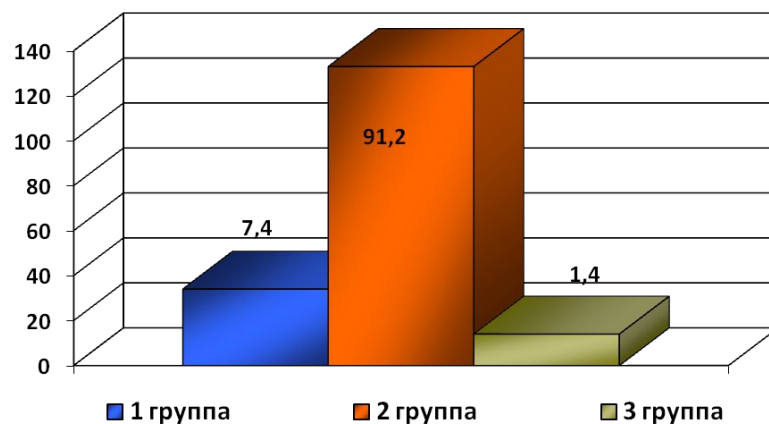
- Анализ исходного состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности дошкольников, их валеологических умений и навыков, а также здоровьесберегающей среды ДООУ.
- Организация здоровьесберегающего образовательного пространства в ДООУ.
- Установление контактов с социальными партнёрами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

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

***Воспитать ребенка здоровым*** — значит, с самого раннего детства научить его вести здоровый образ жизни.



# Состояние здоровья детей



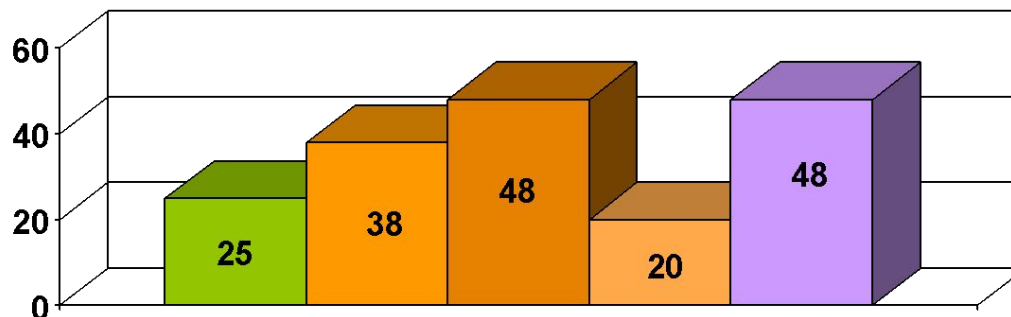
**4** РЕБЕНКА

Посещаемость детей	Всего по болезни
34938	5390



□ На сегодняшний день сохранение и укрепление здоровья детей является одной из главных задач всех дошкольных образовательных учреждений. Готовность к здоровому образу жизни не возникает сама собой, а формируется у человека с ранних лет. Как многие наши коллеги, мы включаем в образовательный процесс множество здоровьесберегающих мероприятий. С большим удовольствием воспитанники посещают физкультурный зал, бассейн ДООУ. Эти помещения на достаточно хорошем уровне оснащены специальным оборудованием физкультурно-оздоровительного профиля

## Результаты выявления у детей старшего дошкольного возраста исходного уровня сформированности навыков ЗОЖ:



- сформированность представлений о здоровом образе жизни
- наличие устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего собственного здоровья
- сформированность потребности в двигательной активности
- овладение навыками элементарного массажа, правильного дыхания
- овладение ребёнком системы культурно-гигиенических знаний об организме

# Здоровьесберегающие технологии:

- Подвижные и спортивные игры
- Релаксация
- Гимнастика пальчиковая
- Гимнастика для глаз
- Гимнастика дыхательная
- Гимнастика корригирующая
- Коммуникативные игры
- Точечный массаж
- самомассаж
- Динамические паузы

