

**«Здоровьесберегающие
технологии в
педагогическом процессе»**

Воспитатель: Сидоренко Тамара
Николаевна
МБДОУ Д/С №28
«Рябинка» с.Чехов

В.А. Сухомлинский

**«Забота о здоровье —
это важнейший труд
воспитателя. От
жизнерадостности,
бодрости детей зависит их
духовная жизнь,
мировоззрение, умственное
развитие, прочность
знаний, вера в свои силы»**



Цель здоровьесберегающей технологии:

обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и охранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.



Задачи

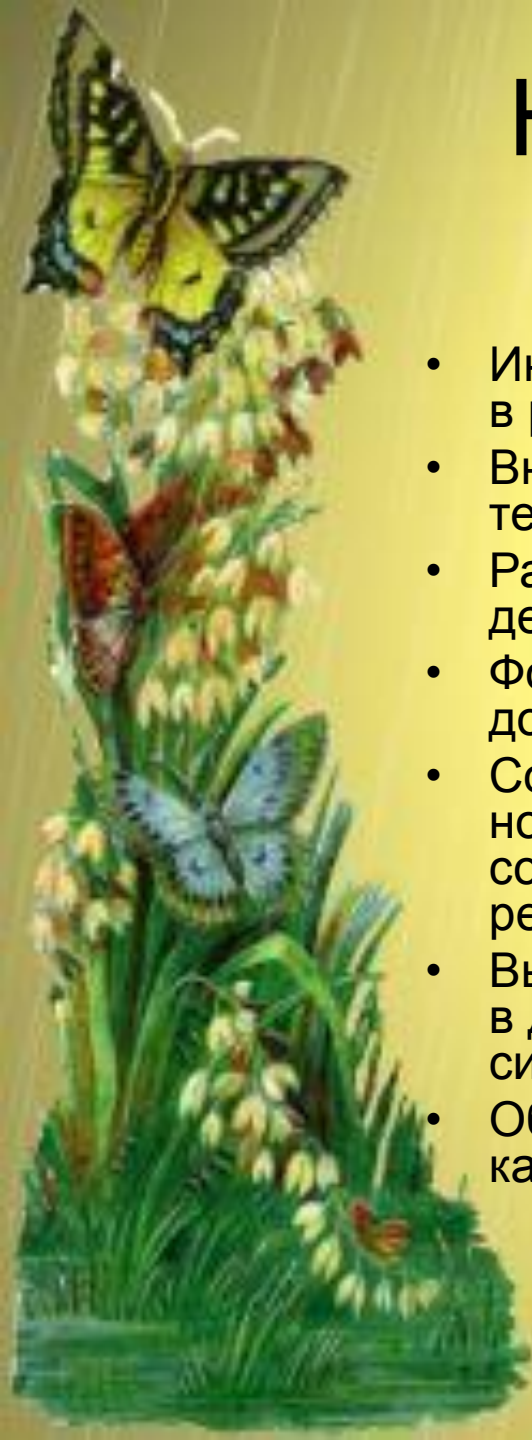
здоровьесбережения:

- 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



Направления работы по здоровьесбережению

- Интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности.
- Внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс.
- Разнообразие форм физкультурно - досуговой деятельности с дошкольниками.
- Формирование привычки к здоровому образу жизни у дошкольников, педагогов и родителей.
- Совершенствование физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка.
- Выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы.
- Обеспечение физического и психического благополучия каждого ребёнка.



Формы физкультурно-оздоровительной работы.



