Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №19
«Золотая рыбка»

Опыт работы по теме:
«Внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в физкультурно-оздоровительную деятельность с детьми дошкольного возраста».

Воспитатель по физической культуре
Охонько Елена Валерьевна

Актуальность

1. По статистическим данным, только 10% детей, поступают в школу абсолютно здоровыми.
2. Большое количество занятий, перенагрузки, уменьшение времени для двигательной активности и свободной деятельности детей.
3. Высокий уровень распространённости хронических заболеваний, нарушения осанки и сколиоза, а так же простудных респираторных заболеваний.

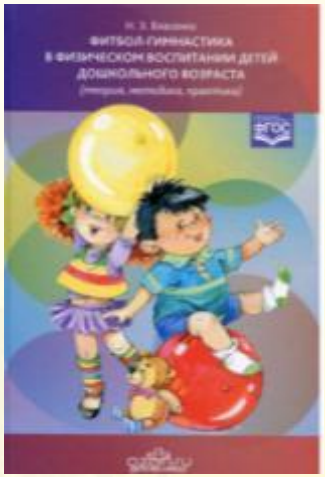
Цель:

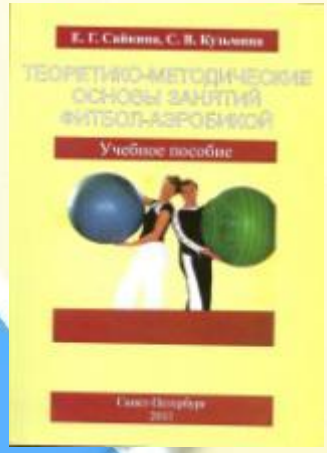
- **Создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих;**
- **создание условий для физкультурно-оздоровительного развития детей с использованием инновационных и здоровьесберегающих технологий.**

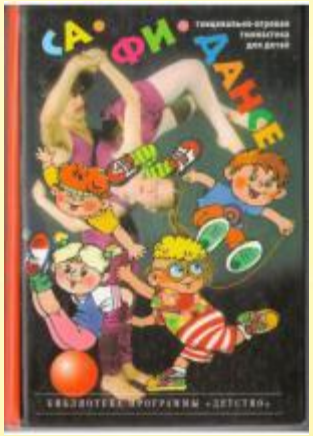
Задачи:

- Сохранять и укреплять здоровье детей посредством внедрения в физкультурно-оздоровительную работу инновационных здоровьесберегающих технологий;
- развивать сенсорные и моторные функции;
- формировать потребность в двигательной активности;
- совершенствовать функции организма, повышать его защитные свойства и устойчивость к заболеваниям средствами движения, дыхательной гимнастики, массажа, йоги, закаливания;
- формировать правильную осанку, гигиенические навыки;
- развивать интеллектуальные функции (мышление, память, воображение, восприятие, ориентировку в пространстве).

Реализуемая программа







Физкультурно-оздоровительная развивающая среда ДОУ

Здоровьесберегающие технологии, используемые на «Уроках здоровья»

Коррекционные

Артикуляционная, дыхательная гимнастика, фонетическая ритмика, биоэнергопластика, кинезиологические упражнения

Обучение здоровому образу жизни

Психогимнастика, игротреннинги, игротерапия, коммуникативные игры, музыкотерапия, психогимнастические этюды, самомассаж, релаксация, точечный массаж

Сохранение и стимулирование здоровья

Ритмопластика, стретчинг, корригирующая гимнастика, пальчиковая гимнастика гимнастика для глаз, элементы йоги, подвижные игры, динамические паузы

СТРЕТЧИНГ

ЭЛЕМЕНТЫ ХАТХА-ЙОГИ

ФИТБОЛ ГИМНАСТИКА

РИТМОПЛАСТИКА

КОРРИГИРУЮЩАЯ ГИМНАСТИКА

ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

Массаж, самомассаж, массаж биологически активных зон

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

СТЕП-АЭРОБИКА

ФОРМЫ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

- Индивидуальные консультации
- Семинары – практикумы
- Информационные стенды
- Семейные праздники, конкурсы, соревнования, походы
- Дни и Недели открытых дверей
- Детско-родительские проекты
- Телефон доверия
- Анкетирование

Детско-родительские проекты

Эффективность использования здоровьесберегающих технологий

- Положительная динамика уровня физического развития детей
- Улучшилось качество в технике выполнения движений и выразительность в моторике
- У детей появился эмоциональный отклик на физическую активность, спортивная страсть, интерес, азарт
- Повысилась умственная трудоспособность, усидчивость, дети стали выдержаннее и внимательнее, улучшилась эмоционально - двигательная сфера ребёнка, выработалась правильная осанка

ПЕРСПЕКТИВЫ

1. **Продолжать научный поиск по изучению и внедрению эффективных инновационных здоровьесберегающих технологий по приобщению детей к физической культуре.**

2. **Начать разработку программы “Игровой стретчинг” для детей среднего возраста.**

3. **Организовать работу детско-родительских проектов для родителей детей с ослабленным здоровьем.**

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!