



«Проектирование здоровьесберегающих технологий в дошкольных образовательных организациях»

Выполнила: Колотухина Н.Г.

**«Забота о здоровье детей-
это важнейший труд
воспитателя.**

**От жизнерадостности,
бодрости детей зависит
их духовная жизнь,
мировоззрение,
умственное развитие,
прочность знаний и самое
главное вера в свои силы.**



В.А.

Сухомлинский

Введение

- Жизнь в XXI веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья детей.
- Здоровье – состояние физического и социального благополучия человека. Это – одна из высших человеческих ценностей, один из источников счастья, радости, залог оптимальной самореализации. От того, как прошли дошкольные годы, во многом зависит физическое и психическое здоровье человека на протяжении всей жизни. Важно сохранить здоровье ребенка в столь ответственный жизненный период, для чего необходима огромная, каждодневная работа в семье и дошкольном учреждении.
- Усилия работников ДООУ сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка - дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Неслучайно именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немислим педагогический процесс современного детского сада.
- От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. В последнее время во всем мире наметилась тенденция к ухудшению здоровья детей.



Актуальность

- В настоящее время идет постоянный поиск методов оздоровления детей в условиях детского сада. Основная цель – снижение заболеваемости детей.
- От состояния здоровья в первую очередь зависит возможность овладения детьми всеми умениями и навыками, которые им прививаются в детском саду и которые им необходимы для эффективного обучения в дальнейшем. Для этого необходимо формировать у детей разносторонние знания и положительные черты характера, совершенствовать физическое развитие.
- Педагогам необходимо правильно организовать воспитательно-образовательную работу с детьми дошкольного возраста. Надо учитывать возрастные, психологические особенности детей, создавать благоприятные гигиенические условия, оптимальное сочетание разнообразных видов деятельности. Фундамент здоровья человека закладывается в раннем детстве



Требования ФГОС:

- Гарантия охраны и укрепления физического и психического здоровья детей;
- Обеспечение эмоционального состояния детей;
- Создание условий для развивающего вариативного образования;
- Создание условий для участия родителей в образовательной деятельности;
- Обеспечение открытости дошкольного образования



Здоровьесберегающие технологии



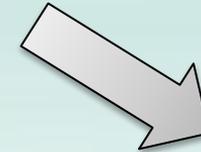
целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мер которые осуществляются в процессе взаимодействия



ребенка и педагога



ребенка и родителей



ребенка и доктора

Цель здоровьесберегающих, образовательных технологий:

Сохранение и укрепление здоровья детей,
привитие им навыков здорового образа жизни,
используя здоровьесберегающие технологии.



Задачи здоровьесберегающих технологий:

- объединить усилия сотрудников детского сада и родителей для эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы, в том числе и профилактической;
- создавать предметно-развивающую среду для формирования здорового образа жизни дошкольников;
- формировать навыки ЗОЖ у детей и родителей посредством внедрения основных его принципов в практику;
- воспитывать у дошкольников бережное отношение к себе и своему здоровью;



Основные принципы работы:

- принцип системности;
- принцип последовательности всестороннего и гармоничного развития личности;
- принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса;
- принцип учёта доступности индивидуальных и возрастных особенностях ребёнка.



Ожидаемые результаты реализации проекта

- 1. Обогащение социального опыта дошкольников, расширение их кругозора;
- 2. Формирование у детей представления о здоровом образе жизни;
- 3. Повышение интереса родителей к здоровому образу жизни;
- 4. Вовлечение родителей в единое пространство «семья – детский сад»;
- 5. Снижение заболеваемости и детского травматизма среди воспитанников;
- 6. Повышение профессионального мастерства педагогов дошкольного учреждения в здоровьесбережении.



Этапы реализации проекта:

- Подготовительный этап Разработка и проведение диагностики на выявление знаний детей о здоровье и здоровом образе жизни. Составление плана совместной работы с детьми, педагогами и родителями. Подбор материала и оборудования для занятий, бесед, игр с детьми. Оформление папок-передвижек для родителей по теме проекта, подборка фотографий, литературы. Беседы с родителями о необходимом участии их в проекте, о серьезном отношении к воспитательно-образовательному процессу в ДОУ.
- Основной этап Формировать у детей представления о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни; развивать умение выделять компоненты здоровья человека и устанавливать их взаимосвязь; закрепить основные понятия: «распорядок дня», «личная гигиена», «витамины», «полезные продукты», «здоровый образ жизни»; воспитывать у детей навыки и потребности здорового образа жизни.
- Заключительный этап Обобщение результатов работы, анализ и выводы по реализации проекта. Презентация проекта



