

Автономная некоммерческая организация дошкольного  
образования «Планета детства «Лада»  
Детский сад № 201 «Волшебница»

# Здоровьесберегающие технологии, формы, методы и приемы в работе с дошкольниками

Воспитатель высшей  
квалификационной категории  
Ирина Александровна Морозова

## Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (статья 64)

- Дошкольное образование направлено на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, охранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста.

# Должностная инструкция воспитателя (п.16.1)

- применяет в практической деятельности современные образовательные технологии или их элементы;
- осуществляет оптимальный отбор методов, средств, форм воспитания;
- осуществляет реализацию индивидуального образовательного и оздоровительного маршрута каждого воспитанника и т.д.



*«Я не боюсь ещё и ещё раз повторять:  
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*



- Медицина и физиология (В.Н. Дубровский, Ю.П. Лисицын, Б.Н. Чумаков);
- психология (О.С. Осадчук);
- педагогика (В.Г. Алямовская, Ю.Ф. Змановский, М. Лазарев и др.).
- Главный фактор укрепления и сохранения здоровья - систематическая двигательная активность, формирующаяся в процессе физического воспитания (Н.М. Амосов, И.А. Аршавский, В.К. Бальсевич, А.Г. Щедрина и др.).

**Технология** - это системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения знаний с учетом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящий своей задачей оптимизацию форм образования (ЮНЕСКО)

- **Педагогическая технология**  
- строго научное прогнозирование (проектирование) и точное воспроизведение педагогических действий, которые обеспечивают достижение запланированных результатов  
(В.А. Сластенин)



**Педагогическую технологию отличают :**

- конкретность и четкость цели и задач;
- наличие этапов:
- первичной диагностики;
- отбор содержания, форм, способов и приемов его реализации;
- использование совокупности средств в определенной логике с организацией промежуточной диагностики для достижения обозначенной цели;
- итоговая диагностика достижения цели;
- критериальная оценка результатов  
(В.А. Деркунская)

- **Методика** – совокупность методов, приемов целесообразного проведения какой-либо работы; отрасль педагогической науки, исследующая закономерности обучения определенному учебному предмету.
- **Метод обучения** - способ деятельности, направленный на решение задач образования, воспитания и развития в процессе обучения.
- **Приём обучения (обучающий приём)** - часть метода, его конкретный элемент, кратковременное взаимодействие между педагогом и воспитанниками, направленное на передачу и усвоение конкретного знания, умения, навыка.



# Методы и приемы физического развития

## Практические:

- повторение упражнений без изменений и с изменениями;
- проведение упражнений в игровой форме;
- проведение упражнений в соревновательной форме;
- метод круговой тренировки.

## Словесные:

- объяснения, пояснения, указания (прямые и косвенные);
- подача команд, распоряжений, сигналов;
- вопросы к детям;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесная инструкция.

## Наглядные:

- наглядно - зрительные приёмы (показ физических упражнений, использование наглядных пособий (иллюстрации, алгоритмы, опорные схемы и пиктограммы, оценочные панно, памятки и т.д.), имитация, зрительные ориентиры);
- наглядно-слуховые приёмы (музыка, песни);
- тактильно-мышечные приёмы (непосредственная помощь воспитателя).



- **Способ деятельности** – компонент динамической структуры деятельности, совокупность приемов и методов деятельности, обеспечивающих ее результат.
- **Средство обучения** – материальный или идеальный объект учебного процесса, который используется учителем и учащимися для усвоения знаний (П. И. Пидкасистый).
- **К материальным средствам** относятся учебники, учебные пособия, дидактический материал, тестовый материал, средство наглядности, ТСО (технические средства обучения), лабораторное оборудование.
- В качестве **идеальных средств** выступают общепринятые системы знаковых языков (речь), письмо (письменная речь), системы условных обозначений различных наук, средства наглядности, учебные компьютерные программы, методы и формы организации учебной деятельности и системы требований к обучению.

