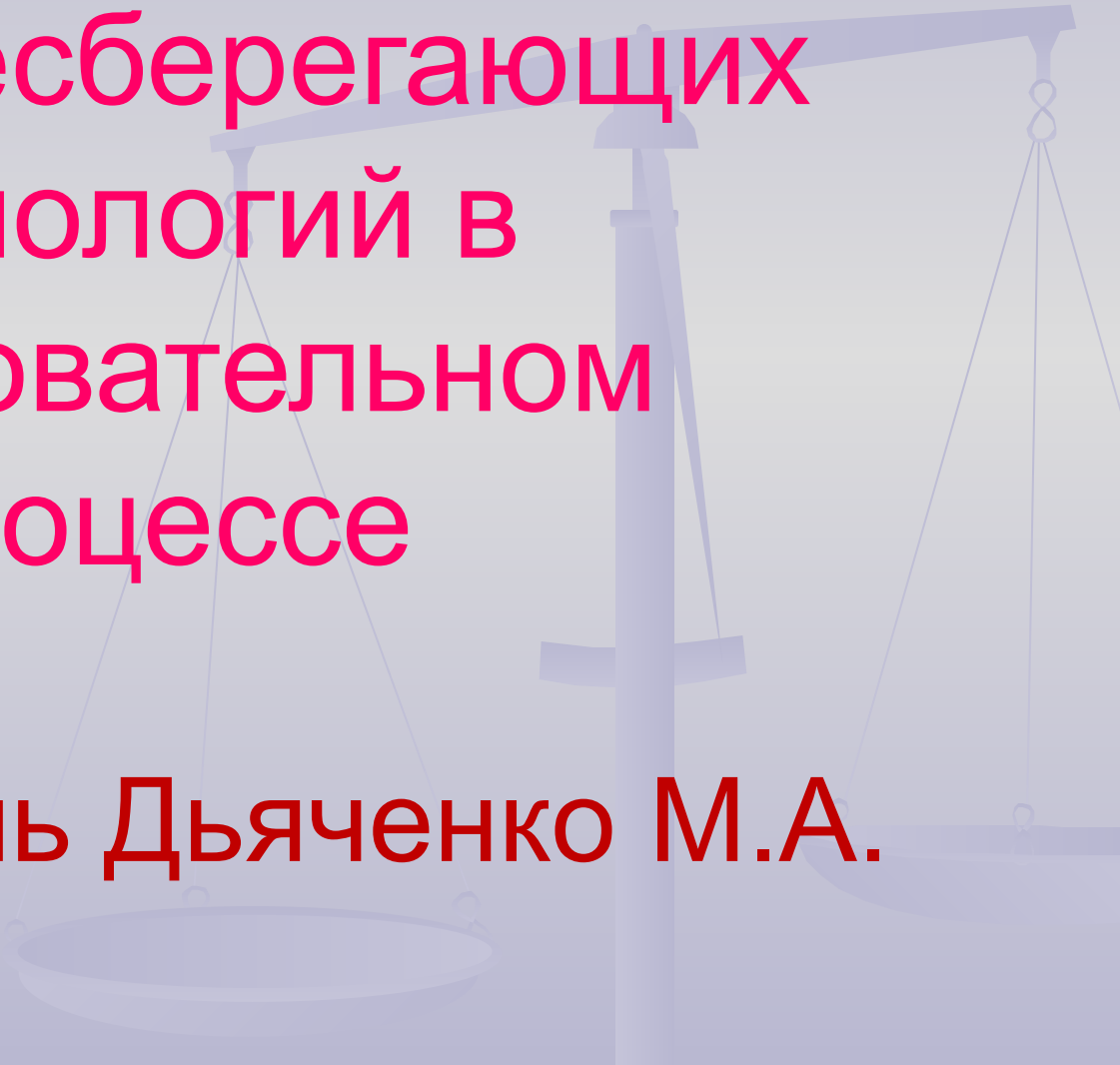




Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе

Воспитатель Дьяченко М.А.

