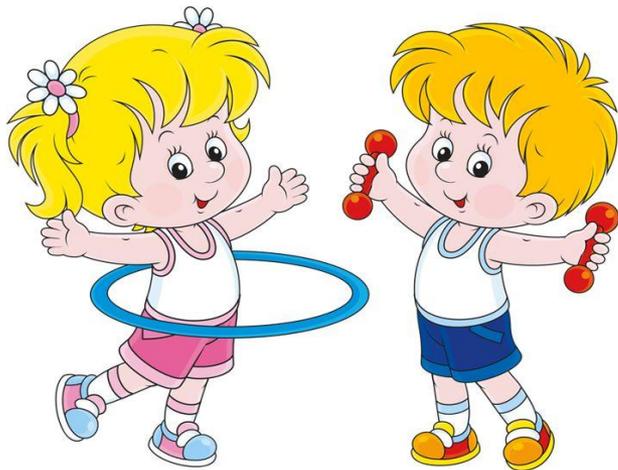
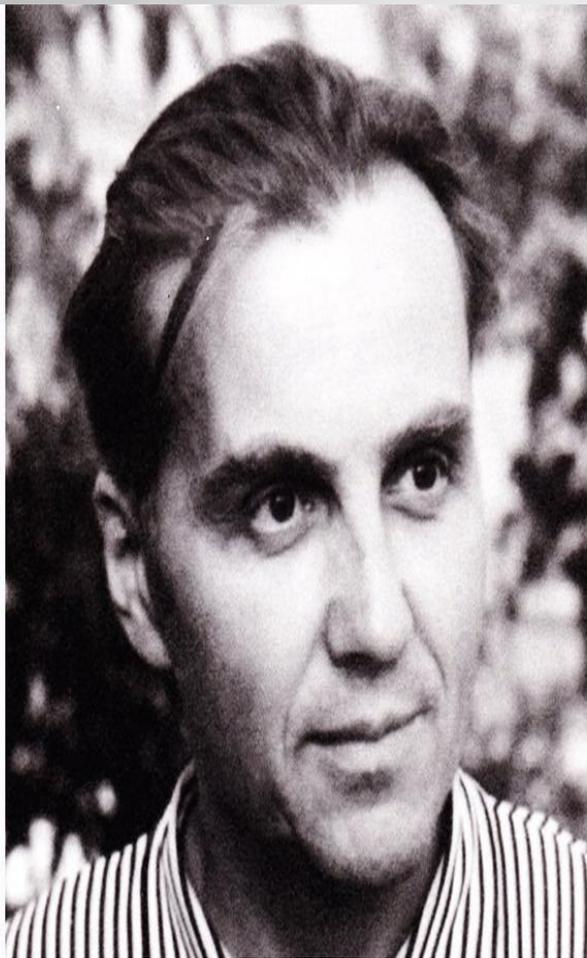


# Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе ДОУ



Подготовила:  
Старший воспитатель  
ГБДОУ д/с №86  
Морозова Мария Петровна

**Сухомлинский Василий  
Александрович -  
советский педагог**



«Забота о здоровье – это  
важнейший труд  
воспитателя. От  
жизнерадостности,  
бодрости детей зависит  
их духовная жизнь,  
мировоззрение,  
умственное развитие,  
прочность знаний, вера  
в СВОИ СИЛЫ»

## Задачи ФГОС дошкольного образования:

- 1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- 3) обеспечения преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее - преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);
- 4) создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

- 5) объединения обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- 6) формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- 7) обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учётом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- 8) формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- 9) обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

# Что же такое здоровье?

В уставе Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.



# Принципы здоровьесберегающих технологий:

- принцип «Не навреди!»;
- принцип сознательности и активности;
- непрерывности здоровьесберегающего процесса;
- систематичности и последовательности;
- принцип доступности и индивидуальности;
- всестороннего и гармонического развития личности;
- системного чередования нагрузок и отдыха;
- постепенного наращивания оздоровительных воздействий;
- возрастной адекватности здоровьесберегающего процесса и др.

