

СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В 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

Задачи здоровье сбережения

- создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей
- сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности
- создание положительного эмоционального настроения и снятие психо-эмоционального напряжения

Формы организации здоровье сберегающей работы в ДОУ



Физкультурное занятие

занятия проводятся в соответствии с программой, перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение .занятие проводится:

2-3 раза в неделю в спортивном зале .
Ранний возраст - в групповой комнате 10 мин.

Младший возраст – 15-20 мин.

средний возраст – 20-25 мин.

старший возраст – 25-30 мин.

Подвижные и спортивные игры

– как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.

Динамические паузы –

во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

Игротренинги и Игротерапия

– в свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом. Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности.

Музыкотерапия

используется в качестве вспомогательного средства, как часть других технологий, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения.

– в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей. Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.

Гимнастика пальчиковая – с

младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуются всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).

Гимнастика для глаз –

ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуются 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.

Сказкотерапия

используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание

2-4 занятия в месяц по 30 мин. Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, группа детей, а остальные дети повторяют за рассказчиками необходимые движения.



Взаимодействие ДОО с родителями по вопросам охраны и укрепления здоровья детей .

- Информационные стенды в каждой группе, работают рубрики освещающие вопросы оздоровления без лекарств(комплексные упражнения для развития мелкой и общей моторики, пальчиковые игры ,упражнения для органов зрения и для профилактики нарушений опорно- двигательного аппарата
- Консультации и беседы с родителями по вопросам здоровье сбережения .
- Приобщение родителей к участию физкультурно-массовых мероприятий ДОО (соревнования ,спортивные праздники ,дни и недели здоровья ,встречи детей с родителями- спортсменами итд)
- Информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми в ДОО