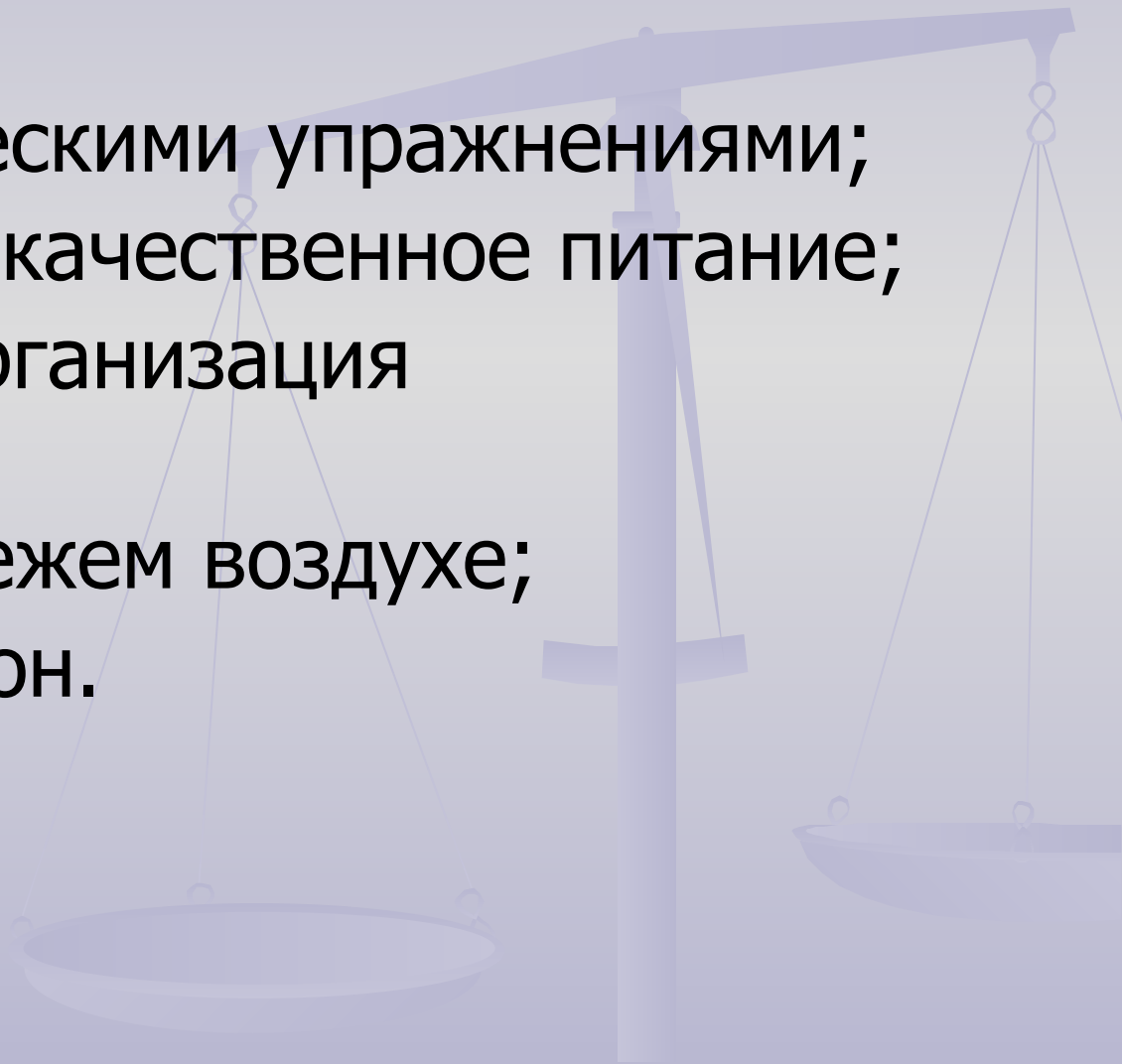
Здоровье – это самое ценное, что есть у человека. Н.А. Семашко

Здоровье – это:

- состояние полного физического, психического и социального благополучия человека.
- динамично меняющееся состояние, характеризующееся высокими адаптационными возможностями организма, оптимальным функционированием систем и органов, а также гармоничными взаимоотношениями с природной средой и социумом.

Факторы, укрепляющие здоровье ВОСПИТАННИКОВ:

- занятия физическими упражнениями;
- полноценное и качественное питание;
- оптимальная организация деятельности;
- прогулки на свежем воздухе;
- полноценный сон.



Валеологическая культура личности воспитателя



Здоровьесберегающие образовательные технологии

- системно организованная совокупность программ, приемов и методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участников;
- качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровье воспитанников;
- технологическая основа здоровьесберегающей педагогики.

