

СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДОУ

**Работу выполнила:
Абзалова Лилия Мансуровна
Воспитатель
МАДОУ «Детский сад № 400»
Авиастроительный район, г.Казань**

*«Я не боюсь ещё и ещё раз повторять:
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

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании - технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования-задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

**Технологии сохранения и
стимулирования
здоровья**

стретчинг

ритмопластика

**динамические
паузы**

**подвижные и
спортивные игры**

релаксация

**гимнастика
пальчиковая**

**гимнастика для
глаз**

**гимнастика
дыхательная**

**гимнастика
корректирующая**

**гимнастика
ортопедическая**

Технологии обучения здоровому образу жизни

Физкультурное занятие

Проблемно-игровые
(игротренинги и игротерапия)

Коммуникативные игры

Занятия из серии «Здоровье»

Точечного самомассажа

Коррекционные технологии

Технологии музыкального воздействия

Сказкотерапия

Технологии воздействия цветом

Закаливание

Фитобар, витаминные чаи

Формы организации здоровьесберегающей работы

физкультурные занятия

самостоятельная деятельность детей

подвижные игры

утренняя гимнастика (традиционная,
дыхательная, звуковая)

двигательно-оздоровительные
физкультминутки

физические упражнения после дневного сна

физические упражнения в сочетании с
закаливающими процедурами

физкультурные досуги

оздоровительные процедуры в водной среде

Существующие здоровьесберегающие образовательные технологии можно выделить в три подгруппы:

- ✓ Организационно-педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующие предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;
- ✓ Психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми;
- ✓ Учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья.

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании

- ✓ *Применительно к ребенку* – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.
- ✓ *Применительно к взрослым* – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОО и валеологическому просвещению родителей

Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании

медико-
профилакти-
ческие

физкультурно
-
оздоровитель-
ные

технологии
обеспечения
социально-
психологичес-
кого
благополучия
ребенка

Здоровьесбе-
режения и
здоровье-
обогащения
педагогов
дошкольного
образования

Валеологи-
ческого
просвещения
родителей;
здоровьесбе-
регающие
образователь-
ные
технологии в
детском саду

- ✓ ***Медико-профилактические технологии в дошкольном образовании :***
организация мониторинга здоровья дошкольников; организация и контроль питания детей, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.
- ✓ ***Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании:***
развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников.
- ✓ ***Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду :***
технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка, технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов.
- ✓ ***Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка –***
технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка-дошкольника.
- ✓ ***Технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов –***
технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.
- ✓ ***Технологии валеологического просвещения родителей –*** задача данных технологий-обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОУ.



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.



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. В детском саду мы используем лишь элементы спортивных игр.



Релаксация — в любом подходящем помещении, в зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп. Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы.



Гимнастика пальчиковая – с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется 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. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.



Динамическая гимнастика

— ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.

Гимнастика дыхательная

— в различных формах физкультурно-оздоровительной работы.

Гимнастика

ортопедическая — в различных формах физкультурно-оздоровительной работы.



Использование степ-платформы — способствуют формированию осанки, костно-мышечного корсета, развитию координации движения, укреплению и развитию сердечно-сосудистой и дыхательной систем, формированию ритмичности движений. «Степ» (от англ. Step — шаг, легкий стук или удар) — направление в эстрадном танце, ставящее во главу ритмический рисунок звуков, возникающий от удара стопы об пол.

Основная задача детского сада - подготовить ребенка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определенные привычки. Но может ли каждый профессионально подготовленный педагог, просто взрослый ответственный человек бесстрастно относиться к неблагоприятному состоянию здоровья своих воспитанников, его прогрессирующему ухудшению? Одним из ответов на этот вопрос и стала востребованность педагогами образовательного учреждения здоровьесберегающих образовательных технологий.



Спасибо за внимание!