Ресурсное обеспечение программы

- **Нормативно-правовые ресурсы**
- УСТАВ ДОУ
- СанПиН 2.4.1.2660-10
- **Кадровые ресурсы**
- Для работы в проекте привлекается педагог-психолог данного учреждения, медсестра, преподаватель физкультуры;
- **Материально-технические ресурсы:**
- Календарно-тематический план игр с элементами психогимнастики;
- Материал с текстами релаксаций, дыхательной гимнастики, игротренингов, коммуникативных игр, психогимнастики.
- Проигрыватель CD и музыкальные материалы



Здоровьесберегающие технологии делятся на группы:

- Технологии сохранения и стимулирования здоровья
- Технологии обучения здоровому образу жизни
- Технология коррекции поведения.



Технологии сохранения и стимулирования

здоровья:

- Динамические паузы
- Подвижные и спортивные игры
- Релаксация
- Пальчиковая гимнастика
- Гимнастика для глаз
- Дыхательная гимнастика
- Гимнастика бодрящая



Подвижные и спортивные игры

- *Как часть физкультурного занятия,
на прогулке, в групповой комнате -
малой со средней степенью
подвижности.*



Релаксация

- *используется спокойная классическая музыка (Чайковский, Рахманинов), звуки природы*

Тише, тише, тишина! Разговаривать нельзя!

Мы устали – надо спать – ляжем тихо на кровать, и тихонько будем спать.



- Будто мы лежим на траве... На зелёной мягкой травке...
- Греет солнышко сейчас, руки тёплые у нас.
- Жарче солнышко пригрело – и ногам тепло, и телу.
- Дышится легко, вольно, глубоко

Пальчиковая гимнастика

- *Разотру ладошки сильно,
Каждый пальчик покручу.
Поздороваясь со всеми,
Никого не обойду.*



Гимнастика для глаз

- *Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки*



Дыхательная гимнастика

- *Активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.*

Проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы.



Гимнастика бодрящая

- *проводится после дневного сна, форма проведения различна: упражнения*
- *на кроватках, обширное умывание,*
- *ходьба по коврикам «здоровья» и т.д.*



Технология обучения здоровому образу жизни

Утренняя гимнастика

Физкультурные занятия

Занятия из серии «Азбука здоровья»

Самомассаж

Активный отдых



Утренняя гимнастика

- *Точно знаем: по утрам*
- *Взрослым всем и малышам*
- *Чтоб стать сильным и здоровым,*
- *Не болеть и быть весёлым,*
- *Надо быстро просыпаться и зарядкой заниматься.*



Физкультурные занятия

- *Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДООУ*



Занятия из серии *Азбука здоровья*

Проводятся валеологические занятия в качестве познавательного развития. Один раз в неделю по 30 минут.



Самомассаж

- *Благоприятствует психо-эмоциональной устойчивости к физическому здоровью, тонизирует весь организм. самомассаж проводится в игровой форме ежедневно, в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях.*



Активный отдых

физкультурные праздники, досуги, развлечения, дни здоровья



АКТИВНЫЙ ОТДЫХ

Спортивное оборудование позволяет обеспечить двигательную активность детей на прогулке



Коррекционные технологии

Технология музыкального воздействия

Сказкотерапия

Артикуляционная гимнастика



Технология музыкального воздействия

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



Сказкотерапия

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



Работа с родителями

- Консультации с родителями, беседы, рекомендации по профилактике болезней, пользе дополнительных прогулок и занятий в спортивных секциях, по поводу соблюдения личной гигиены;
- Оформление папок-передвижек;
- Личный пример педагога;
- Анкетирование;
- Совместные акции: дни здоровья, спортивные праздники;
- Буклеты, памятки;
- Обучение родителей методам оздоровления детей (практикумы, тренинги)



Риски и пути преодоления рисков.

Риски:

- невозможность частого использования здоровьесберегающих технологий во всех группах в связи с плотным расписанием режимных моментов;

Пути преодоления рисков

- использование педагогами всех возрастных групп здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности и режиме дня в течение каждого месяца в соответствии в календарно-тематическим планом;



ВЫВОД

- *Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих технологий, повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.*



Литература

- Подольская Е.И. Формы оздоровления детей 4-7 лет. Волгоград: Учитель, 2008.
- Кареева Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников. Волгоград: Учитель, 2009.
- Павлова М.А., Лысогорская М.В. Здоровьесберегающая система ДОУ. Волгоград: Учитель, 2009.
- В.И. Ковалько «Здоровьесберегающие технологии». Н.К. Смирнов «Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе педагога».



Спасибо за
внимание!