Типы технологий

здоровьесберегающие

оздоровительные

технология
обучения
здоровью

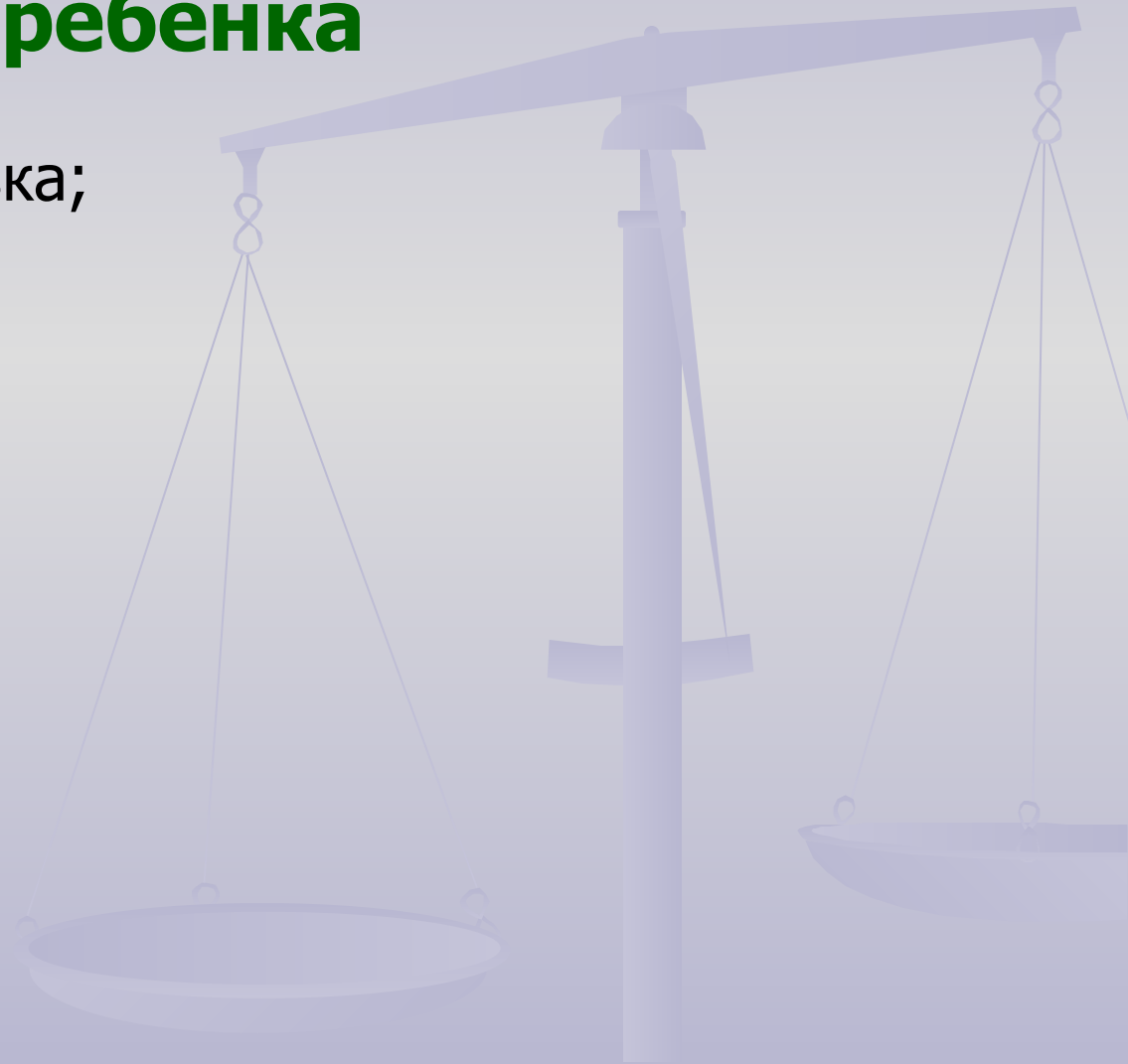
воспитание
культуры
здоровья

Здоровьесберегающие –технологии, создающие безопасные условия пребывания, обучения и работы в ДОУ, решающие задачи рациональной организации образовательного процесса, соответствия учебной и физической нагрузок возрастным возможностям ребенка

- профилактические прививки;
- витаминизация;
- обеспечение двигательной активности;
- мероприятия в период повышенной заболеваемости ОРВИ и т.д.

