Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида №24 «Березка» г.Белебея муниципального района Белебеевский район Республики Башкортостан

«Применение здоровьесберегающих технологий во второй младшей группе»

Подготовили: воспитатели
Валитова Г.М., Суркова Е.Р.

Здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов

(Всемирная организация здравоохранения).

Модель образовательно-оздоровительной деятельности

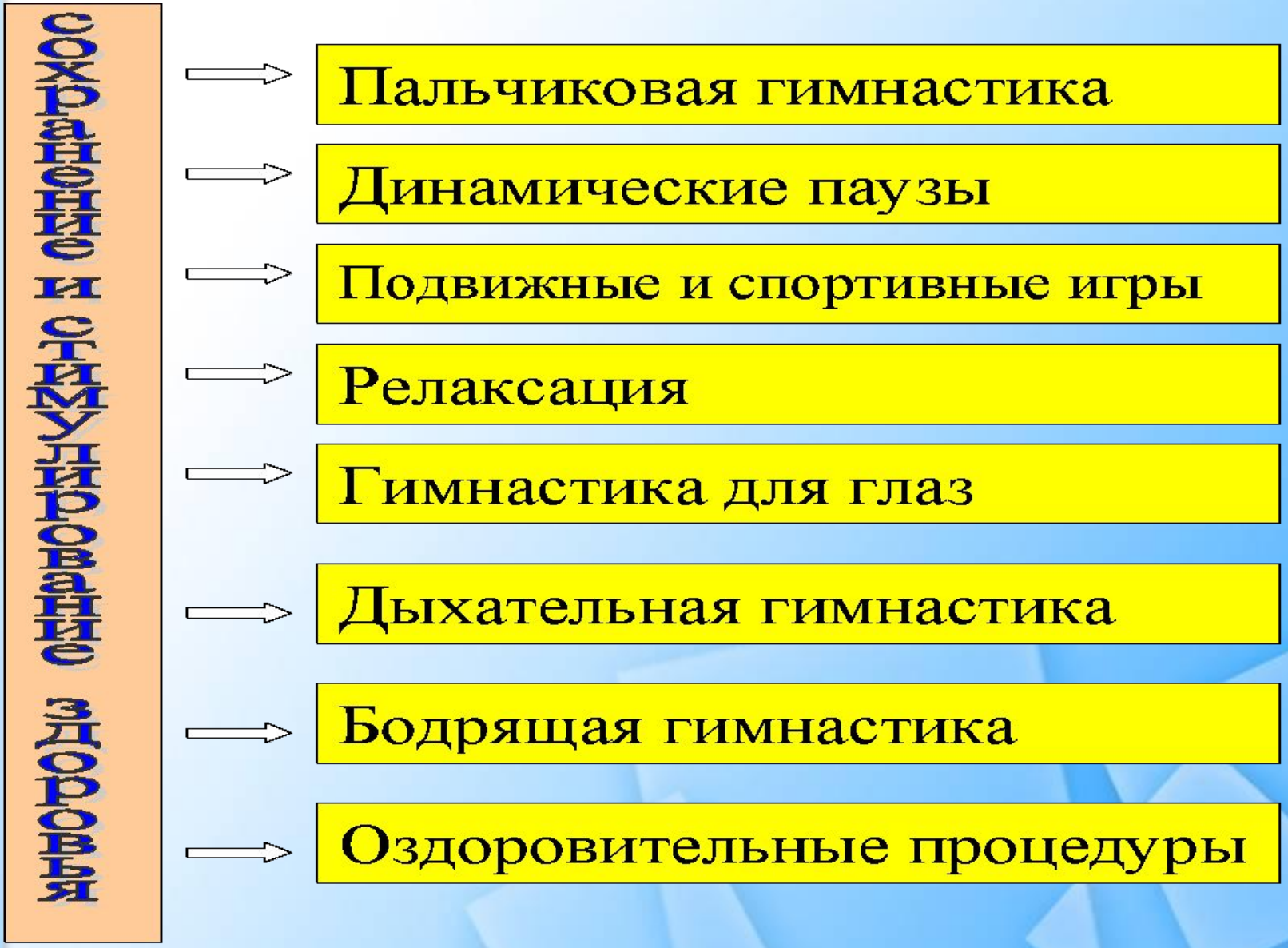
Задачи здоровьесбережения:

