

Здоровьесберегающие технологии в дошкольных образовательных учреждениях

*Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида № 19 «Белоснежка»*

**Подготовила:
Воспитатель высшей квалификационной категории
Богданова Марина Александровна**

*город Батайск
2018 г.*



Здоровьесберегающие образовательные технологии – это совокупность приемов, принципов и методов педагогической работы, которые дополняют традиционные технологии обучения, воспитания и развития задачами здоровьесбережения.



**Содержание образования
отвечает на вопрос
«ЧЕМУ УЧИТЬ?»**

**Педагогические технологии
отвечают на вопрос
«КАК УЧИТЬ?»**



Здоровьесберегающие образовательные технологии – это система, направленная на решение задачи сохранения, укрепления и обогащения физического, эмоционального, интеллектуального, духовного и личностного здоровья всех участников педагогического процесса и создающая для этого максимально возможные условия.



Важнейшая характеристика педагогической технологии – её воспроизводимость.

Любая педагогическая технология должна быть здоровьесберегающей!



Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

- Медико-профилактические*
- Физкультурно-оздоровительные*
- Технологии обеспечения социального благополучия ребёнка*
- Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования*
- Технологии валеологического просвещения родителей*
- Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду*



Медико-профилактические технологии в дошкольном образовании:

- *Организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья*
- *Организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания*
- *Организация профилактических мероприятий в детском саду*
- *Организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов*
- *Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ*



Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников:

- Закаливание*
- Дыхательная гимнастика*
- Массаж и самомассаж*
- Профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки*
- Оздоровительные процедуры в водной среде и на тренажёрах*
- Воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и т. д.*



Технологии обеспечения социального благополучия ребёнка – технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника

□ Технологии психологического и психолого-педагогического сопровождения развития ребёнка в педагогическом процессе ДОУ

Основная задача этих технологий - обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия, а также социально-эмоционального благополучия дошкольника.

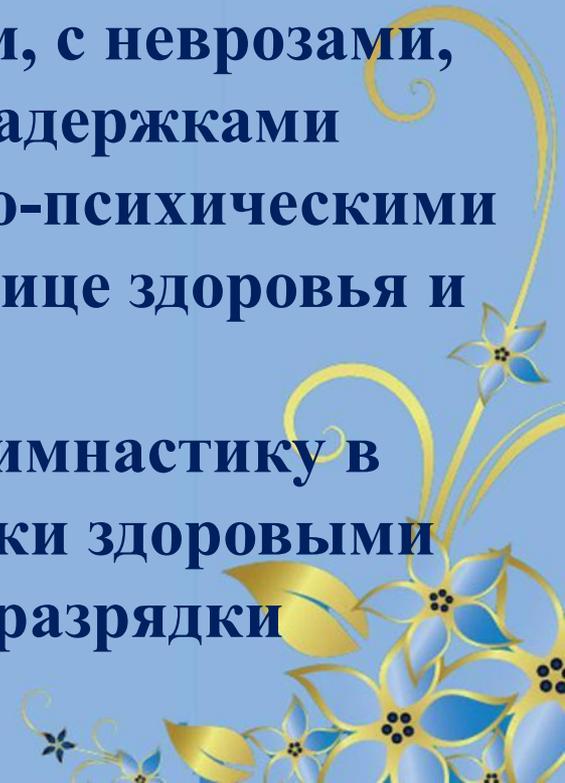


Психогимнастика

Психогимнастика М. И. Чистяковой - курс специальных занятий (этюдов, игр, упражнений), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка.

Прежде всего, такие занятия показаны детям с чрезмерной утомляемостью, замкнутым, с неврозами, нарушениями характера, легкими задержками психического развития и другими нервно-психическими расстройствами, находящимися на границе здоровья и болезни.

