

«Использование физкультурно – оздоровительных технологий в образовательном процессе с дошкольниками.»

Опыт работы

Дмитриевой Юлии Александровны
воспитателя МКОУ Бобровская СОШ №3
структурное подразделение детский сад



Здоровью научить нельзя – надо воспитывать потребность быть здоровым. Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым».

Жан Жак Руссо

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий-

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



Здоровьесберегающие технологии в ДОУ

Технологии сохранения
и стимулирования
здоровья

Динамические паузы

Подвижные,
спортивные игры

Ритмопластика

Релаксация

Гимнастика для глаз

Пальчиковая гимнастика

Гимнастика дыхательная

Гимнастика пробуждения

Закаливающие процедуры

Ходьба по «дорожке здоровья»

Технологии
эстетической направленности

Технологии
обучения ЗОЖ

Занятие
по физической культуре
(сюжетные,
занятия-путешествия)

Игротренинги, игротерапия

Коммуникативные игры

Дни здоровья

Самомассаж

Точечный массаж

Коррекционные
технологии

Арттерапия

Технологии музыкального
воздействия

Сказкотерапия

Психогимнастика

Технология коррекции
поведения

Фонетическая ритмика

Здоровьесберегающие образовательные технологии

В ДОУ используются элементы здоровьесберегающей технологии раскрепощённого развития. Занятия проводятся в режиме смены динамических поз. Часть занятия дети проводят стоя: они могут слушать, рассматривать удалённые предметы.

Часть занятия дети проводят сидя.

Тем самым сохраняется и укрепляется позвоночник, формируется осанка.

Дети в начале могут стоять не более 3 – 5 минут.

Затем длительность увеличивается до половины занятия.



Система физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ

Организация системы
рационального
питания

Диагностика
физическогоразвития и
уровня здоровья
воспитанников ДОУ.
Медосмотр детей
специалистами

Организация системы
профилактическо-
оздоровительных
мероприятий в ДОУ

Организация и
обеспечение
выполнения режима
дня в ДОУ

Создание условий
для физического
развития детей

Организация системы
двигательной
активности детей в
ДОУ

Основными направлениями физкультурно- оздоровительной работы в ДОУ являются деятельности по организации :



Физкультурно - оздоровительные технологии в дошкольном образовании-технологии, направленные на физическое развитие и укрепления здоровья дошкольников.

К ним относятся:

развитие физических качеств, двигательной активности, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия,



Гимнастика бодрящая, закаливание

Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание, ходьба по дорожкам «здоровья», лёгкий бег из группы в помещения с разницей температуры и другие.





Здоровьесберегающие технологии.

- ❖ **дыхательная гимнастика**
- ❖ **гимнастика для кистей и пальцев рук**
- ❖ **глазодвигательная гимнастика**
- ❖ **элементы релаксации и упражнений психологической саморегуляции**
- ❖ **артикуляционная гимнастика**
- ❖ **дифференцированные физминутки**



Принципы здоровьесберегающих технологий:

- принцип «Не навреди!»;
- принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности и индивидуальности;
- принцип всестороннего и гармонического развития личности;
- принцип системного чередования нагрузок и отдыха;
- принцип постепенного наращивания оздоровительных воздействий;
- принцип сознательности и активности;



МОЛОДЦЫ

МЫ
ребята



Ожидаемый результат:

- снижение уровня заболеваемости детей ДОУ;
- повышение уровня физической подготовленности воспитанников;
- формирование у воспитанников осознанной потребности в здоровом образе жизни;
- развитие физических и нравственных качеств детей, расширение кругозора, сохранение и укрепление здоровья;
- вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс.



**Детский
юношеский
центр
«Радуга»**

**«Детско-
юношеская
спортивная
школа»**

**Детский
сад**

**Дворец
культуры**

**Районная
библиотека**

*Охват кружковыми
занятиями
составляет 63%.*

*Спортивные секции
посещают 35% учащихся.*

*В спортивном
комплексе и ледовом
дворце занимаются 7%
учеников.*

*Школу искусств,
музыкальную школу,
танцевальные кружки
посещают 21%
учащихся.*



Руководителю —
ДОУ

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СИСТЕМА ДОО



- МОДЕЛИ ПРОГРАММ
- РЕКОМЕНДАЦИИ
- РАЗРАБОТКИ ЗАНЯТИЙ



РАСТЁМ ЗДОРОВЫМИ

РАННИЙ ВОЗРАСТ — ОСОБАЯ ЗАБОТА ДЕТСКОГО САДА

Здоровьесберегающие технологии
в работе с детьми раннего возраста



www.ukazka.ru

Спасибо
за
внимани
е!

