

Организации оздоровительной деятельности в ДОУ



**Воспитатель: Горбатова Е.Б.
Подготовительная группа №6**

**Согласно определению
Всемирной организации
здравоохранения (ВОЗ),
ЗДОРОВЬЕ – это состояние
полного физического,
психического и социального
благополучия, а не только
отсутствие болезней или
физических дефектов.**

Группы здоровья:

1. Здоровые, с нормальным развитием и нормальным уровнем функций;
2. Здоровые, но имеющие функциональные и некоторые морфологические отклонения, а также сниженную сопротивляемость к острым и хроническим заболеваниям;
3. Дети, больные хроническими заболеваниями в состоянии **компенсации**, с сохраненными функциональными возможностями организма;
4. Дети, больные хроническими заболеваниями в состоянии **субкомпенсации**, со сниженными функциональными возможностями;
5. Дети, больные хроническими заболеваниями в состоянии **декомпенсации**, со значительно сниженными функциональными возможностями;

Факторы, влияющие на здоровье

1. **Наследственность (биологические факторы) определяют здоровье на 20%.**
2. **Условия внешней среды (природные и социальные) на 20%.**
3. **Деятельность системы здравоохранения – на 10%.**
4. **Образ жизни человека – на 50%.**

Здоровьесберегающие технологии

Можно рассматривать как качественную характеристику любой образовательной технологии, ее **«сертификат безопасности для здоровья»**, и как совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения.

Здоровьесберегающие технологии

Система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.



Основные условия природосообразного, здоровьесберегающего образования:

1. Удовлетворение базовых потребностей ребенка. В этом случае он наиболее полно развивает свои способности, познает собственную уникальность; в процессе самоактуализации у него непроизвольно формируются основные компоненты здоровья.



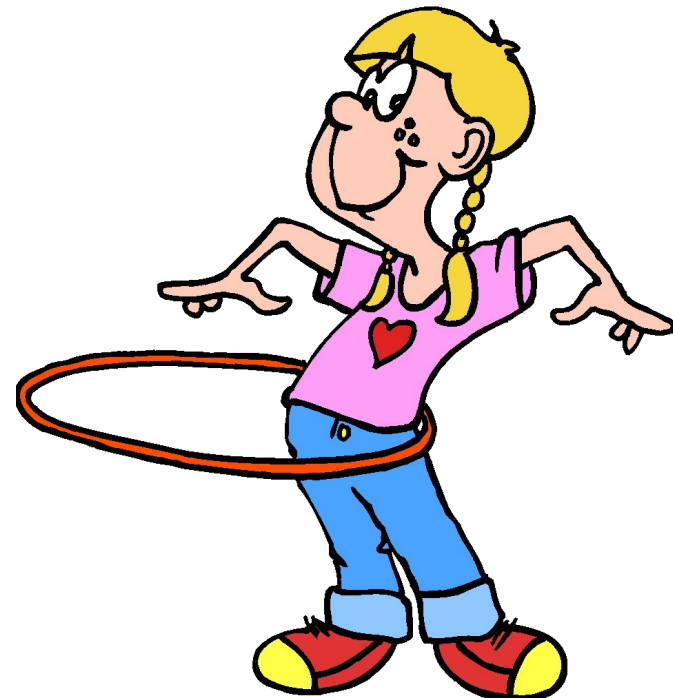
2. Создание экологически чистого (адапционного, реабилитационного, образовательного) пространства для каждого ребенка. Только в этих условиях ДОО сможет раскрыть индивидуальность каждого воспитанника. Задачей педагога становится не формирование личности с заданными свойствами, а **помощь ребенку в познании и сотворении себя**, обучение и воспитание детей сообразно природе каждого, приспособление содержания, технологий и условий воспитания и обучения к ребенку, а не наоборот.

3. Воспитание у детей потребности в здоровье, формирование у них элементарных представлений о здоровом образе жизни и выработка индивидуального способа валеологически обоснованного поведения.



Технологии сохранения и стимулирования здоровья

- Стретчинг
- Фитбол
- Ритмопластика
- Музыкально-ритмическая гимнастика
- Динамические паузы
- Подвижные и спортивные игры
- Оздоровительный бег
- Релаксация
- Технологии эстетической направленности
- Гимнастика пальчиковая
- Гимнастика для глаз
- Гимнастика дыхательная
- Гимнастика бодрящая
- Гимнастика корригирующая
- Гимнастика ортопедическая



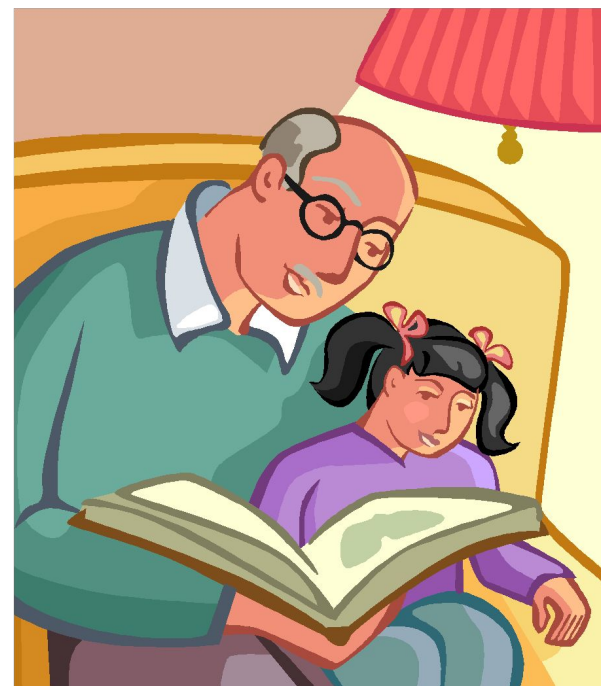
Технологии обучения здоровому образу жизни

- Физкультурное занятие
- Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)
- Коммуникативные игры
- Занятия из серии «Здоровье»
- Самомассаж
- Точечный массаж
- Биологическая обратная связь (БОС)



Коррекционные технологии

- Арттерапия
- Технологии музыкального воздействия
- Сказкотерапия
- Технологии воздействия цветом
- Технологии коррекции поведения
- Психогимнастика
- Фонетическая ритмика
- Куклотерапия
- Анималотерапия
- Психотерапевтические прогулки
- Аутогенная тренировка



Здоровьесберегающая среда

комплекс

**социально-гигиенических,
психолого-педагогических,**

морально-этических,

экологических,

физкультурно-оздоровительных,

образовательных системных мер,

**обеспечивающих ребенку психическое и
физическое благополучие, комфортную
моральную и бытовую среду в семье и ДОУ.**

основные характеристики здоровьесберегающей среды

- **морально-психологический климат;**
- **экология и гигиена;**
- **современный дизайн;**
- **рациональный режим жизни, труда и отдыха;**
- **современные образовательные программы, методики и технологии.**