## **Виды здоровьесберегающих технологий:**

- медико-профилактические;**
- физкультурно-оздоровительные;**
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;**
- технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов;**
- валеологического просвещения родителей;**
- здоровьесберегающие образовательные технологии в ДОУ;**

# Медико – профилактические здоровьесберегающие технологии

## Медико-профилактические технологии

Технологии обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДООУ в соответствии с медицинскими правилами и нормами



# Физкультурно-оздоровительные здоровьесберегающие технологии

## Компоненты физкультурно-оздоровительных технологий

- Физкультурные занятия
- Утренняя гимнастика
- Спортивные праздники, развлечения
- День здоровья
- Подвижная игра
- Физкультминутки
- Дыхательная гимнастика
- Самомассаж, точечный массаж
- Артикуляционная гимнастика
- Гимнастика для глаз

# Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка

## Компоненты технологии социально-психологического благополучия ребенка

- Специально организованные встречи, игровые тренинги с детьми;
- Изография
- Психогимнастика
- Релаксация
- Сказкотерапия
- Музыкаотерапия



# **ТЕХНОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ И ЗДОРОВЬЕОБОГАЩЕНИЯ ПЕДАГОГОВ:**

- развитие культуры здоровья;**
- сохранение профессионального здоровья;**
- формирование потребности здорового образа жизни.**



*Валеологическое просвещение родителей*  
это процесс направленный на ознакомление  
родителей, сохранение и укрепление знаний о  
здоровье детей.

*Реализуется через:*

- Родительские собрания
- Консультации
- Круглые столы по вопросам
- Беседы
- Нетрадиционные формы работы с родителями
- Спортивные праздники
- Личный пример педагога
- Папки-передвижки

# Современные здоровьесберегающие технологии в ДОУ

## Технологии сохранения и стимулирования

Ритмопластика

Стретчинг

Динамические паузы

Подвижные и спортивные игры

Релаксация

Пальчиковая гимнастика

Гимнастика для глаз

Дыхательная гимнастика

Бодрящая гимнастика

Корригирующая гимнастика

Ортопедическая гимнастика

## Технологии обучения ЗОЖ

НОД по физ. культуре

Игротренинги, игротерапия

Коммуникативные игры

Совместная деятельность в уголке валеологии

Самомассаж

Утренняя гимнастика

Физкультурные праздники и досуги

## Коррекционные технологии

Арттерапия

Технологии музыкального воздействия

Сказкотерапия

Психогимнастика

Технологии воздействия цветом

Фонетическая ритмика

Логоритмика



**Для реализации здоровьесберегающих технологий в ДОУ должны быть созданы следующие условия:**

- **Спортивные площадки, тренажерный уголок и спортивный зал, которые оснащены стандартным и нестандартным оборудованием, необходимым для комплексного развития ребенка.**



- В каждой возрастной группе необходимо оборудовать уголки двигательной активности, которые должны быть оснащены согласно возрасту.



- Для каждой возрастной группы должен быть составлен режим двигательной активности, разработана система закаливания с учетом сезона и возраста.



- **В каждый вид деятельности обязательно включить упражнения, игры, которые направлены на укрепление и здоровьесбережение детей.**



- **Необходимо осуществлять профилактику простудных заболеваний:**
  - Закаливающие процедуры;
  - Гимнастика после дневного сна;
  - Босохождение;
  - Воздушные ванны;
  - Корригирующие упражнения;
  - Профилактика плоскостопия и нарушения осанки;
  - Упражнения на свежем воздухе;



## **В работе ДОУ стремится:**

- **Улучшать показатели физического развития и эмоционального состояния детей на основе комплексного и системного использования доступных для ДОУ средств**
- **Усовершенствовать навыки самостоятельности и стремление детей вести здоровый образ жизни**
- **Осуществлять конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении их здоровья**

**Органичное сочетание всех  
здоровьесберегающих  
технологий в ДОУ  
способствует сохранению и  
укреплению здоровья детей.**