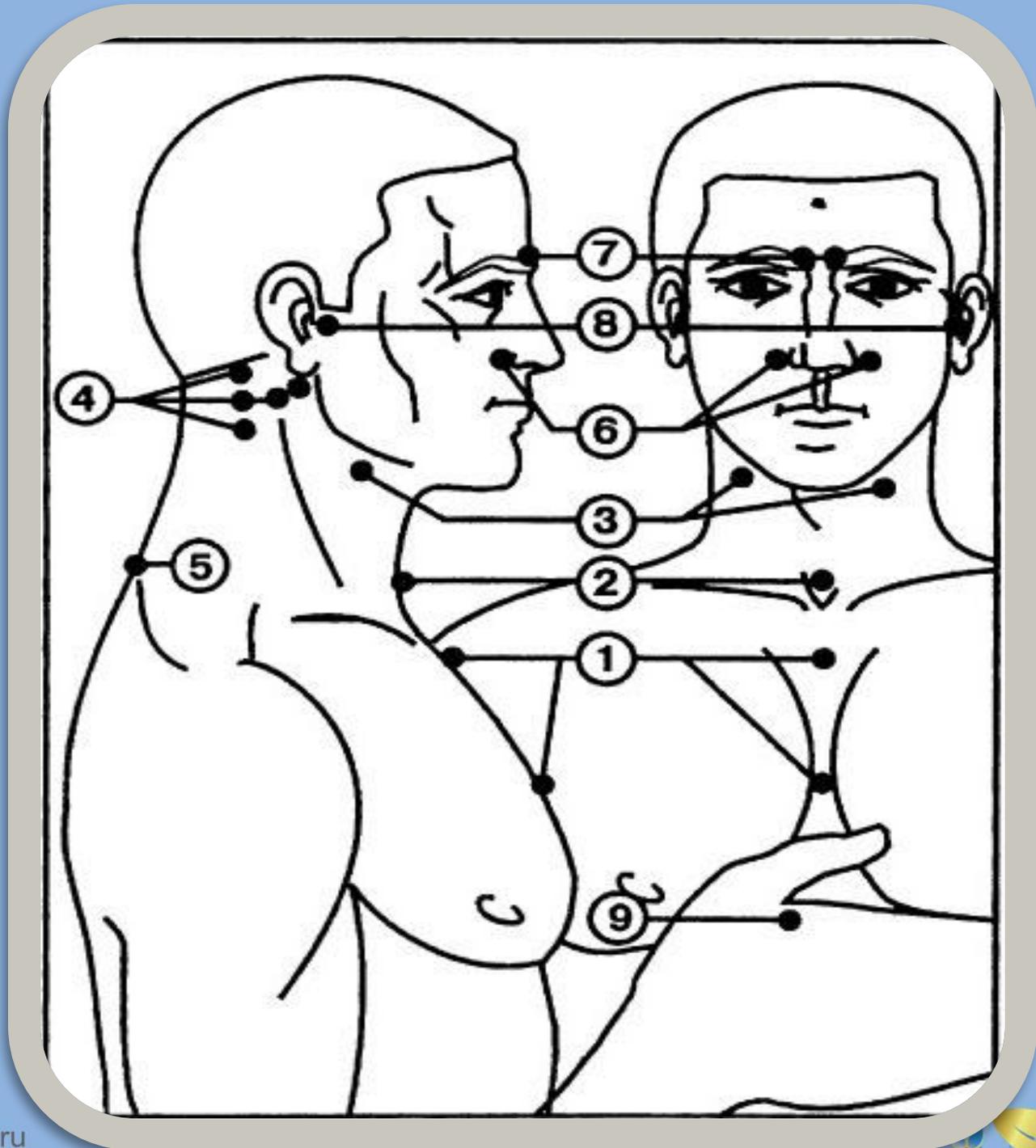
Не менее важно использовать психогимнастику в профилактической работе с практически здоровыми детьми с целью психофизической разрядки



Точечный массаж

Самомассаж по системе А.А. Уманской - одна из самых эффективных методик по укреплению здоровья организма, которая подходит всем, от новорожденных до взрослых. Эта методика основана на воздействии на девять биоточек организма. У человека на теле имеются особые точки, которые регулируют деятельность внутренних органов. Массаж этих точек повышает защитные силы организма в целом, а также слизистых оболочек носа, горла, бронхов. Под воздействием самомассажа организм и взрослого, и ребёнка, начинает лечить себя сам.