**Физкультурно - образовательная
деятельность проводится в
соответствии**

**с программой, перед занятием необходимо
хорошо проветрить помещение**



**Обогащению двигательного опыта
малышей, приобретению новых
навыков и умений способствует их
самостоятельная деятельность**



Подвижные и спортивные игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения. В детском саду используются лишь элементы спортивных игр



Гимнастика дыхательная проводится в проветриваемом помещении, детям даются инструкции об обязательной гигиене полости носа



**Гимнастика бодрящая,
форма ее проведения различна;
включает в себя: упражнения на
кроватьках, пробуждение, обширное
умывание, коррекционные комплексы.**



**Гимнастика пальчиковая
рекомендуется всем детям, особенно
с речевыми проблемами.
Проводиться в любой удобный
отрезок времени.**

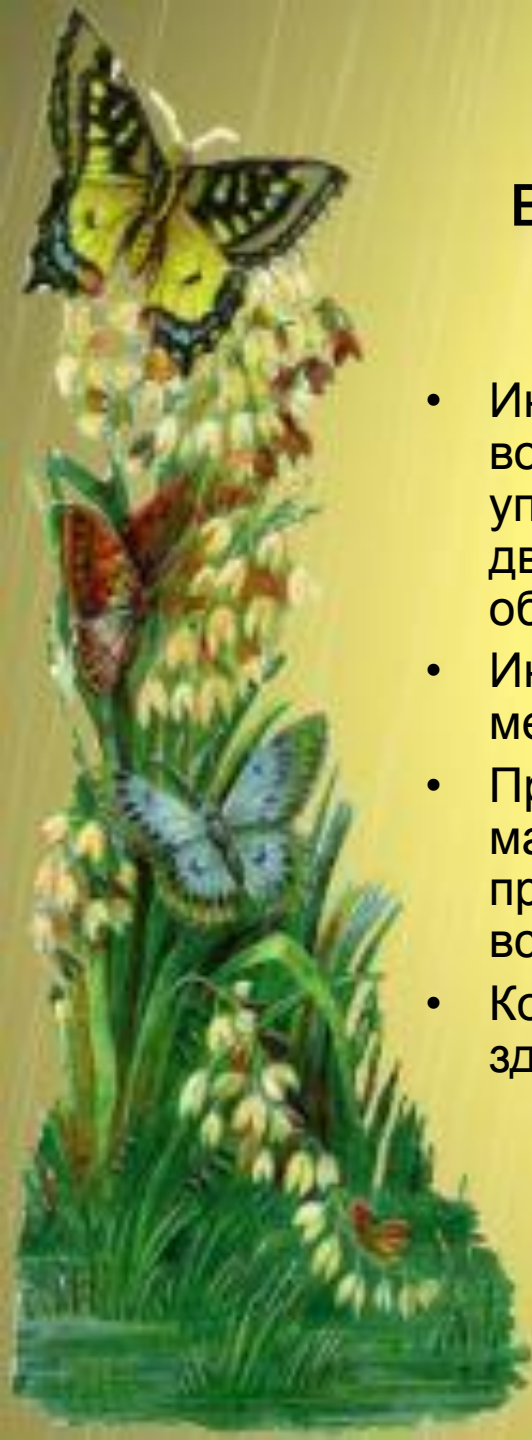


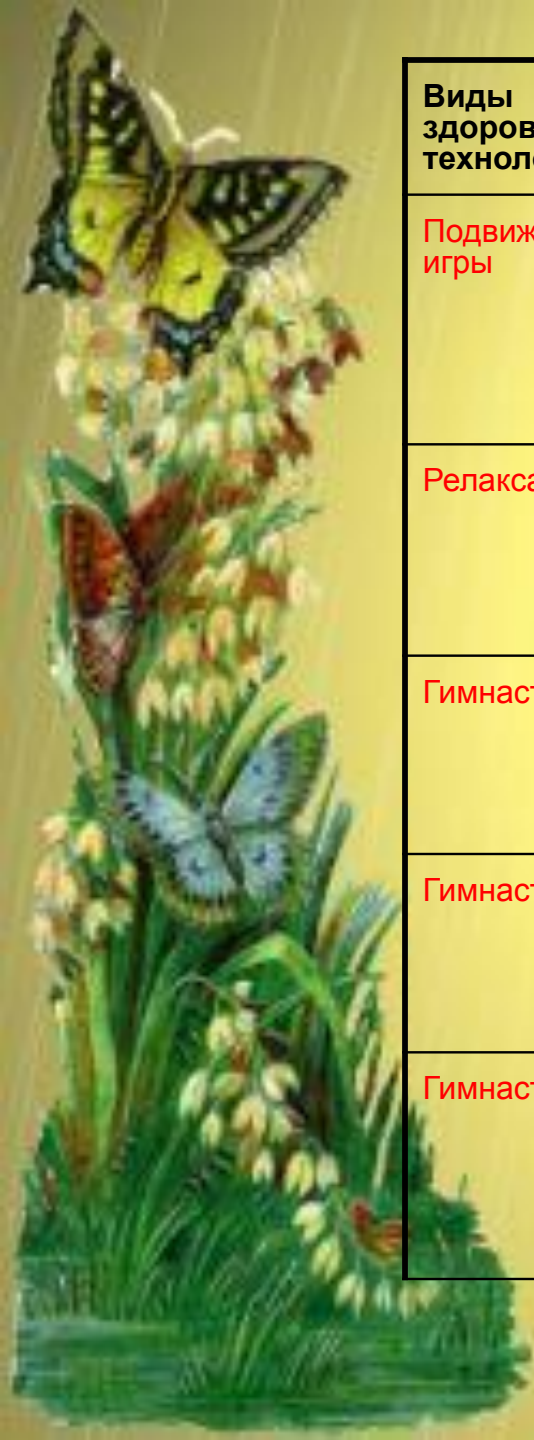
Сказкотерапия используется для психо-терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание.



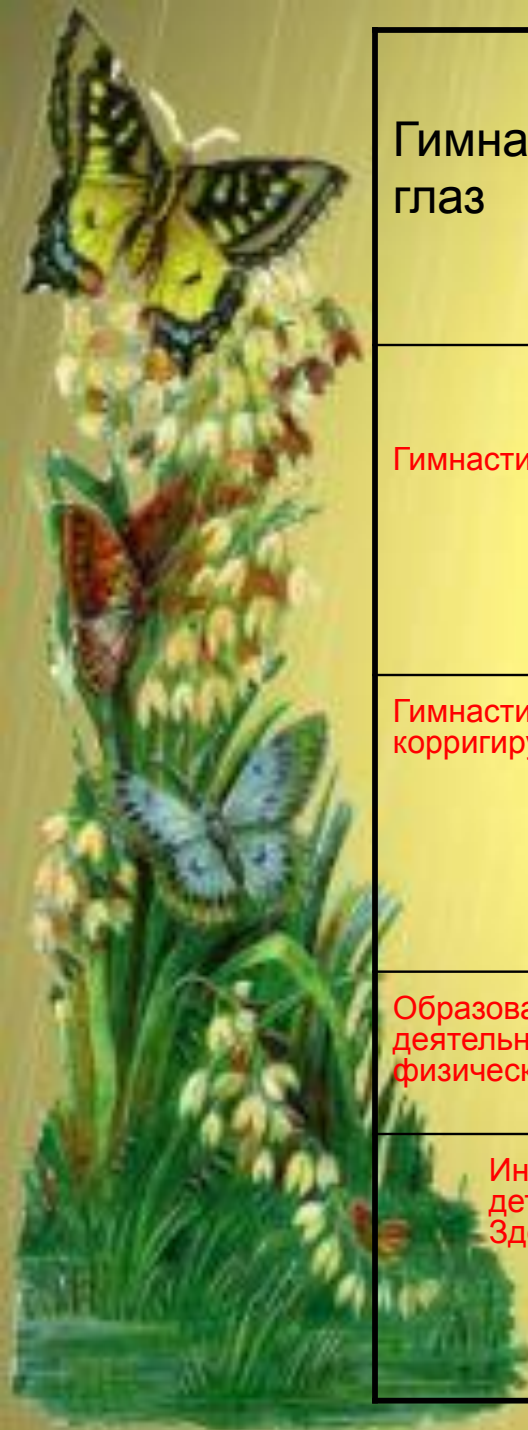
Взаимодействие с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей.