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

Технологии сохранения и стимулирования здоровья

№	Наименование	Сроки
1	Утренняя гимнастика	Ежедневно в течение года
2	Побудка, гимнастика после сна	Ежедневно в течение года
3	Дыхательная гимнастика	2 раза в неделю
4	Точечный массаж	В период эпидемий ОРЗ
5	Воздушные ванны	Перед сном, после сна
6	Физкультурные занятия	2 раза в неделю
7	Проветривание спальни	Перед, после сна
8	Пальчиковая гимнастика	Ежедневно
9	Кварцевание	Ежедневно
10	Витаминизация: соки, напитки, сиропы, витамины	Ежедневно
11	Профилактические прививки	Согласно журнала прививок
12	Закаливание солнцем, водой	В летний период
13	Профилактика плоскостопия	Ежедневно
14	Профилактика осанки детей	Ежедневно
15	Физкультминутки	Ежедневно
16	Подвижные игры . Прогулки	Ежедневно . С учетом температуры
17	Кислородные коктейли	2 раза в год
18	Проводить работу с родителя ми по профилактике, по проведению оздоровительных мероприятий	В течение года

Современные здоровьесберегающие технологии



Гимнастика пальчиковая

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

Подвижные и спортивные игры

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

Релаксация

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

Гимнастика для глаз

рекомендуется использовать наглядный материал (ориентиры), показ педагога.

Гимнастика дыхательная

проводится в проветриваемом помещении, педагог даёт детям инструкции об обязательной гигиене полости носа

Гимнастика бодрящая

форма проведения различна: упражнения на кроватках, возле кроватки, обширное умывание

Закаливание

Ходьба по дорожкам «здоровья», лёгкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие.

Современные здоровьесберегающие технологии

Обучение здоровому образу жизни

- Физические занятия
- Игротренинги
- Коммуникационные игры
- Ритмопластика
- Точечный самомассаж
- Игротерапия
- Привитие КГН и навыков самообслуживания
- Беседы из серии «Здоровье»

Физкультурное занятие

занятия проводятся в соответствии с программой, перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение

Точечный самомассаж

проводится строго по специальной методике, показана детям с частыми простудными заболеваниями и для профилактики ОРЗ.

Привитие культурно-гигиенических навыков

проводится в течение дня

Современные здоровьесберегающие технологии

коррекционные

- Музыкальное воздействие
- Сказкотерапия
- Арт терапия
- Эстетическая терапия
- Самомассаж
- Психогимнастика (игры, этюды)
- Логоритмика

Самомассаж

проводится под словесное сопровождение с разными предметами (массажные шарики Су Джок, пружинки Су Джок, шишки, орехи, карандаши, прищепки)