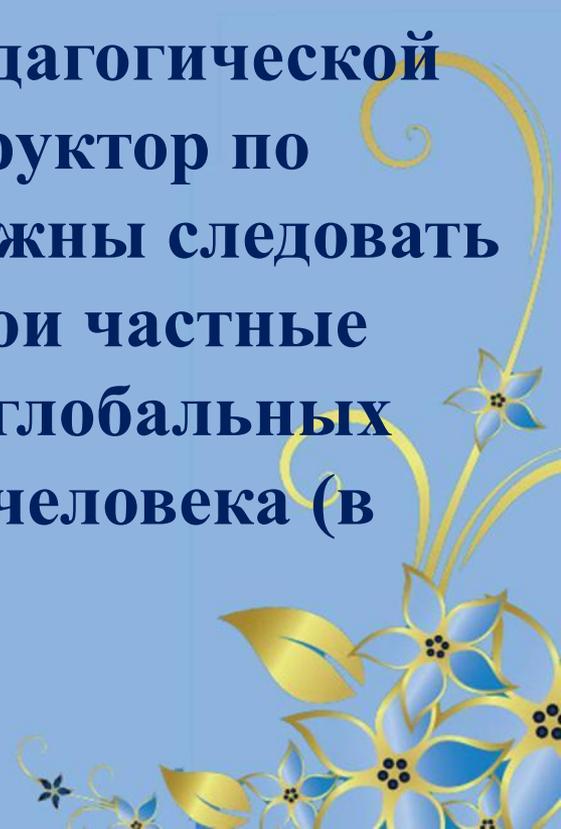




Театр физического воспитания и оздоровления детей в норме и при патологии

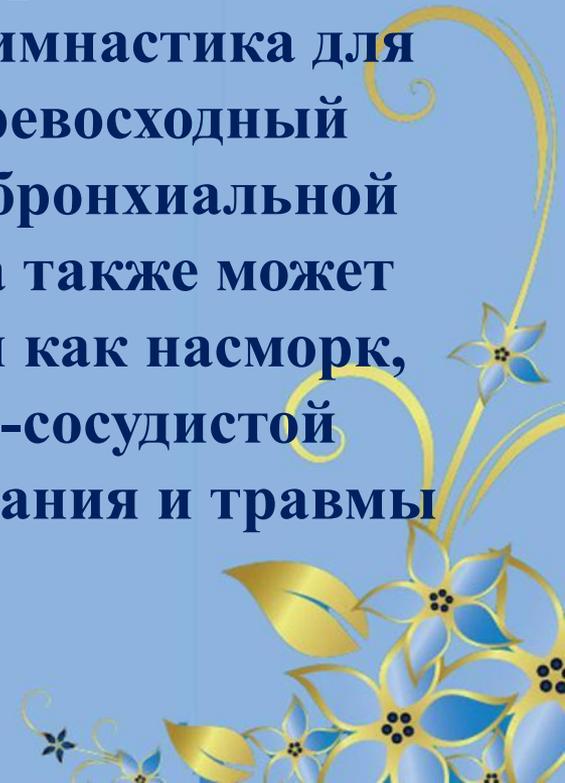
Уникальная педагогическая система Н.Н. Ефименко,
в основу которой положены принципы
естественности и природосообразности. Н.

Н. Ефименко считает, что в своей педагогической
деятельности воспитатель, инструктор по
физической культуре или учитель должны следовать
логике Природы, и основывать свои частные
педагогические методики на более глобальных
законах биологического развития человека (в
частности, ребенка).



