

Здоровьесберегающие технологии в системе оздоровительной работы ДОУ согласно требованиям ФГОС ДО



**Выполнила: старший
воспитатель МБДОУ Детский
сад №5 «Солнышко»
Сидорова С.В.**

*«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.

Стандарт направлен на решение нескольких задач

- 📌 охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 📌 Обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья)
- 📌 формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- 📌 обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- 📌 формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- 📌 обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

▶ **Здоровьесберегающие технологии**
система воспитательно-
оздоровительных, коррекционных и
профилактических мероприятий,
которые осуществляются в процессе
взаимодействия ребенка и педагога,
ребенка и родителей, ребенка и
доктора

Цель здоровьесберегающих технологий:

Применительно к детям

- ▲ обеспечение дошкольнику возможность сохранения здоровья;
- ▲ формирование у воспитанника необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни;
- ▲ обучение дошкольника использовать полученные знания в повседневной жизни.

Применительно к взрослым

- ▲ содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.



Виды здоровьесберегающих технологий





Медико-профилактические технологии.

Задачи: сохранение и приумножение здоровья детей под руководством *медицинского персонала* ДОО в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.



Компоненты:

мониторинг здоровья дошкольников и
разработка рекомендаций по оптимизации
детского здоровья;
рациональное питание;
рациональный режим дня;
закаливание;
организация профилактических
мероприятий в детском саду;
контроль и помощь в обеспечении
требований СанПиНов;
здоровьесберегающая среда в ДОО.

Валеологическое просвещение родителей

это процесс направленный на ознакомление родителей, сохранение и укрепление знаний о здоровье детей.

Реализуется через:

- Родительские собрания
- Консультации
- Круглые столы по вопросам
- Беседы
- Нетрадиционные формы работы с родителями
- Спортивные праздники
- Личный пример педагога
- Папки-передвижки

Физкультурно-оздоровительные технологии

это технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников.



Компоненты физкультурно-оздоровительных технологий

- Физкультурные занятия
- Утренняя гимнастика
- Спортивные праздники, развлечения
- День здоровья
- Подвижная игра
- Физкультминутки
- Дыхательная гимнастика
- Самомассаж, точечный массаж
- Артикуляционная гимнастика
- Гимнастика для глаз



Здоровьесберегающие образовательные технологии

Это технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников.

Цель: формирование у детей осознанного отношения к здоровью и жизни, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать его

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка

Это технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника.

Основная задача этих технологий 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.

Компоненты технологии социально-психологического благополучия ребенка

- Специально организованные встречи, игровые тренинги с детьми;
- Изография
- Психогимнастика
- Релаксация
- Сказкотерапия
- Музыкотерапия



Десять золотых правил здоровьесбережения

- Соблюдайте режим дня!
- Обращайте большое внимание на питание!
- Больше двигайтесь!
- Спите в прохладной комнате!
- Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
- Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
- Гоните прочь уныние и хандру!
- Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
- Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
- Желайте себе и окружающим только добро!

*Здоровье ребенка превыше всего,
Богатство земли не заменит его.
Здоровье не купишь, никто не продаст.
Его берегите, как сердце, как глаз.*

Спасибо за внимание!