

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ  
ТЕХНОЛОГИИ  
В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ПРОЦЕССЕ ДОУ**



**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**





## ВИДЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДОУ

- медико-профилактические
- физкультурно-оздоровительные
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка
- технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов
- валеологическое просвещение родителей
- здоровьесберегающие образовательные технологии



# ЭТАПЫ ВНЕДРЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ



- Анализ исходного состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности дошкольников, их валеологических умений и навыков, а также здоровьесберегающей среды ДООУ.
- Организация здоровьесберегающего образовательного пространства в ДООУ.
- Установление контактов с социальными партнёрами ДООУ по вопросам здоровьесбережения.
- Освоение педагогами ДООУ методик и приёмов здоровьесбережения детей и взрослых ДООУ.
- Внедрение разнообразных форм работы по сохранению и укреплению здоровья для разных категорий детей и взрослых.
- Работа валеологической направленности с родителями ДООУ.



# СИСТЕМА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В ДОУ:

- ❖ оздоровительные режимы
- ❖ комплекс закаливающих мероприятий
- ❖ непосредственно образовательная деятельность по образовательной области «Физическая культура»
- ❖ оптимизация двигательного режима
- ❖ организация рационального питания
- ❖ медико-профилактическая работа с детьми и родителями
- ❖ соблюдение требований СанПиН к организации педагогического процесса
- ❖ комплекс мероприятий по сохранению физического и психологического здоровья педагогов



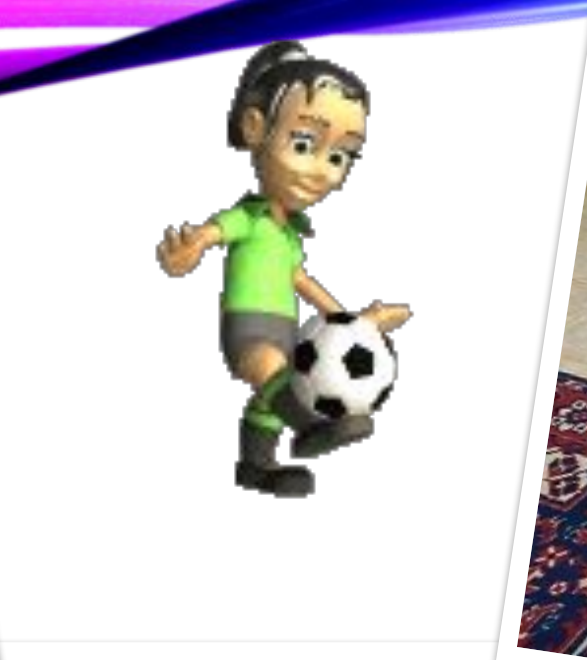


# ФОРМЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ДОУ

- формы
  - Прогулки-
  - походы
- Спортивные
  - досуги
- Спортивные
  - развлечения
- Беседы по
  - здоровью
  - сбережению
- Закаливание
  - КГН
- Спортив-
  - ные
  - праздники
- Неделя
  - Здоровья
- Соревно-
  - вания









Виды здоровьесберегающих технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения
Ритмопластика	Не раньше чем через 30 мин после приема пищи	Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке.	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.	Можно использовать спокойную музыку, звуки природы
Гимнастика утренняя	Ежедневно, утром, перед завтраком во всех группах	В групповой комнате, физкультурном зале, под музыку, с использованием подвижных игр
Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин во всех группах	Различные варианты проведения



Гимнастика пальчиковая	в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин в любое свободное время, в разных формах физкультурно-оздоровительной работы в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки 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
Гимнастика корригирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей
Физкультурное занятие	3 раза в неделю	Занятия проводится в соответствии с программой, по которой работает ДОУ
Самомассаж	В зависимости от поставленных целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму.
Информация для детей по теме «Здоровье»	Во время совместной деятельности в зависимости от поставленных задач	Могут быть частью совместной деятельности с целью познавательного развития

# ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ДОО С СЕМЬЕЙ ПО ВОПРОСАМ ОХРАНЫ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

- ❖ Информационные стенды для родителей
- ❖ Информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми в ДООУ
- ❖ Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДООУ
- ❖ Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения

