ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ВОЗРАСТА

Туник Н.А.
воспитатель МАДОУ № 78
г. Мурманска

Цель работы:

- организация здоровьесберегающей и развивающей среды, способствующей конструированию вариантов здорового образа жизни, повышению сопротивляемости и защитных свойств организма ребенка.
- создание условий для обеспечения психологической безопасности личности ребенка; формирование у детей жизненно необходимых двигательных умений и навыков в различных видах деятельности.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ

- - Соблюдение санитарно-гигиенических норм, противоэпидемиологической обстановки;
- - Организация питания;
- - Обеспечение психологического комфорта;
- - Закаливание;
- - Профилактические мероприятия;
- - Двигательная деятельность;
- - Формирование основ гигиенических знаний и ЗОЖ.

ОСНАЩЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

Цели:

1. Развивать двигательную активность детей
2. Воспитывать у детей чувство коллективного участия в общей деятельности
3. Учить воспринимать просьбы воспитателя и правильно их выполнять

ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА

цели утренней гимнастики:

1. Развитие двигательной активности
2. Организация детей перед завтраком
3. Приобщение к дисциплине и порядку

Цель закаливания – выработать способность организма быстро изменять работу органов и систем в связи с постоянно меняющейся внешней средой.

ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАКАЛИВАЮЩИХ ПРОЦЕДУР

- - босохождение;
- - двигательная деятельность в облегченной одежде (трусиках) и босиком;
- - соблюдение температурного режима в течении дня:

- режим проветривания групповых помещений в течении дня;

- облегченная одежда для детей в детском саду;

- сон без маек;

- дыхательная гимнастика после сна;

- мытье прохладной водой рук по локоть;

Рекомендации по проведению закаливающих процедур дает врач.

Подвижные игры

ЗДОРОВЫЙ СОН

ГИМНАСТИКА ПОСЛЕ СНА

Оборудование – дорожки с различными нашивками для профилактики плоскостопия

Цели:

1. Предотвращение развития плоскостопия у детей.
2. Закаливание – как средство профилактики заболеваний

ДОРОЖКИ ЗДОРОВЬЯ

ВОДНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ В ТЕЧЕНИИ ДНЯ

умывание:

1. Правильное мытье рук и лица
2. Поддерживание гигиенической чистоты тела
3. Ознакомление со средствами гигиены (мыло, зубная паста, полотенце, салфетки, влажные салфетки, платок)

Работа с родителями

- **Результаты работы по здоровьесбережению:**
- 1. Количество заболеваний в среднем на одного ребенка составило 1,9 случая..
- 2. У детей отмечается положительный эмоциональный тонус, улучшилось взаимопонимание, общение, повысилась концентрация внимания во время занятий и игр;
- 3. Адаптация вновь прибывших детей прошла в легкой и средней тяжести форме (списочный состав группы в течение года обновился на 25 %);
- 4. Повысилась заинтересованность родителей в оздоровлении детей в домашних условиях.

ВЫВОД

Здоровьесберегающие технологии

играют важную роль в жизни ребенка с самого раннего возраста.

С помощью них мы помогаем детям быстрее адаптироваться в стенах

детского сада и развивать

физическую активность.