



МБДОУ ДЕТСКИЙ САД «МАЛЫШОК» г.БОЛОТНОЕ

***«Здоровьесберегающие
технологии
в ДОУ»***

Выполнила:

**Морозова Евгения Сергеевна,
воспитатель первой
квалификационной категории**



Василий Александрович 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»*



В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни. Сегодня важно нам, взрослым, формировать и поддерживать интерес к оздоровлению, как самих себя, так и детей.



В детском саду дети ежедневно делают построение, играют соблюдая определённые правила. Дети, которые посещают детский сад системно, делают это быстро и чётко. Через игру, мы внедряем здоровьесберегающие технологии. Что же такое здоровьесберегающие технологии?

Понятие «технология» и «здоровьесберегающие технологии»

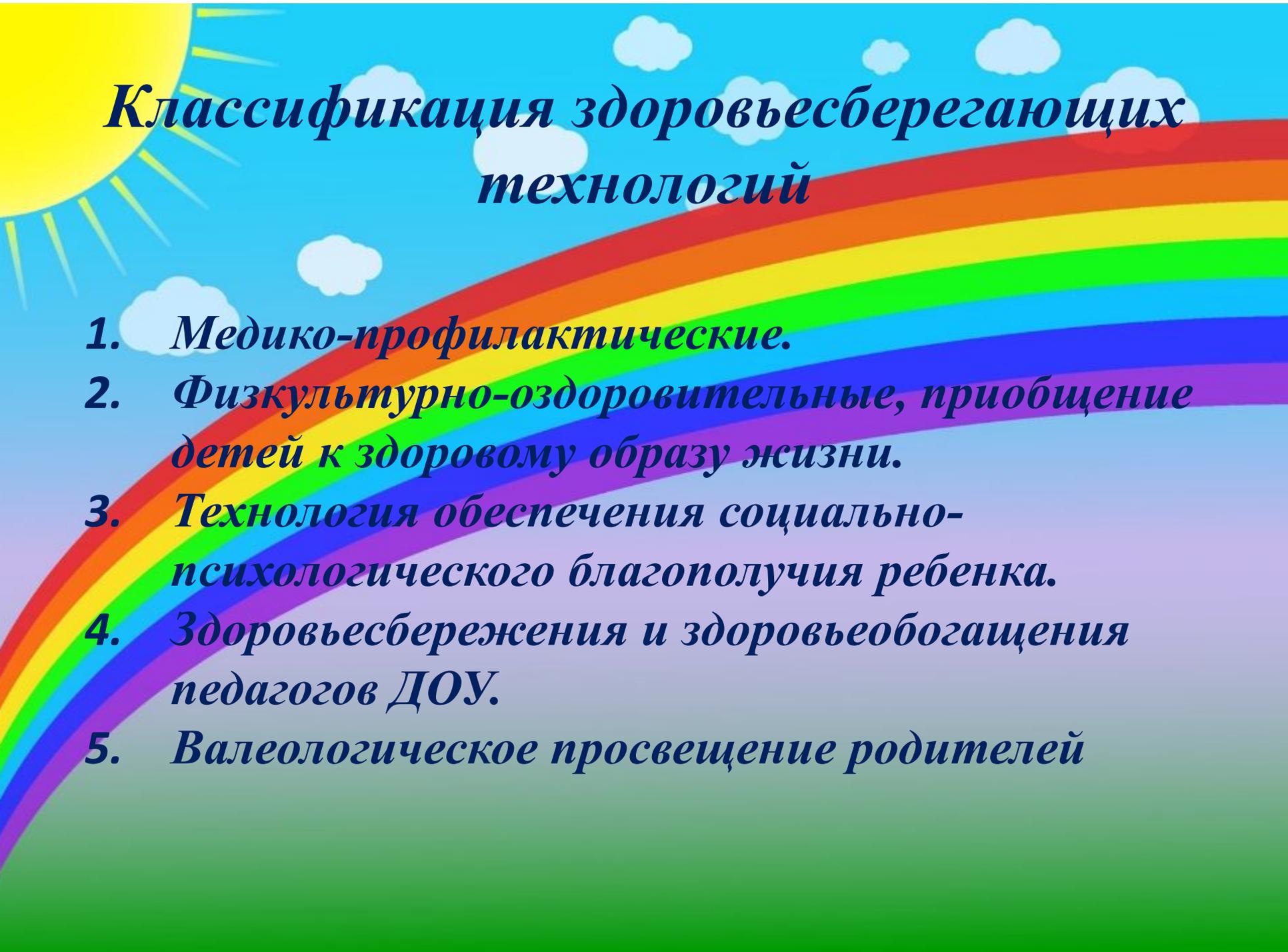
Здоровье

Нормальное состояние правильно функционирующего, неповрежденного организма. (Толковый словарь Ушакова).

Технология

Инструмент профессиональной деятельности педагога, имеющий выраженную этапность, включает в себя набор определенных профессиональных действий, на каждом этапе которого позволяет педагогу предвидеть промежуточные и итоговые результаты педагогической деятельности.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.



Классификация 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. Валеологическое просвещение родителей*

Медико-профилактические технологии

Технологии обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОО в соответствии с медицинскими правилами и нормами

- Организация мониторинга здоровья дошкольников*
- Организация профилактических мероприятий в детском саду*
- Организация и контроль питания детей*
- Закаливание и физическое развитие дошкольников*
- Организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов*
- Организация здоровьесберегающей среды в ДОО*

Физкультурно-оздоровительные технологии

Технологии, направленные на развитие физических качеств и двигательной активности детей, приобщение детей к здоровому образу жизни

- Утренняя гимнастика**
- Гимнастика для глаз**
- Пальчиковая гимнастика**
- Динамическая гимнастика**
- Дыхательная гимнастика**