# Здоровьесберегающие технологии


- Системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участников;
- качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровье учащихся и педагогов;
- технологическая основа здоровьесберегающей педагогики

# Цель здоровьесберегающих технологий

- Применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику, воспитание культуры здоровья, осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи
- Применительно ко взрослым - содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДООУ и психолого-педагогическому просвещению родителей

# Принципы здоровьесберегающих технологий

- Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов образовательного процесса, атмосферы доброжелательности, веры в силы ребенка, индивидуальный подход, создание для каждого ситуации успеха.
- Творческий характер процесса образования.
- Обеспечение мотивации образовательной деятельности. Ребенок-субъект образования, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации.
- Осознание ребенком успешности в любых видах деятельности.
- Комплексная система закаливания.



- Виды здоровьесберегающих технологий  
(А.В.Деркунская)

Медико-профилактические технологии	Физкультурно-оздоровительные технологии	Здоровьесберегающие образовательные технологии	Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка
<p>Обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала дошкольного учреждения в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств</p>	<p>Направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников</p>	<p>Направлены на становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, решать задачи ЗОЖ</p>	<p>Обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника</p>

Медико-профилактические технологии	Физкультурно-оздоровительные технологии	Здоровьесберегающие образовательные технологии	Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка
<p>Организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания детей, физического развития закаливания; организация профилактических мероприятий</p>	<p>Закаливание, подвижные и спортивные игры, стретчинг, ритмопластика, различные виды гимнастики, динамические паузы, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры в водной среде (бассейне) и на тренажерах, релаксация</p>	<p>НОД по физической культуре, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия, коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж</p>	<p>Арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, цветотерапия, психогимнастика, логоритмика, артикуляционная гимнастика, зрительная гимнастика (с использованием визиотренажеров), пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика)</p>



# Задачи образовательной области «Физическое развитие» (ФГОС ДО)

- приобретение опыта в двигательной деятельности детей;
- приобретение опыта в видах деятельности детей, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук, правильному выполнению основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;
- овладение подвижными играми с правилами;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

# Центр двигательной деятельности





# Домик «Здоровейки»



## Здоровьесберегающие технологии, формы, методы и приемы

- **Оптимальный статико-динамический режим**, цель которого - регулирование нагрузки на опорно - двигательный аппарат ребенка.
- **Закаливание.**
- **Двигательный режим, включающий**
- **следующие формы физического развития:**
- утренняя гимнастика с включением корригирующих упражнений;
- комплекс корригирующих упражнений после дневного сна под руководством воспитателя;
- упражнения на тренажерах;
- коррекционные подвижные игры (по рекомендациям врача ортопеда);



# Здоровьесберегающие технологии, формы, методы и приемы

- спортивные упражнения;
- игровые упражнения;
- дыхательные упражнения;
- игры на воде;
- занятия по хореографии;
- музыкальные занятия;
- кружки, секции;
- динамическая поза в непосредственно образовательной деятельности;
- упражнения на расслабление (релаксация);
- гимнастика-пробудка после дневного сна;





# Упражнения и пальчиковые игры, направленные на развитие умственных способностей и подготовки кисти к письму

- ⊙ пальчиковая гимнастика,
- ⊙ упражнения со спичками,
- ⊙ упражнения с бусинками,
- ⊙ мозаика,
- ⊙ бисерография,
- ⊙ оригами,
- ⊙ макраме,
- ⊙ вязание,
- ⊙ вышивка,
- ⊙ игровые упражнения с бельевой веревкой,
- ⊙ рисунки на фольге

## Пособия для игр и упражнений



# Физкультминутки

- пальчиковая гимнастика и игры под музыку или с речитативом;
- упражнения, активизирующие биологически активные точки на стопах;
- мини-комплексы общеразвивающих упражнений под музыку





## Здоровьесберегающие технологии, формы, методы и приемы

- самомассаж;
- коррекция осанки перед зеркалом у стены;
- оздоровительный досуг, спортивные праздники и развлечения;
- индивидуальные занятия дома с родителями;
- опыты, эксперименты;
- игротеки;



- сюжетно – ролевые и дидактические игры;
- инсценировки, игры - драматизации;
- интерактивные и мультимедийные игры;
- чтение (произведения художественной литературы, связанные по тематике с формированием элементов ЗОЖ);
- туристические слеты, походы, прогулки;
- самостоятельная двигательнo-игровая деятельность детей



**Спасибо за внимание!**

**Будьте здоровы!**