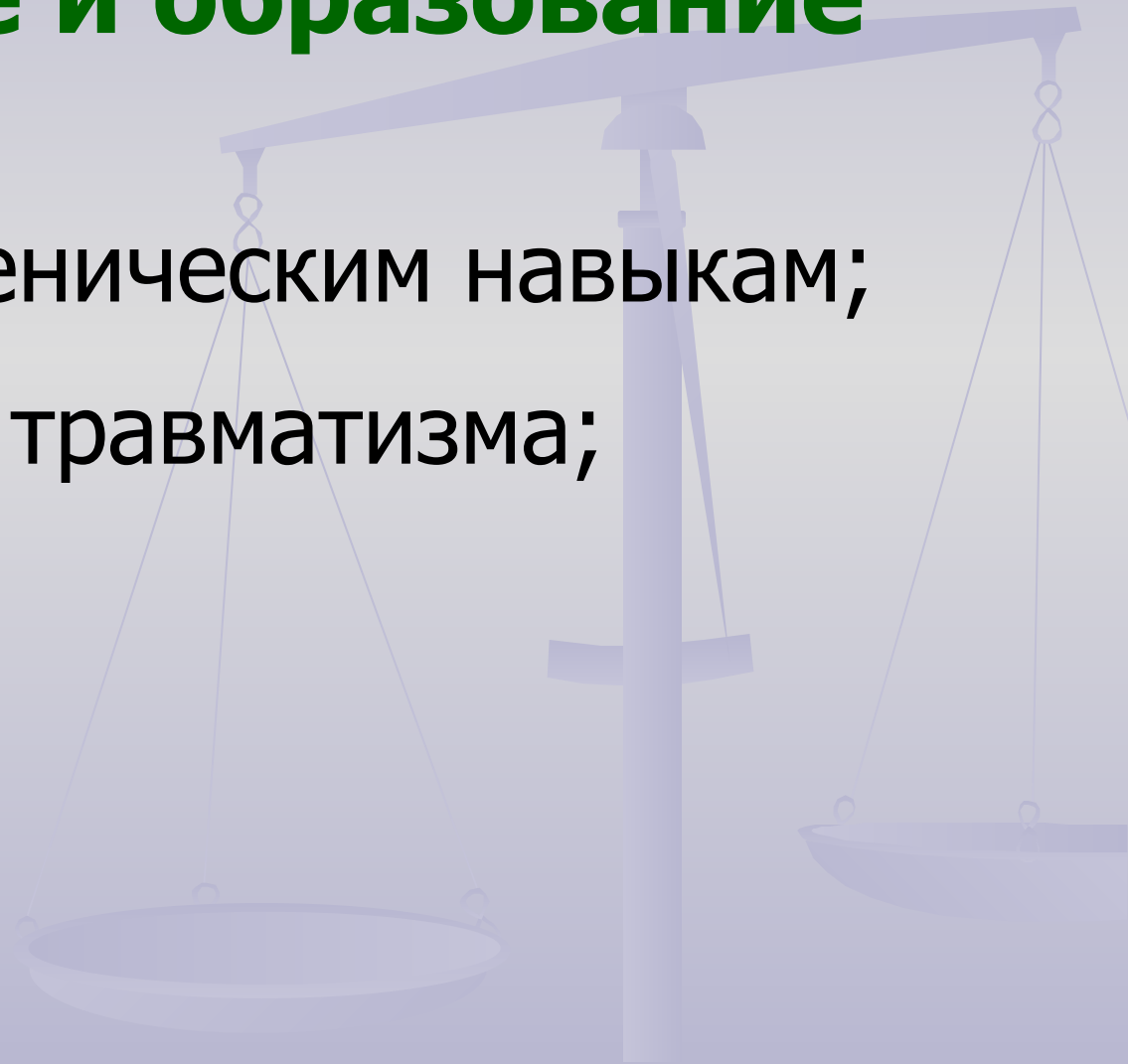
Оздоровительные – технологии, направленные на решение задач укрепления физического здоровья ребенка

- физическая подготовка;
- физиотерапия;
- закаливание;
- гимнастика;
- массаж.