- Бодрящая гимнастика**
- Динамическая пауза**
- Массаж и самомассаж**
- Профилактика плоскостопии и формирование правильной осанки**
- Двигательные оздоровительные физминутки**
- Самостоятельная двигательная деятельность детей**
- Валеологическое развитие**
- Подвижные и спортивные игры**
- Физическая культура**



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*
- Технология психолого-педагогического сопровождения развития ребенка (Психогимнастика, песочная терапия)*



Здоровьесбережение и здоровьеобогащение педагогов ДОУ

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



Валеологическое просвещение родителей

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

Точечный массаж

На лице у любого человека расположены массажные зоны, связанные с регуляцией иммунитета и закаливанием организма. Эти зоны были обнаружены старшим научным сотрудником 1-го Московского медицинского института Аллой Алексеевной Уманской. Сегодня метод Уманской прочно вошёл в практику по закаливанию детского организма. Метод высоко эффективен для профилактики и лечения гриппа и ОРЗ. При систематическом, регулярном и правильном применении он даёт хорошие результаты. Рекомендую проводить точечный массаж всем, особенно с целью профилактики, если вы часто болеете гриппом или простудой.



Точечный массаж выполняется кончиком указательного или среднего пальца. В профилактических целях производится слабое надавливание, в лечебных - максимальное надавливание. Воздействие на симметричные зоны можно проводить сразу двумя руками. При систематическом, регулярном и правильном применении он даёт хорошие результаты. Сейчас я вам предлагаем применить на практике точечный массаж, надеемся, что дома вместе с детьми вы будете это практиковать.

Точечный массаж + пальчиковая гимнастика

Крылья носа разотри – раз, два, три

И под носом себе утри – раз, два, три

Брови нужно расчесать – раз, два, три, четыре, пять

Вытри пот теперь со лба – раз, два

Серьги на уши повесь, если есть.

Заколкой волосы скрепи – раз, два, три

Сзади пуговку найди и застегни

Бусы надо примерять, примеряй и надевай.