Дыхательная гимнастика Стрельниковой

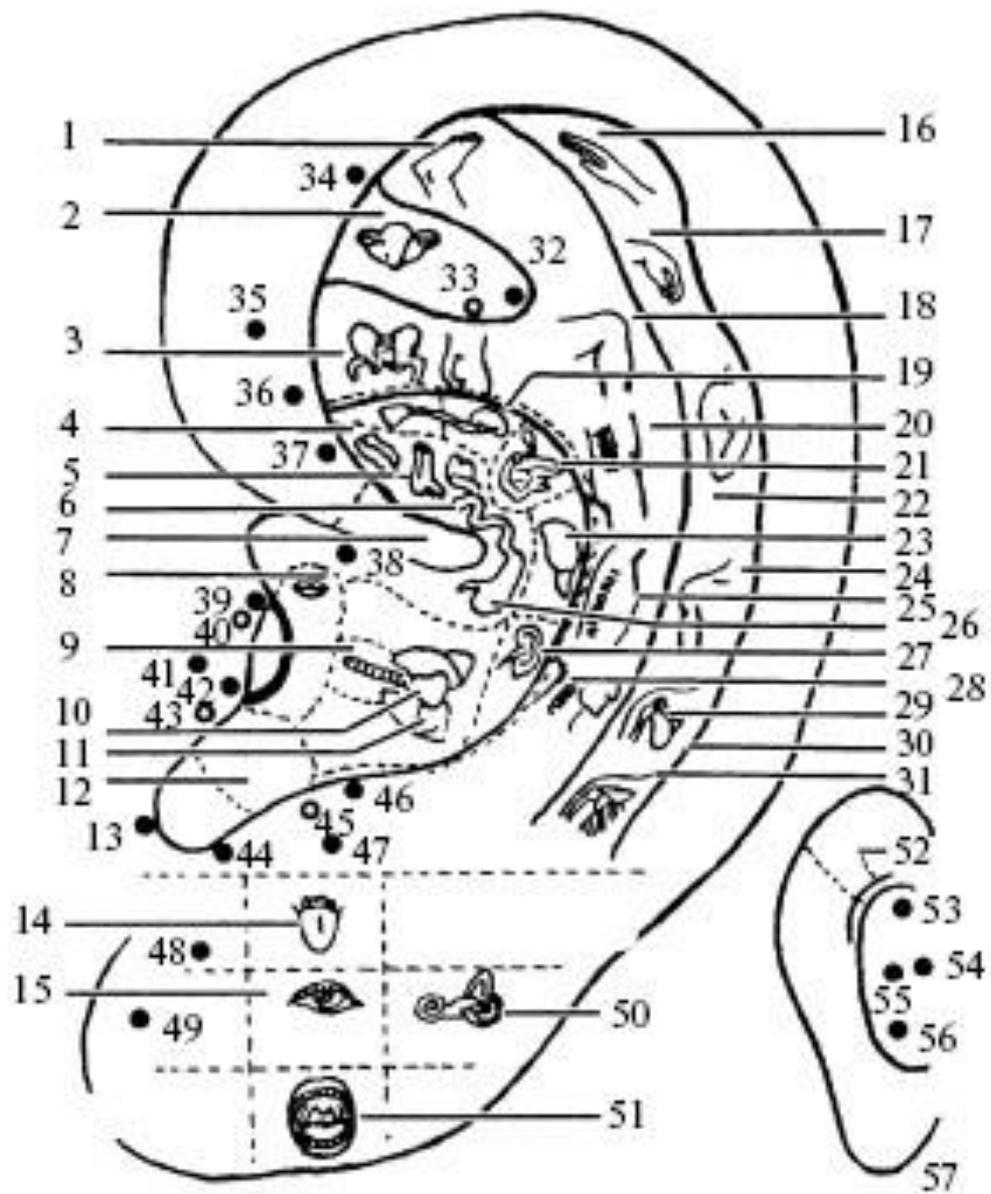
Уникальная методика, которая выступает не только профилактическим средством от болезней всевозможного рода, но и эффективным их лечением. Дыхательная гимнастика для детей тем более полезна, что уже с самого раннего возраста помогает научить малыша правильно дышать, способствует его физическому развитию и укреплению иммунитета. Дыхательная гимнастика для детей по методу Стрельниковой дает превосходный оздоровительный эффект при бронхите, бронхиальной астме, аденоидах, заикании, гайморите, а также может помочь справиться с такими проблемами как насморк, кожные заболевания, болезни сердечно-сосудистой системы, головные боли, мигрень, заболевания и травмы ГОЛОВЫ И ПОЗВОНОЧНИКА.



Аурикулярный массаж

Аурикулярный массаж — это массаж пальцами рук или специальными наконечниками точек и зон ушной раковины. На поверхности ушных раковин расположено более тысячи биологически активных точек, поэтому при их массаже происходит опосредованное воздействие на весь организм. Аурикулярный массаж М. Норбекова можно проводить с детьми всех возрастов. Очень хорошо, если такой вид массажа проводить в игровой форме.

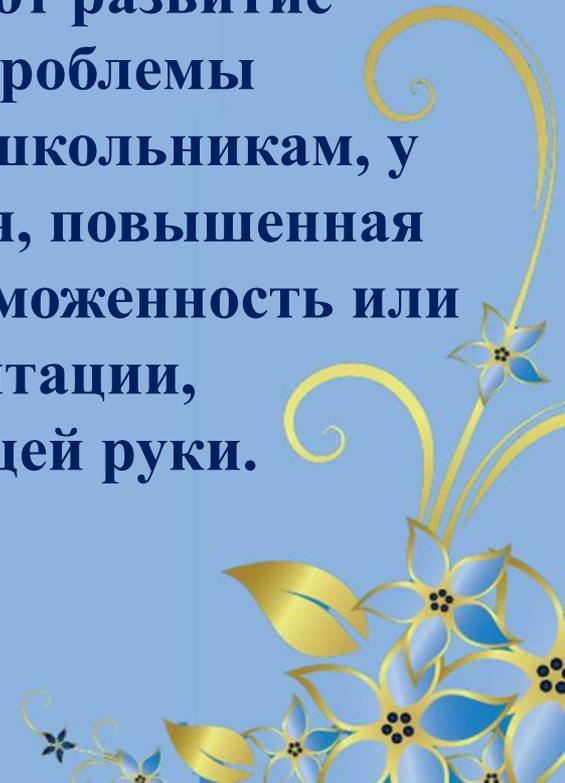




Зарядка для ума и тела

Гимнастика Л.Д. Столяренко для гармонизации деятельности полушарий мозга - это комплекс по развитию познавательных функций через движение.