Технологии музыкального воздействия

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

Сказкотерапия

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

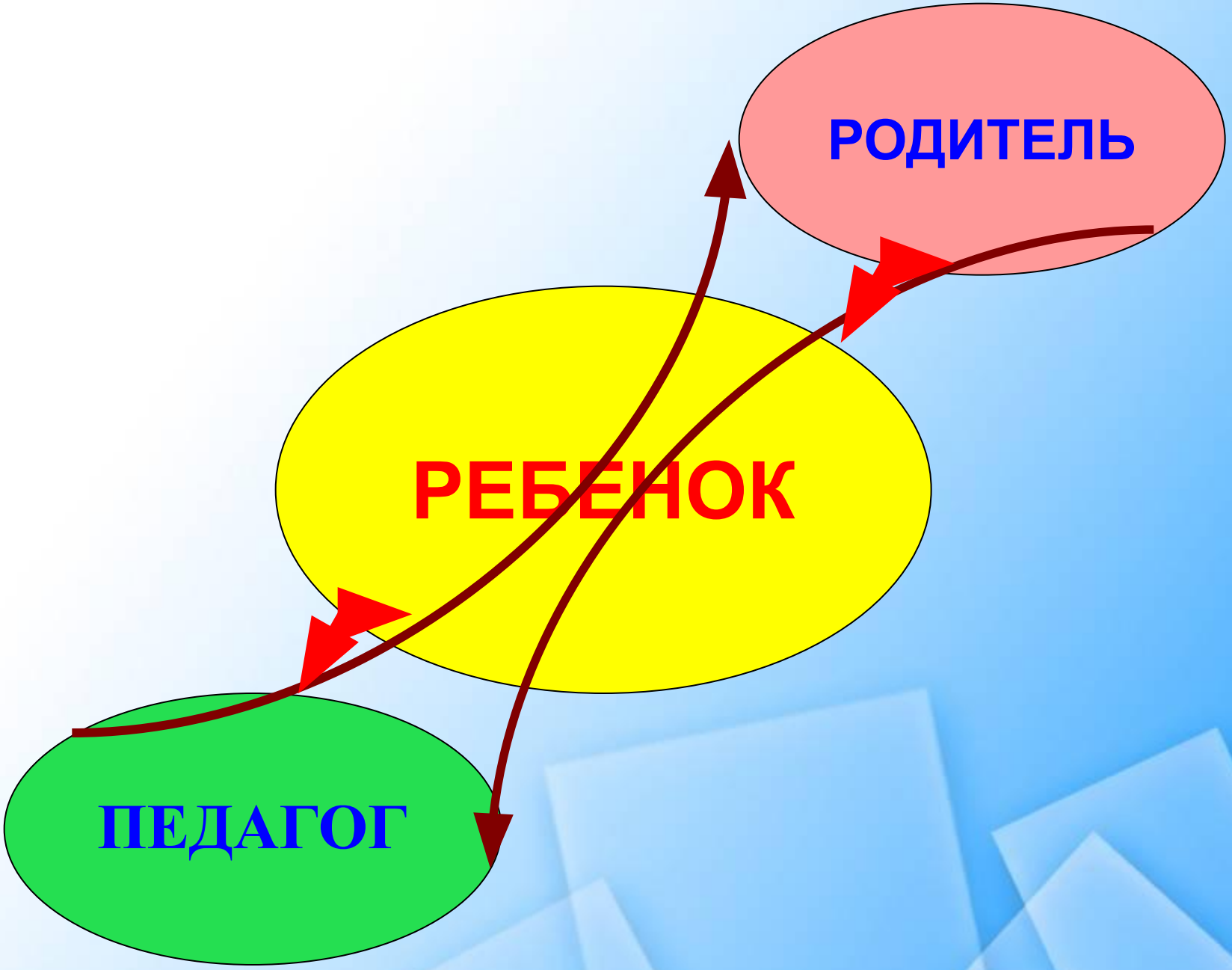
Технологии эстетической направленности

реализуется на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформление помещений к праздникам

Сотрудничество с семьей

Воспитатели – индивидуальные беседы, консультации, памятки, приглашение на прогулки, праздники, тренинги, показ открытых занятий, информационные листы.

Медсестра – семинары-практикумы по укреплению детского здоровья, обучение приемам массажа.


РОДИТЕЛЬ
РЕБЕНОК
ПЕДАГОГ

Мы стремимся к полной реализации, в жизни каждого ребенка, трех моментов:

обеспечение условий для преобладания положительных эмоциональных впечатлений;

достаточной индивидуальной умственной нагрузки ;

полное удовлетворение потребности в движении.

Применение в работе МАДОУ № 24 «Березка» здоровьесберегающих технологий, повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.