

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида № 104 «Соловушка» городского округа Тольятти

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ ПРИМЕНЯЕМЫЕ В ДОУ



Составила проект:
инструктор по физической культуре
Овчинникова П.Ю.

*«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

Задача ФГОС

- 1.6.п.1. Охрана и укрепление физического и психического здоровья, в том числе их эмоциональное благополучие

Эта задача максимально решается в процессе организации деятельности по физическому развитию детей в соответствии с ФГОС.

- Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:
- Двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук. А также с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др).

Целевые ориентиры по ФГОС

- Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования выделяют такое качество как, у ребенка развита крупная и мелкая моторика, он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155.

Что такое здоровьесберегающие технологии?

- **Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании – это технологии, направленные на решение задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья.**

Ахутина Т.В

«Здоровьесберегающие технологии»,
по определению Н.К. Смирнова-

это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у детей культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании

- **обеспечение высокого уровня здоровья воспитаннику детского сада;**
- **воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека;**
- **обеспечение знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его;**
- **воспитание валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения;**
- **обеспечение знаниями необходимых при оказании элементарной медицинской помощи.**

Задачи

технологии здоровьесбережения

- 1. Сохранение и укрепление здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания, оптимизации двигательной деятельности на свежем воздухе.**
- 2. Обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни.**
- 3. Конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении их здоровья, развитии творческого потенциала.**

Формы

здоровьесберегающих технологий используемые в ДОУ:

Медико-профилактическая технологии

Медико-профилактическая деятельность обеспечивает сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами с использованием медицинских средств.

Задачи :

- организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- организация и контроль питания детей, физического развития, закаливания;
- организация профилактических мероприятий;
- - организация контроля и помощи в обеспечении требований санитарно-эпидемиологических нормативов – СанПиНов
- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

Физкультурно-оздоровительная технология

направлена на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка.

- развитие физических качеств;
- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников,
- формирование правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;
- воспитание привычки повседневной физической активности;
- оздоровление средствами закаливания.

Физкультурно-оздоровительная деятельность осуществляется инструктором по физической культуре на занятиях по физическому воспитанию, а также педагогами - в виде различных гимнастик, физкультминуток, динамических пауз .

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;

Задачи:

- обеспечение эмоционального комфорта и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду, семье;
- обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника, т.к. эмоциональный настрой, психическое благополучие, бодрое настроение детей является важным для их здоровья.

Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов

Педагог, стоящий на страже здоровья ребенка, воспитывающий культуру здоровья ребенка и родителей прежде всего сам должен быть здоров, иметь валеологические знания, не переутомлен работой, должен уметь объективно оценивать свои достоинства и недостатки, связанные с профессиональной деятельностью.



Технологии валеологического просвещения родителей.

- Главными воспитателями ребенка являются родители. От того, как правильно организован режим дня ребенка, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка, зависит его настроение, состояние физического комфорта.

ВИДЫ ЗДОРОВОСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Технология сохранения и стимулирования здоровья

Динамические паузы

Гимнастика для глаз

Дыхательная гимнастика

Артикуляционная гимнастика

Пальчиковая гимнастика

Физкультминутки

Гимнастика корригирующая

(профилактика плоскостопия,
формирование правильной осанки)

ВИДЫ ЗДОРОВОСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Технология сохранения и стимулирования здоровья
здоровья

Подвижные игры

Игры - эстафеты

Игры с использованием тренажеров

Спортивные игры

Закаливание (соблюдение температурного режима, режима прогулок)

Гимнастика после сна

Релаксация
(проводится под спокойную музыку)

Гимнастика корригирующая
(профилактика плоскостопия,
формирование правильной осанки)

ВИДЫ ЗДОРОВОСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Технология обучения здоровому образу жизни.

Утренняя гимнастика

Физкультурные занятия

Самомассаж (растирание ладоней
и поглаживание рук)

Физкультурные досуги

Спортивные праздники
и развлечения

Совместные мероприятия
с родителями

Дни здоровья



Коррекционные технологии

Психогимнастика

Сказкотерапия

Технология воздействия цветом

Красный	Мощь, энергия, любовь, страсть, агрессия, опасность
Синий	Доверие, консерватизм, защищенность, чистота, печаль, порядок
Зеленый	Природа, земля, здоровье, ревность, обновление
Оранжевый	Веселье, счастье
Желтый	Оптимизм, надежда, философское отношение к жизни, трусость
Фиолетовый	Величие, тайна, религия
Коричневый	Надежность, комфорт, выносливость, земля
Серый	Интеллект, футуризм, скромность, грусть, упадок, элегантность
Черный	Сила, утонченность, тайна.
Белый	Чистота, непорочность, точность, невинность.

Эффективность здоровьесберегающих технологий обеспечиваются принципами:

- Системность;
- последовательность всестороннего и гармоничного развития личности;
- принцип сознательности;
- активности ;
- непрерывности здоровьесберегающего процесса;
- учет доступности индивидуальных и возрастных особенностей ребенка.

ЛИТЕРАТУРА

- 1. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребёнка// Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. – М.:АРКТИ, 1999.
- 2. Лазарева Н.Н.Комплексный подход в организации здорового образа жизни ребенка, Т. – 2001г.
- 3. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет. – М.,2006.
- 4. Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду. – М.: Мозаика – Синтез, 2002.
- 5. Каралашвили Е.А. Физкультурная минутка/ Динамические упражнения для детей 6-10 лет. – М.,2002.
- 6. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С.21 – 28.
- 7.Тихомирова Л.Ф.Уроки здоровья для детей 5-8 лет, М.2003г.

Спасибо за внимание!

