

Семинар-практикум по здоровьесбережению для педагогов ДОУ

Выполнил: Чернявко Н.Г.,
воспитатель МБДОУ №22 «Веселые нотки»

Канск, 2019

Цель семинара:

- конкретизация в представлении педагогов понятий: “технология”, “здоровьесберегающие технологии”
- классификация форм воспитательной и физкультурно-оздоровительной работы в области здоровьесберегающих технологий по доминирующим целям и решаемым задачам

Здоровьесберегающие технологии

- позитивное воздействие на здоровье детей путем различных оздоровительных мероприятий, которые грамотно “встроены” в общую систему функционирования ДОУ
- направлены на благо здоровья детей и отвечающие единству целей и задач

Цель здоровьесберегающих технологий

Охрана жизни,
укрепление физического
и психического
здоровья детей

Задачи здоровьесбережения

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

Виды здоровьесберегающих технологий

1. Медико-профилактические технологии

направлены на сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДООУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств

- Мониторинг здоровья
- Организация профилактических мероприятий
- Рациональное питание
- Рациональный режим дня
- Здоровьесберегающая среда
- Контроль и помощь в обеспечении требований СанПиН

2. Физкультурно-оздоровительные технологии

направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка

- Двигательный режим
- Динамические паузы
- Закаливание
- Гимнастика
- Подвижные и спортивные игры
- Дни здоровья
- Спортивные развлечения, праздники

Динамические паузы



Подвижные игры



3. Социально-психологические технологии

обеспечивают индивидуальный и дифференцированный подхода в процессе воспитания для сохранения психологического здоровья ребенка

- Тренинги
- Релаксация
- Музыкаотерапия
- Психогимнастика
- Сказкотерапия

4. Образовательные технологии

- Образовательная деятельность по физическому развитию
- Формирование понятия «здоровый образ жизни»
- Формирование понятия «безопасность»

5. Валеологическое просвещение родителей

обеспечивают валеологическую образованность родителей воспитанников ДООУ:

- Дни открытых дверей
- Выступления на родительских собраниях
- Консультации
- Информация для стендов
- Памятки
- Презентации
- Буклеты
- Образовательный сайт МДОУ

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих технологий:

- 1. повышает результативность
воспитательно-образовательного
процесса**
- 2. формирует у педагогов и родителей
ценностные ориентации, направленные
на сохранение и укрепление здоровья
воспитанников**

Пальчиковая гимнастика

- Способствует овладению навыкам мелкой моторики
- Помогает развивать речь
- Повышает работоспособность коры головного мозга
- Развивает психические способности: мышления память, воображение
- Снимает тревожность

Пальчиковая гимнастика



Гимнастика для глаз

- Улучшает циркуляцию крови и внутриглазной жидкости глаз
- Укрепляет мышцы глаз
- Улучшает аккомодацию (это способность глаза человека к хорошему качеству зрения на разных расстояниях)

Дыхательная гимнастика

- Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани
- Улучшает дренажную функцию бронхов; - восстанавливает нарушенное носовое дыхание
- Способствует восстановлению нормального крово - и лимфоснабжения
- Повышает общую сопротивляемость организма

Точечный массаж и самомассаж

- Учит детей сознательно заботиться о своём здоровье
- Является профилактикой простудных заболеваний
- Повышает жизненный тонуса у детей
- Прививает им чувство ответственности за своё здоровье, уверенность в том, что они сами могут помочь себе улучшить своё самочувствие.

Релаксация

- Учит детей расслабляться
- Способствует концентрации внимания
- Помогает снять напряжение
- Снимает возбуждение

Музыкотерапия

- Повышает иммунитет детей
- Снимает напряжение и раздражительность
- Снимает головную боль
- Восстанавливает спокойное дыхание

Дорожка здоровья



"Бог слепил человека из глины, и остался у него неиспользованный кусок.

— Что ещё слепить тебе? — спросил Бог.

— Слепи мне Счастье, — попросил человек.

Ничего не ответил Бог, и только положил человеку в ладонь оставшийся кусочек глины. "

Вывод

Используя каждую из рассмотренных технологий мы одновременно решаем несколько задач:

1. повышаем результативность воспитательно-образовательного процесса
2. формируем у педагогов ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников

Спасибо за внимание!