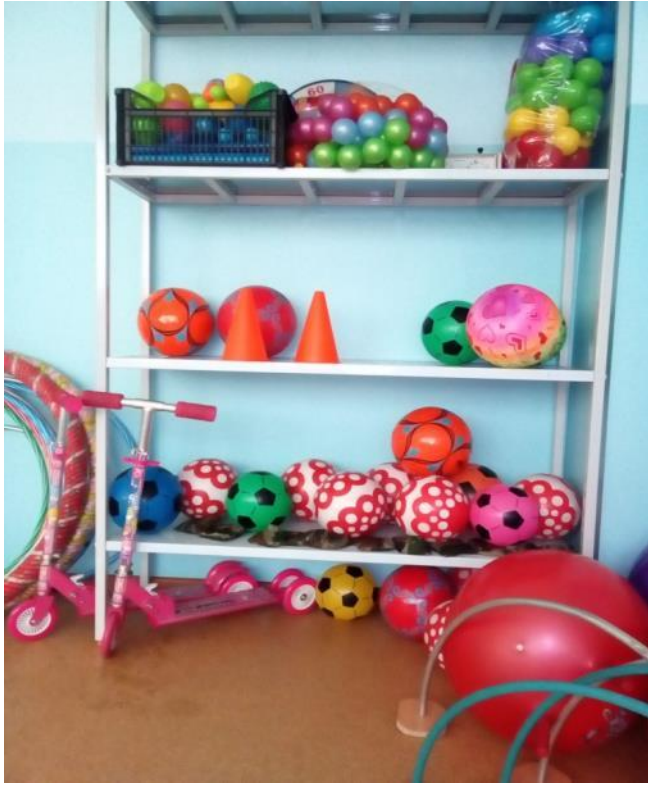
# **Здоровьесберегающие технологии**

- ▣ **Дыхательная**
- ▣ **гимнастика**  
**Стрельниковой**  
**для детей**

# Система закаливания и оздоровления в ДОУ.

Используется *комплекс процедур:*

- Босохождение;
- Обширное умывание;
- Ходьба босиком по «Дорожкам здоровья», профилактика плоскостопия;
- Полоскание рта водой комнатной температуры;
- Воздушные ванны в облегченной одежде;
- Гимнастика на свежем воздухе в теплый период года;
- Самомассаж;
- Пальчиковая гимнастика;
- Дыхательная гимнастика А.Стрельниковой;



- В соответствии ФГОС обновили физкультурный инвентарь и расширили развивающую среду путём создания нового нестандартного оборудования, помогающего полноценному физическому и психическому развитию детей, а так же оздоровлению детского организма

# Массажные дорожки





# Мы за «ЗОЖ!»





Борьба «Хуреш»

# Взаимодействие педагогами

- Анкетирование воспитателей с целью выявления уровня знаний педагогов о здоровом образе жизни
- Проведение индивидуальных консультаций для воспитателей и знакомство с программно-методическим обеспечением по данной проблеме
- Проведение семинара-практикума и совета педагогов на тему: «Внедрение здоровьесберегающих технологий в практику работы детского сада»
- Практическое занятие по усвоению методов снятия нервного напряжения и утомления



# Взаимодействие с родителями

- Анкетирование родителей
- Проведение семинаров-практикумов для родителей «Подражая, учимся»
- Проведение конкурса рисунков «Эмблема здоровья моей семьи» под девизом: «Здоровый образ жизни!»
- Конкурсные работы, в которых отражены спортивные увлечения детей и родителей
- Наглядная агитация: стенды, папки-передвижки, буклеты, рекомендации по оздоровительным, закаливающим мероприятиям, по вопросам формирования здорового образа жизни, профилактики заболеваний
- Совместные мероприятия, выставки, конкурсы
- Оказание консультативной помощи родителям по вопросу сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников



# Культурно-воспитательная зона



## Зона развлечений, игровые автоматы и аттракционы







# Дыхательная гимнастика



# Картотеки

## ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ




## Гимнастика для глаз



картотека

## КАРТотеКА





Вот так, при помощи незатейливых пособий - игралочек можно превратить помещение в пространство активного движения, что в свою очередь обязательно положительно отразится на психическом и физическом здоровье детей.

## Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий в ДОУ

- Сформированные навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДОУ.
- Взаимодействие специалистов ДОУ в организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками специализированных групп.
- Проявление толерантности всех участников внедрения здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс ДОУ.
- Внедрение научно-методических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ и семье;
- Улучшение и сохранение соматических показателей здоровья дошкольников.

Спасибо за внимание!