- Информационные стенды для родителей, освещающие вопросы оздоровления без лекарств (комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры).
- Информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми
- Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДООУ (соревнования, спортивные праздники, дни открытых дверей, Дни и Недели здоровья, встречи детей ДООУ с родителями-спортсменами и др.).
- Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.



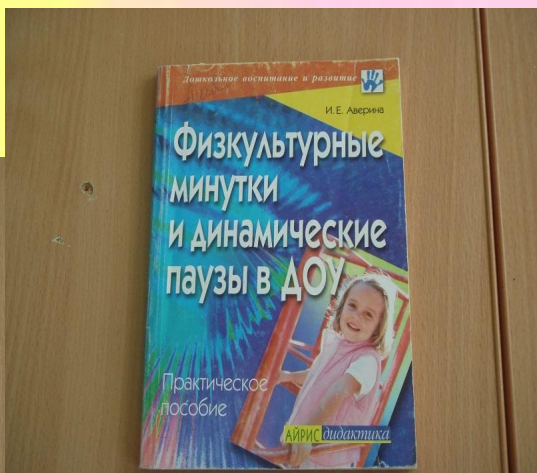
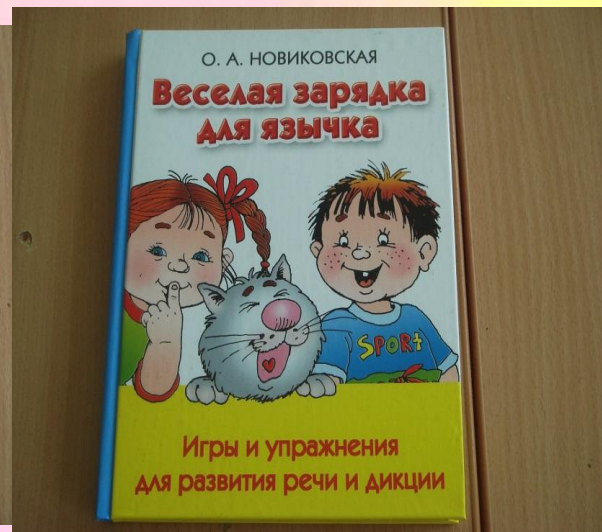
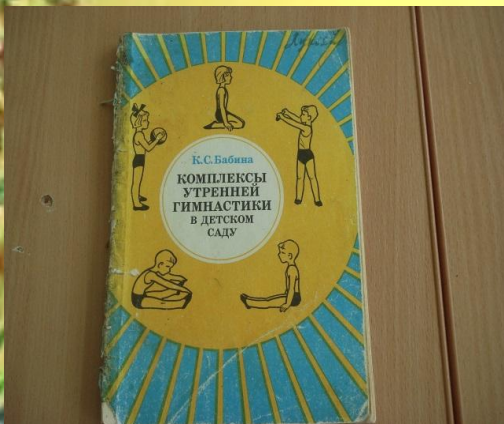


| Виды здоровьесберегающих технологий | Время проведения в режиме дня | Особенности методики проведения |
|--|--|--|
| Подвижные и спортивные игры | Как часть непосредственной образовательной деятельности по физической культуре, на прогулке. Ежедневно для всех возрастных групп | Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. Используются элементы спортивных игр |
| Релаксация | В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп | 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 и др. |
| Гимнастика бодрящая | Ежедневно после дневного сна , 5-10 мин во всех группах | Различные варианты проведения |
| Гимнастика пальчиковая | С младшего возраста в различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Рекомендуется всем детям особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени |