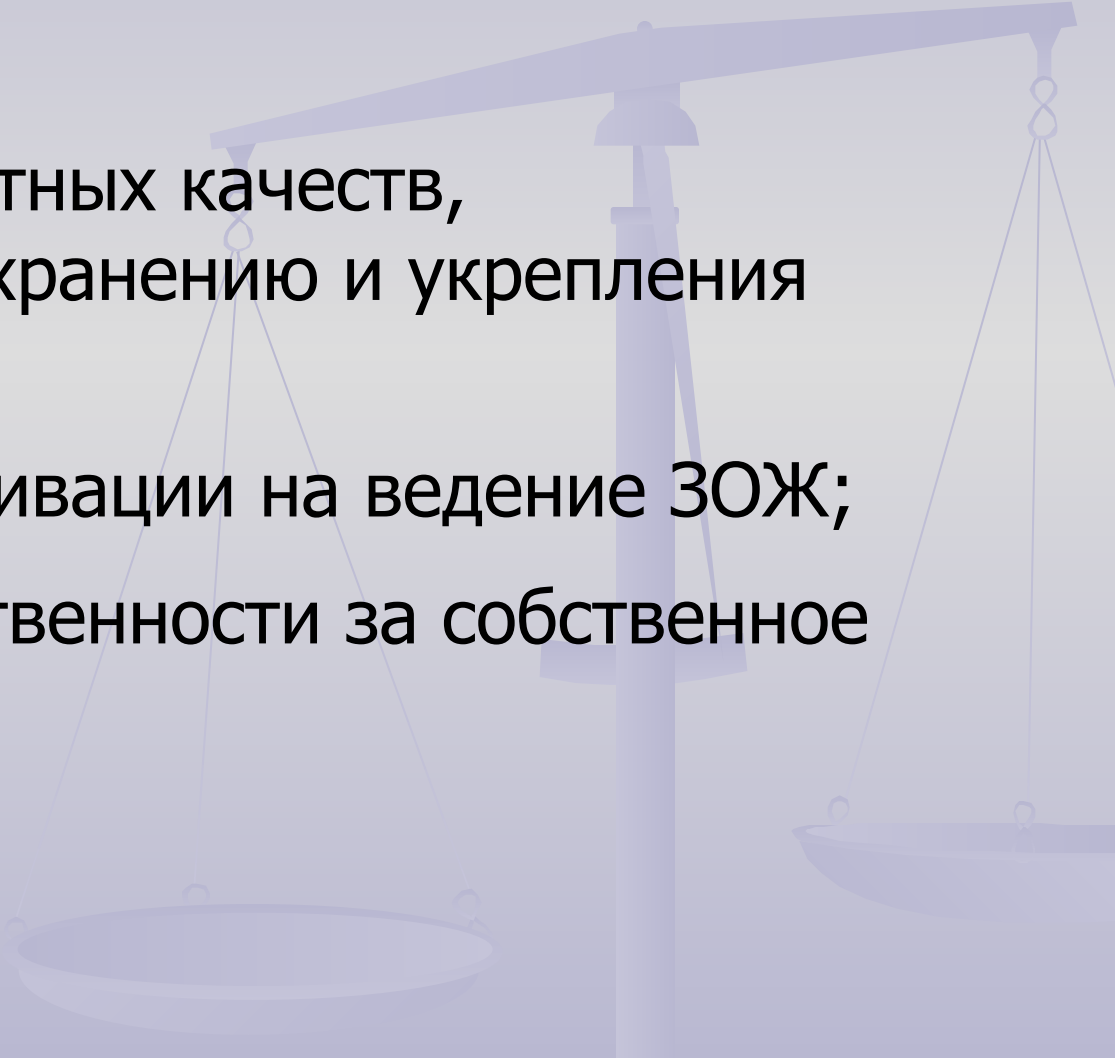


Технологии обучения здоровью – гигиеническое обучение и образование

- обучение гигиеническим навыкам;
- профилактика травматизма;