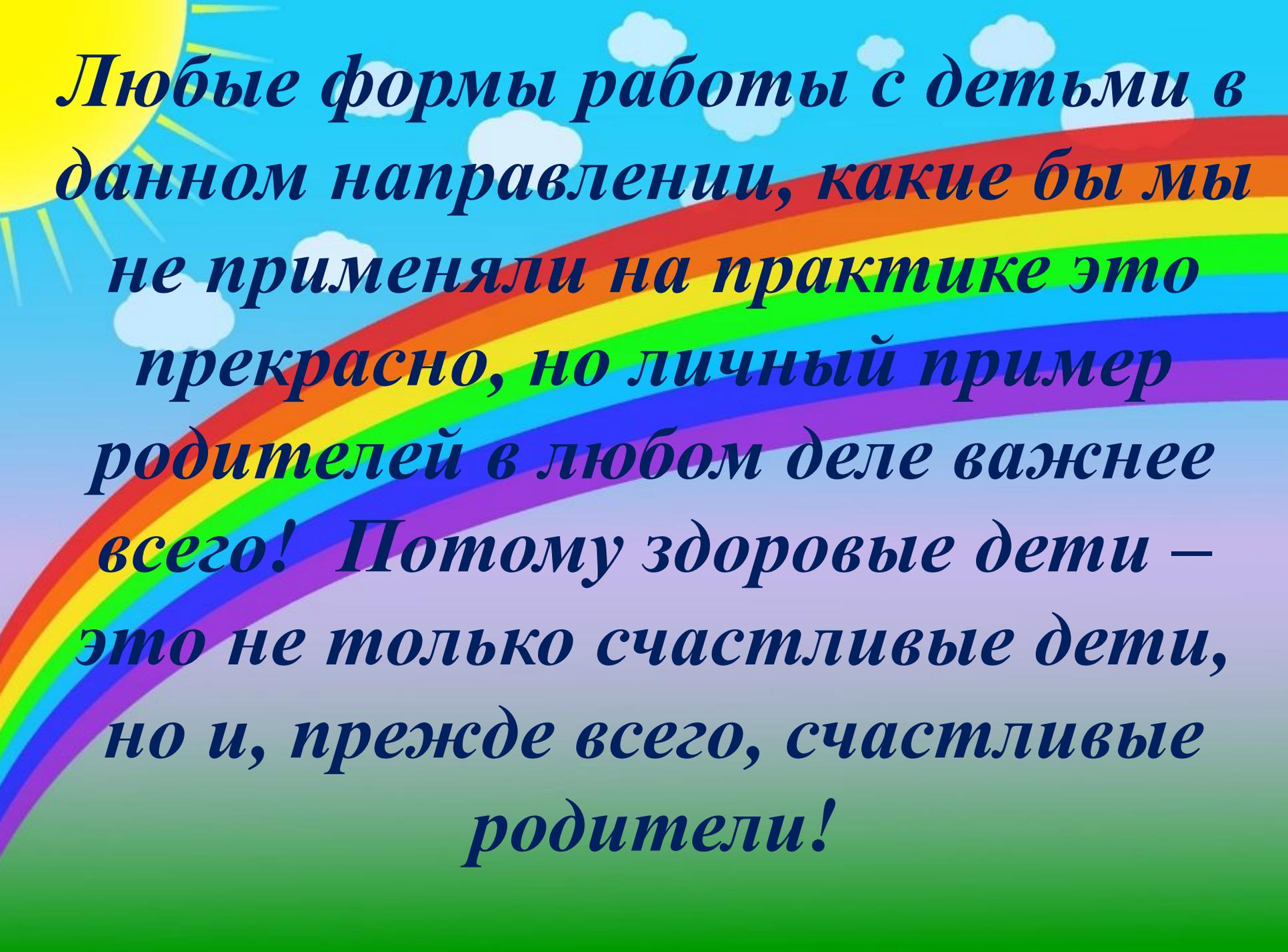
А сюда повесим брошку, разноцветную матрёшку.

А сюда браслетики, красивые манжетики.

Девочки и мальчики, приготовьте пальчики.

Вот как славно потрудились и красиво нарядились

Осталось ноги растереть и не будем мы болеть



Любые формы работы с детьми в данном направлении, какие бы мы не применяли на практике это прекрасно, но личный пример родителей в любом деле важнее всего! Потому здоровые дети – это не только счастливые дети, но и, прежде всего, счастливые родители!

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА





Подвижные игры







Физическая культура





Гимнастика в кроватках





Дыхательная гимнастика







Пальчиковая гимнастика







Профилактика плоскостопия







***Самостоятельная
двигательная деятельность***