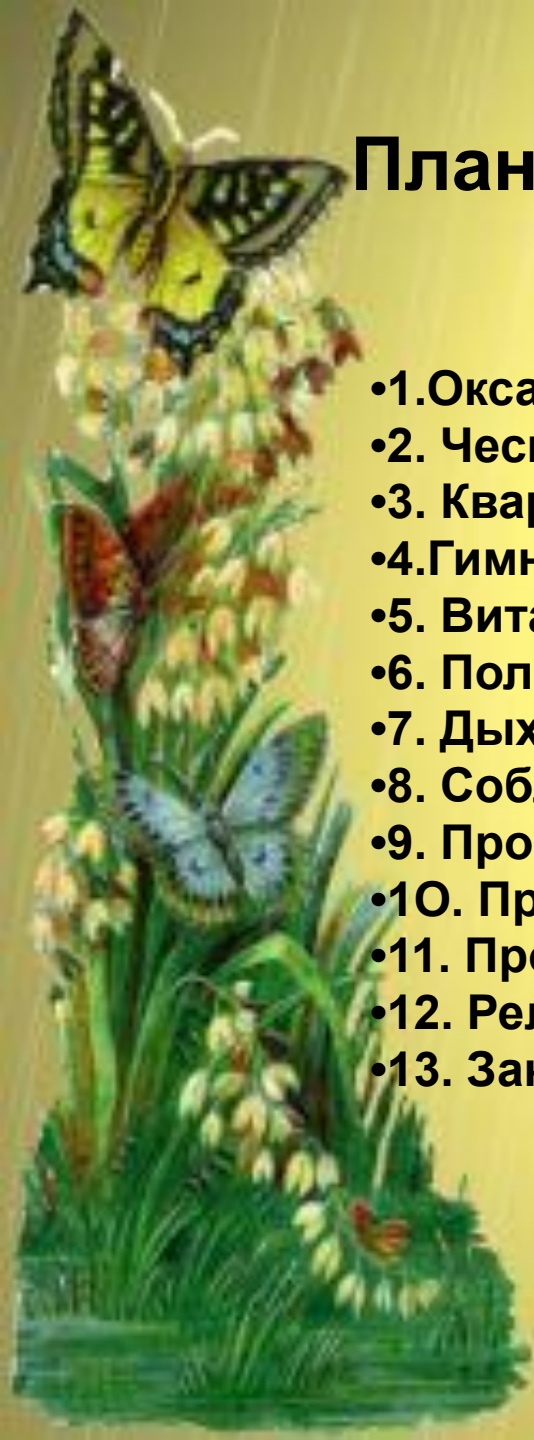
| | | |
|--|--|---|
| Гимнастика для глаз | Ежедневно по 3-5 мин в любое свободное время, в разных формах физкультурно-оздоровительной работы в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста | Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога |
| Гимнастика дыхательная | 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 |
| Образовательная деятельность по физической культуре | 3 раза в неделю в спортивном зале и на улице младший возраст – 15-20 мин, средний – 20-25 мин, старший возраст – 25-30 мин. | Проводится в соответствии с программой по которой работает ДОУ |
| Информация для детей по теме «Здоровье» | Во время совместной деятельности в зависимости от поставленных задач | Могут быть частью совместной деятельности с целью познавательного развития |

Создана картотека «Здоровьесберегающие технологии в детском саду»



План профилактических мероприятий

- 1. Оксалиновая мазь
- 2. Чесочно – луковые бусы
- 3. Кварцевание помещения
- 4. Гимнастика после сна
- 5. Витаминизация 3 – го блюда
- 6. Поливитамины
- 7. Дыхательная гимнастика
- 8. Соблюдение воздушного режима
- 9. Проветривание помещений
- 10. Прогулки на свежем воздухе
- 11. Профилактика плоскостопия
- 12. Релаксация
- 13. Закаливание



Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий

Для детей:

- 1) Сформированы представления о здоровом образе жизни.

| уровень | высокий | средний | низкий | Низкий |
|------------------|---------|---------|--------|--------|
| Сентябрь 2014год | 0% | 20% | 60% | 20% |
| Май 2015 год | 25% | 45% | 25% | 4% |
| Показатель % | ↗ 25% | ↗ 25% | ↘ 35% | ↘ 15% |

- 2) Повышение сопротивляемости детского организма инфекциям.

