

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад общеразвивающего вида №4 «Солнышко» Зеленодольского
муниципального района Республики Татарстан»

Здоровьеформирующие технологии в ДО

С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА



Подготовила воспитатель Шматкова М.С.

Здоровье

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

Всемирная организация здравоохранения

Забота о здоровье

-это важнейший труд воспитателя.

От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы

В.А.Сухомлинский

Здоровьеформирующие технологии

– это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на формирование и сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития

Здоровьеформирующие технологии, направленные на сохранение и укрепление здоровья

| Виды здоровьесберегающих технологий | Время проведения в режиме дня | Особенности методики проведения |
|--------------------------------------|--|---|
| Подвижные игры | Как часть физкультурного занятия, на прогулке. Ежедневно для всех возрастных групп | Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. Используются элементы спортивных игр |
| Релаксация | В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп | Можно использовать спокойную музыку, звуки природы |
| Гимнастика утренняя | Ежедневно, утром, перед завтраком во всех группах | В групповой комнате, совмещенном зале, под музыку, с использованием подвижных игр и др. |
| Гимнастика после дневного сна | Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин во всех группах | Различные варианты проведения |
| Гимнастика пальчиковая | С младшего возраста в различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени |
| Закаливание | Ежедневно в любое свободное время, в разных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста | Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога |
| Гимнастика дыхательная | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры |
| Динамическая пауза /физкультминутки/ | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей |
| Взаимодействие с семьёй | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Форма проведения зависит от поставленной задачи |

Современные здоровьеформирующие технологии

- ◎ Пальчиковая гимнастика
- ◎ Динамические паузы
- ◎ Подвижные и спортивные игры
- ◎ Релаксация
- ◎ Гимнастика для глаз
- ◎ Дыхательная гимнастика
- ◎ Бодрящая гимнастика
- ◎ Оздоровительные процедуры



Технологии социально-психологического благополучия ребенка.

Основаны на личностно-ориентированном подходе. Это технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка- дошкольника. Основная задача - обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника. К этой группе технологий относятся: эмоционально-стимулирующая гимнастика; музыкотерапия; песочная терапия.



Физкультурно-оздоровительные технологии

Направлены на: развитие физических качеств, организацию двигательного режима.

Основной формой решения задач физического воспитания являются непосредственно образовательная деятельность (НОД) по физической культуре. Утренняя гимнастика. Основная задача утренней гимнастики – привести ребенка в бодрое состояние и содействовать переходу к более интенсивной деятельности. Гимнастика пробуждения – проводится после дневного сна проводится в сочетании с самомассажем. Подвижные игры, спортивные досуги. Для решения задач сохранения и укрепления здоровья детей в детском саду разработана и успешно внедряется система оздоровительных мероприятий, основанная на традиционных методах закаливания. Она включает в себя следующие виды закаливания: нахождение детей в помещении в облегченной одежде, хождение босиком, прогулки на свежем воздухе, соблюдение питьевого режима.



Здоровьеформирующие технологии в образовательном процессе – это конкретные способы и приемы, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей в момент занятия. Задача воспитателя заключается в том, чтобы при подготовке к занятию, он продумывал не только познавательный материал, но думал о том, как построить занятие, чтобы сохранить и укрепить здоровье своих детей.

Физминутки – выполнение нескольких физических упражнений, сопровождаемых определенным стихотворным текстом, который по содержанию связан с темой занятия.

Неотъемлемым компонентом любого занятия познавательного цикла являются **пальчиковые игры**. Это веселые упражнения для пальцев рук, способствующие развитию мелкой моторики. Регулярные упражнения рук и пальцев улучшают память, внимание, речь, устраняют эмоциональное напряжение.

Для снятия зрительного напряжения используем **гимнастику для глаз**, которая позволяет тренировать глазные мышцы, способствует профилактике близорукости. В работе с детьми широко используем элементы **дыхательной гимнастики**.

Лечебно-профилактические технологии.

Они обеспечивают сохранение и укрепление здоровья детей под руководством медицинского персонала. К ним относятся следующие технологии: организация мониторинга здоровья дошкольников, разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания детей, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду, здоровьесберегающей среды в ДОУ. Особого

Технологии валеологического просвещения родителей

Главными партнерами в решении задач сохранения и укрепления здоровья детей являются родители воспитанников.

Задачи:

совершенствовать методы педагогической пропаганды здорового образа жизни среди родителей; приобщить взрослых и детей к практическому опыту телесного и духовного оздоровления, вовлекать родителей в активный воспитательно - образовательный процесс. На помощь приходят самые разнообразные формы взаимодействия с родителями: беседы, консультации, родительские собрания, показы, практикумы.