Грамотно организованные движения пробуждают и активизируют умственные способности, улучшают контроль и регуляцию деятельности, стимулируют развитие познавательных функций, решают проблемы эмоционального плана. Рекомендуется дошкольникам, у которых отмечаются нарушение внимания, повышенная отвлекаемость, проблемы с памятью, заторможенность или расторможенность, трудности адаптации, несформированность функций ведущей руки.



Л | П

ЛОГИКА

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ

СИМВОЛЫ

РАЗУМ

РЕЧЬ

ЯЗЫК

ЧИСЛА

КОНКРЕТНОЕ

ОБОСОБЛЕННОСТЬ

РАЦИОНАЛЬНОСТЬ

ИНТУИЦИЯ

ОДНОВРЕМЕННОСТЬ

ОБРАЗЫ

ЧУВСТВА

РИТМ

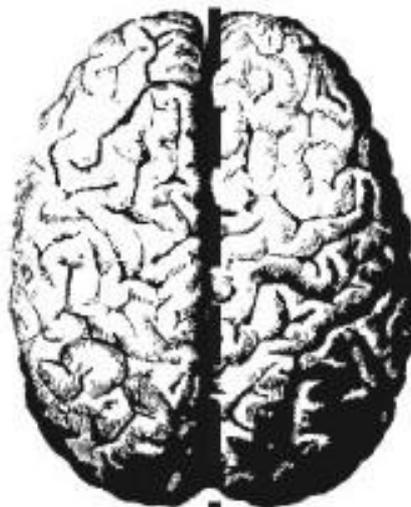
ЦВЕТ

МЕЧТЫ

АБСТРАКТНОЕ

ЕДИНСТВО

ВООБРАЖЕНИЕ



ТВОРЧЕСТВО

Гимнастика маленьких волшебников

Данная методика, разработанная Т.В. Нестерюк, включает в себя нетрадиционные методы оздоровления детей. Предлагаемая система занятий комплексно воздействует на развитие ребёнка. Основными целями проведения упражнений являются:

- Профилактика простудных заболеваний
- Закаливание детей
- Подведение детей к сознательному умению быть здоровыми
- Освобождение детей от стрессов и перенапряжения
- Формирование необходимого умения проведения точечного массажа



Рекомендуемая методическая литература:

- *Л.В. Абдульманова «Ребёнок и его физическая культура» В сб. научных работ аспирантов и молодых преподавателей. Ч.2. Педагогика. Психология. – Ростов н/Д: РГПУ, 1995.*
- *Л.В. Гаврючина «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ», М. Сфера 2007.*
- *А.С. Галанов «Оздоровительные игры для дошкольников» СПб. Речь 2007.*
- *О.В. Козырева «Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников», М. Просвещение 2007.*
- *Н.И. Крылова «Здоровьесберегающее пространство в ДОУ», Волгоград 2008.*
- *Л.Д. Столяренко «Гимнастика для гармонизации деятельности полушарий мозга»*



- *«Оздоровительный комплекс в детском саду»
Методическое пособие // Под ред. Б.Б.Егорова. – М.,2004.*
- *Т.А. Ткаченко "Мелкая моторика. Гимнастика для пальчиков" ЭКСМО, 2008г.*
- *Т.А. Ткаченко "Развиваем мелкую моторику" ЭКСМО, 2010 г.*
- *Щетинин М. Н. «Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей», Айрис-пресс, 2008 г.*
- *В.Т. Кудрявцев, Б.Б.Егоров «Развивающая педагогика оздоровления», М. Линка-пресс, 2000.*
- *«Оздоровительный комплекс в детском саду»
Методическое пособие // Под ред. Б.Б.Егорова. – М.,2004.*



- *Змановский, Ю.Ф. «Воспитаем детей здоровыми» – М. Просвещение, 1989*
- *Змановский Ю. Ф. «Здоровый дошкольник: Авторская программа» Дошкольное воспитание – 1995, №6*
- *Конеева, Е.В. «Детские подвижные игры: материал о занятиях физкультурой в ДОУ с акцентом на подвижные игры» – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006*
- *Чистякова М. И. «Психогимнастика» - под редакцией М. И. Буянова 2-е издание М.: «Просвещение» 1995*
- *И.В. Чупахина, Е.З. Пужаева, И.Ю. Соколова, «Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе» Москва, «Народное образование», 2006 г.*

