ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДЕТСКОМ САДУ

ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ МБДОУ ДЕТСКИЙ САД №26
САЩЕНКО Н.С.

Здоровье ребенка- превыше всего… и наша задача сохранить его.

«Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие физических дефектов».
(Всемирная организация здравоохранения)

Здоровьесберегающие технологии - система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Цель здоровьесберегающих технологий –

- *Обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни.*

- *Применительно ко взрослым – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей*

Виды здоровьесберегающих технологий

1. *Медико-профилактические.*
2. *Физкультурно-оздоровительные, приобщение детей к здоровому образу жизни.*
3. *Технология обеспечения социально-психологического благополучия ребенка.*
4. *Здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов ДОУ.*
5. *Технологии валеологического просвещения родителей .*

Медико-профилактические технологии

Организация и контроль питания детей

Организация профилактических мероприятий в детском саду

Закаливание и физическое развитие дошкольников

Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ

Организация мониторинга здоровья дошкольников

Физкультурно-оздоровительные технологии

- Утренняя гимнастика
- Гимнастика для глаз
- Пальчиковая гимнастика
- Дыхательная гимнастика
- Динамическая пауза
- Массаж и самомассаж
- Двигательные оздоровительные физминутки
- Подвижные и спортивные игры
- Релаксакция
- Закаливание

ЗДОРОВАЯ РОССИЯ

Технология обеспечения социально-психологического благополучия ребенка

Технологии, обеспечивающие эмоциональный комфорт и хорошее психологическое самочувствие ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и дома

Здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов ДОУ

Технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов в том числе культуры профессионального здоровья, развития потребностей здорового образа жизни

Технологии валеологическго просвещения родителей

- Папки-передвижки
- Круглые столы по вопросам
- Беседы
- Нетрадиционные формы работы с родителями (экскурсии)
- Практические показы (практикум)
- Личный пример педагога

Для проведения успешной работы по здоровьесбережению необходимо:

1. Обучение детей элементарным приёмам здорового образа жизни.

- Привитие детям гигиенических навыков
- Физкультминутки во время занятий.
- Массовые оздоровительные мероприятия.
- Упражнения для пальчиков.

2. Работа с семьей.

- Консультации.
- Индивидуальные беседы.
- Распространение буклетов.
- Выставки
- Проведение совместных мероприятий.

3. Работа с педагогическим коллективом.

- Проведение семинаров – практикумов, выставок, консультаций.
- Проведение и посещение занятий.
- Посещение научно-практических мероприятий.

4. Создание условий и развивающей среды.

- Приобретение массажёров, тренажёров, спортивных снарядов и игрушек.
- Изготовление материала для здоровьесбережения.

Принципы здоровьесберегающих технологий:

- “Не навреди!”
- Принцип сознательности и активности.
- Принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса.
- Принцип всестороннего и гармонического развития личности.
- Принцип доступности и индивидуальности.
- Принцип систематичности и последовательности.
- Принцип системного чередования нагрузок и отдыха.
- Принцип постепенного наращивания оздоровительных воздействий, адекватности.

ЗДОРОВЫЙ РЕБЕНОК – СЧАСТЛИВЫЙ РЕБЕНОК!

ЗДОРОВАЯ РОССИЯ

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!