

Здоровьесберегающая технология

*«Здоровый ребенок-
успешный ребенок»*

*Воспитатель МАДОУ детский сад «Золушка» г. Когалыма
Хирамагомедова И.А*

*« **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

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.

Этапы

Начальный Выполнение элементарных правил здоровьесбережения на уровне первоначального умения.

Информативный

Ребенку даются базовые представления о строении своего организма, о здоровье, связях с окружающей средой, правилах сохранения и укрепления своего здоровья, правилах здорового образа жизни

Деятельный

Закрепление знаний, умений и навыков по здоровьесбережению и дальнейшему их совершенствованию. Приобретение опыта ведения здорового образа жизни в условиях здоровой окружающей среды, умение применять свои знания для укрепления своего здоровья

Условия

- Создание предметно-развивающей среды в ДОУ.*
- Компетентность педагогов.*
- Система работы с детьми.*
- Сотрудничество с родителями.*

Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни



*Валеологические
знания*



Практические умения

Образовательные области



- Владеет в соответствии с возрастом основными движениями
- Проявляет интерес к участию в подвижных играх и физических упражнениях
- Пользуется физкультурным оборудованием вне занятий (в свободное время)
- Самостоятельно выполняет доступные гигиенические процедуры
- Соблюдает элементарные правила поведения во время еды, умывания
- Знаком с понятием «здоровье» и «болезнь»
- Имеет элементарные представления о составляющих ЗОЖ : правильное питание, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены
- Знает о пользе утренней зарядки, физических упражнений

Задачи

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



Здоровьесберегающие технологии

*Технологии
сохранения и стимулирования
здоровья*

*Технологии обучения здоровому
образу жизни*

Коррекционные технологии

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- Динамические паузы*
- Гимнастика бодрящая (Закаливание)*
- Подвижные и спортивные игры*
- Релаксация*
- Пальчиковая гимнастика*
- Гимнастика для глаз*
- Дыхательная гимнастика*

Динамические паузы

во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей

Подвижные и спортивные игры. Труд.



Релаксация



Гимнастика для глаз



«Физкультминутка для глаз»

«Глазкам нужно отдохнуть.»

«Нужно глубоко вздохнуть.»

«Глаза по кругу побегут.»

«Много-много раз моргнут»

«Глазкам стало хорошо.»

«Увидят мои глазки все!»

Пальчиковая гимнастика



Дыхательная гимнастика



Гимнастика бодрящая



Технология обучения здоровому образу жизни

□ Утренняя гимнастика

□ Физкультурные занятия

□ Занятия из серии «Сто шагов к здоровью»

□ Самомассаж

□ Активный отдых

Утренняя гимнастика



Физкультурные занятия



Занятия из серии «100 шагов к здоровью»



Самомассаж



Активный отдых



Коррекционные технологии

- Сказкотерапия*
- Артикуляционная гимнастика*
- Технология музыкального воздействия*

Сказкотерапия



Артикуляционная гимнастика



Самостоятельная деятельность детей





Формирование у дошкольников представлений о здоровом образе жизни будет наиболее успешным, если:

Особое внимание уделять следующим компонентам ЗОЖ:

- Занятия физкультурой, прогулки.***
- Рациональное питание, соблюдение правил личной гигиены, закаливание, создание условий для полноценного сна.***
- Дружелюбное отношение друг к другу, развитие умения слушать и говорить, умения отличать ложь от правды.***
- Бережное отношение к окружающей среде, к природе***
- Медицинское воспитание, своевременное посещение врача, выполнение различных рекомендаций.***
- Формирование понятия «Не вреди себе сам»***

Спасибо за Внимание!