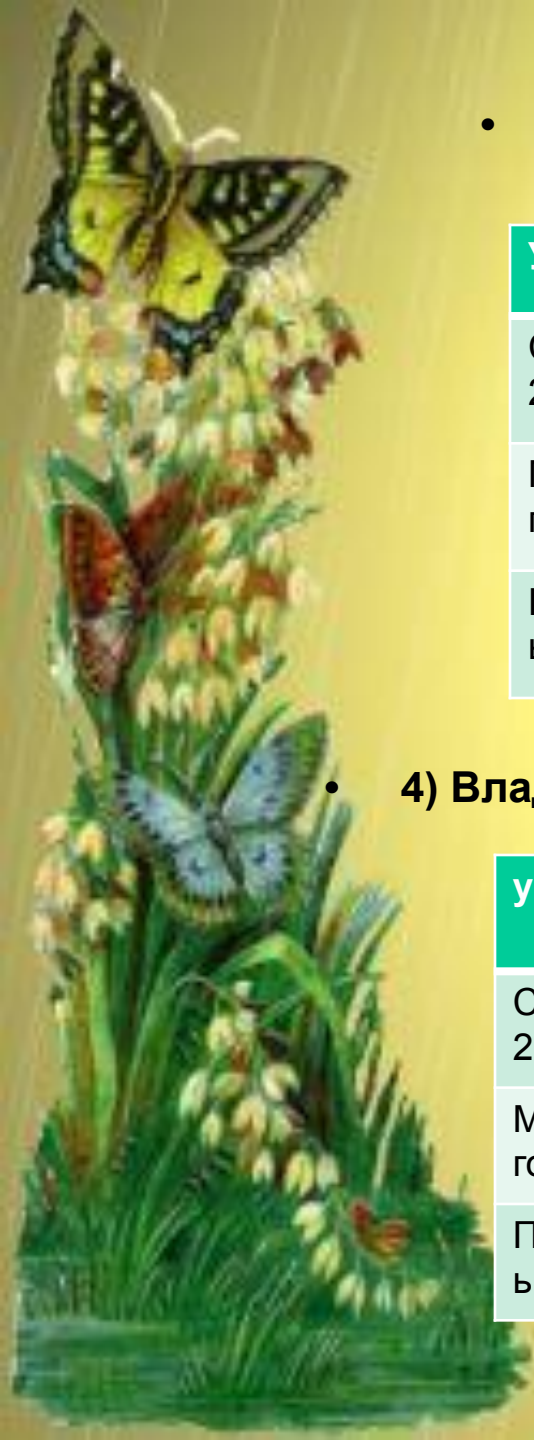
| | Кол-во дн. по болезни | показатель % |
|------------------|--------------------------|--------------|
| Сентябрь 2014год | 2.7дн. | |
| Май 2015 год | 1.8дн. | ↘ 0.9дн. |

- 3) Улучшение соматических показателей здоровья и показателей физической подготовленности.

| Уровни | высокий | средний | низкий | Низкий |
|-------------------|---------|---------|--------|--------|
| Сентябрь 2014 год | 5% | 40% | 40% | 15% |
| Май 2015 год | 25% | 55% | 15% | 5% |
| Показатель в % | ↗ 20% | ↗ 15% | ↘ 25% | ↘ 10% |

- 4) Владение основными культурно- гигиеническими навыками

| уровни | высокий | средний | низкий | Низкий |
|-------------------|---------|---------|--------|--------|
| Сентябрь 2014 год | 10% | 35% | 45% | 10% |
| Май 2015 год | 40% | 45% | 10% | 5% |
| Показатель в % | ↗ 30% | ↗ 10% | ↘ 35% | ↘ 5% |



ПЕРСПЕКТИВЫ

- * Продолжить системную, целенаправленную деятельность внедрения здоровьесберегающих технологий в старшей возрастной группе.
 - * Расширить его за счет реализации мини- проектов совместной детско- взрослой деятельности.
 - * Провести мониторинг итогов работы по внедрению здоровьесберегающих технологий за 2013- 2016г.
- Г
- * Провести анкетирование родителей по проблеме приобщения дошкольников к здоровому образу жизни в феврале 2016 года



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