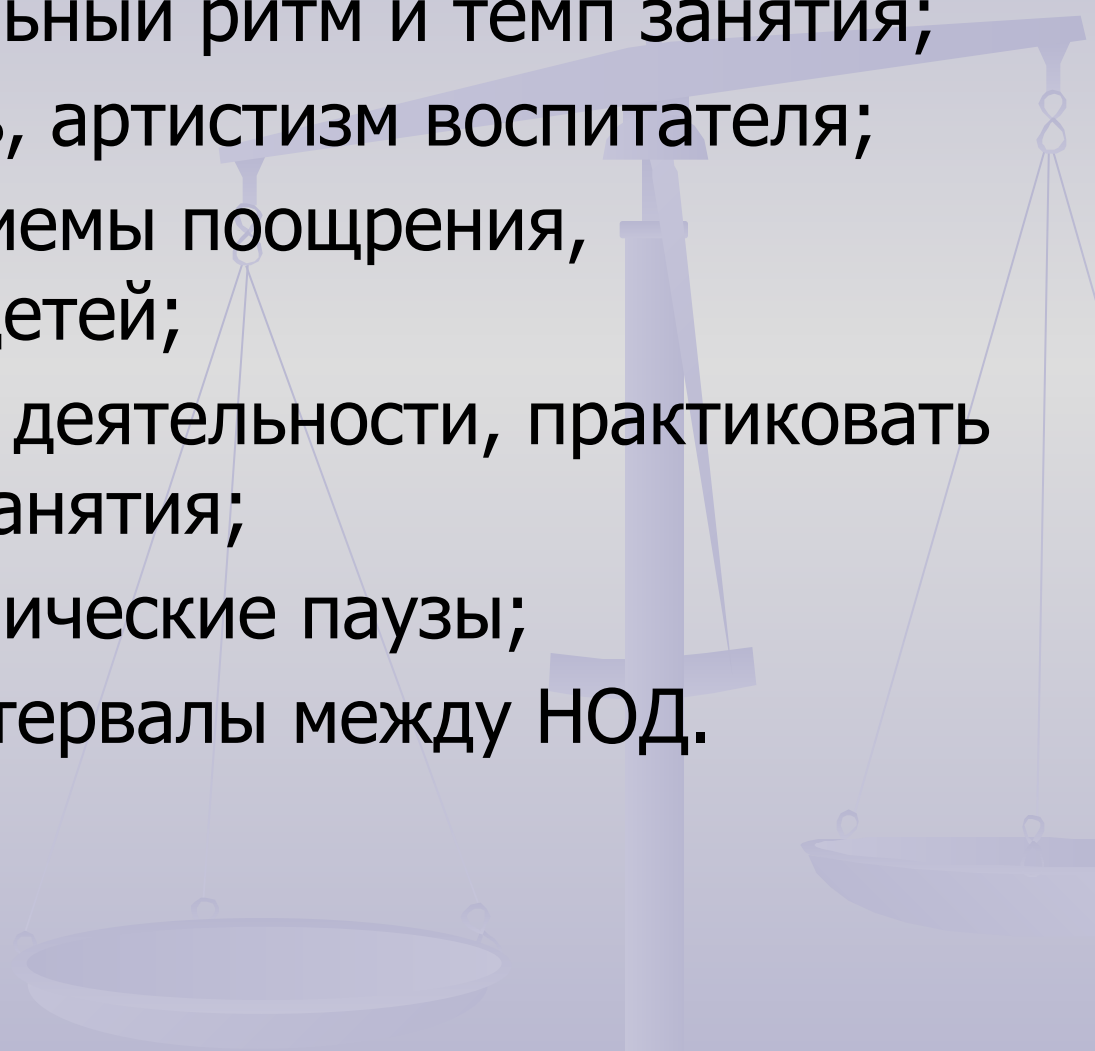
Воспитание культуры здоровья

- воспитание личностных качеств, способствующих сохранению и укрепления здоровья;
 - формирование мотивации на ведение ЗОЖ;
 - воспитание ответственности за собственное здоровье.
- 
- A faint, light purple illustration of a balance scale is visible in the background. The scale is tilted, with the right pan being higher than the left pan. The pans are empty, and the central pillar is visible. The lines of the scale are thin and delicate.

Оценка степени утомления в НОД

Объекты наблюдения	Незначительная	Значительная	высокая
Внимание	Редкие отвлечения	Рассеянное, частые отвлечения	Ослабленное, реакция на новые словесные указания отсутствуют
Поза	Непостоянная, потягивание ног и выпрямление туловища	Частая смена поворота головы, облакачивание, поддерживание головы руками	Стремление положить голову на стол, вытянуться, отклонившись на спинку стула
Движения	Точные	Неуверенные, замедленные	Суетливые движения рук и пальцев
Интерес	Живой интерес, задавание вопросов	Слабый интерес, отсутствие вопросов	Полное отсутствие интереса

Профилактика переутомления дошкольников в НОД

- выбрать оптимальный ритм и темп занятия;
 - эмоциональность, артистизм воспитателя;
 - использовать приемы поощрения, подбадривания детей;
 - проводить смену деятельности, практиковать нестандартные занятия;
 - проводить динамические паузы;
 - не сокращать интервалы между НОД.
- 

Факторы, влияющие на здоровье воспитанников

