

“Современные здоровьесберегающие технологии в ДОУ”

исполнитель
Куратор Татьяна Александровна
Муромская государственная академия культуры

МБДОУ «Детский сад «Малыш»

с.Угловое

Старший воспитатель: Филиппова В.Х

**«Принцип здорового образа жизни,
принцип оптимальных физических
нагрузок, человек должен усваивать как
элементы культуры в худшем случае со
школьной скамьи, в лучшем - еще раньше,
в семье, в детском саду...»**

Н.М.Амосов

**Здоровье - это состояние полного
физического,
психического и социального
благополучия,
а не просто отсутствие болезней или
физических дефектов**

**(Всемирная организация
здравоохранения)**

**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.**

Задачи здоровьесбережения

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

Формы организации здоровьесберегающей работы



Утренняя гимнастика

Является одним из важнейших компонентов укрепления и оздоровления детского организма, а также организации двигательного режима ребёнка, направленного на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей



Физкультурно-оздоровительная технология

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на физическое развитие и

укрепление здоровья ребенка



Задачи этой деятельности:

- формирование правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;
- развитие физических качеств;
- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников;
- оздоровление средствами закаливания.
- воспитание привычки повседневной физической активности;

Дыхательная гимнастика

является хорошей профилактикой заболеваний органов дыхания, развивает несовершенную дыхательную систему ребёнка, укрепляет защитные силы организма





Прогулка – один из важнейших режимных моментов, во время которого дети могут в достаточной степени реализовать свои двигательные потребности.



Оптимальной формой для этого служат подвижные игры и физические упражнения на улице.

Подвижная игра

Занимает особое место в развитии ребёнка-

Она способствует закреплению ^{ДОШК} и совершенствованию двигательных навыков и умений, предоставляет возможность развивать познавательный интерес, формирует умение ориентироваться в окружающей действительности, что так важно для приобретения ребёнком жизненного опыта.



Дневной сон

Способствует снижению психоэмоционального и мышечного напряжения, уровня тревожности, повышенной возбудимости и созданию эмоционального фона



Гимнастика после дневного сна

Проводится для поднятия настроения, мышечного тонуса детей с помощью контрастных воздушных ванн и ф



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

- Информационные стенды для родителей , 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, встречи детей ДООУ с родителями-спортсменами и др.).
- Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.

Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий в ДОУ

- Сформированные навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДОУ.
- Формирование нормативно-правовой базы по вопросам оздоровления дошкольников.
- 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!