



ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ – ПУТЬ ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

«Создание условий есть основа воспитания»

Л.С. Выготский

*Воспитатель по физической культуре
Сычёва Н.М.*



ДЕТСКИЙ САД – ЭТО:

учреждение, среда которого способствует не только сохранению и укреплению здоровья детей, поддержанию оптимального уровня работоспособности всех субъектов образовательного процесса , но и положительно влияет на самоактуализацию, самоактивизацию и самореализацию личностного потенциала каждого ребенка

«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.»

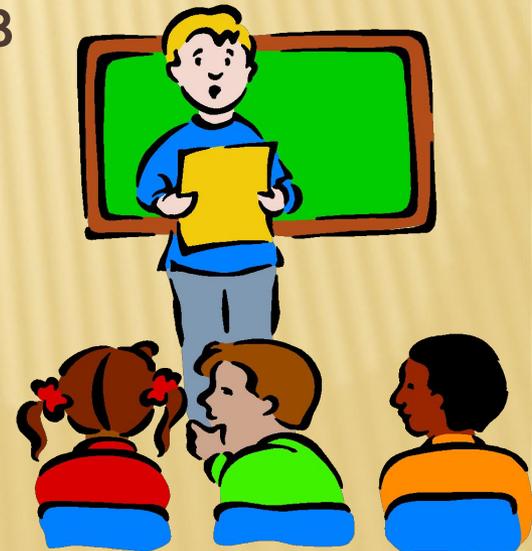
В.А. Деркунская

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС В ДОУ -

- Процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьобогащения, направленный на обеспечение физического, психического, социального благополучия ребенка.
- **ТЕХНОЛОГИЯ** – это инструмент профессиональной деятельности педагога

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ (ЗОТ)

- Системно организационная совокупность **программ, приемов, методов** организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участников



ЦЕЛИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОУ:

1. Создать условия для формирования, сохранения и укрепления здоровья, как важнейшего фактора развития личности.
2. Предоставить каждому субъекту ОП возможность личностного развития без потери здоровья
3. Сформировать у всех участников образовательного процесса культуру здоровья

ЗАДАЧИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОУ

1. Обеспечить безопасную и здоровую среду в образовательном учреждении
2. Осуществлять медико-психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса и всех его участников
3. Обеспечить взаимодействие всех участников образовательного процесса в вопросах здоровьесбережения.

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ РАБОТЫ В ОУ

- Создание экологически комфортной образовательной среды;
- Санитарно-гигиенические
- Учебно-методические
- Формирование ЗОЖ и развитие культуры здоровья
- Работа с родителями

ОСНОВНАЯ ЗАДАЧА ДОУ-

- **Сохранение и укрепление здоровья** детей, которое базируется на осознанном отношении ребенка к своему здоровью, и которое должно стать системообразующим фактором модернизации физкультурно-оздоровительной деятельности.



СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ В ДОУ ОПРЕДЕЛЯЕТСЯ РЯДОМ УСЛОВИЙ:

- **Реализация здоровьесберегающих педагогических технологий** по всем разделам образовательной работы
- **Использование современных прогрессивных методов и приемов обучения**, способствующих сокращению количества и длительности образовательных занятий
- **Индивидуальный подход к ребенку** сообразно его уровню развития, биологическому и психологическому возрасту

- **Соблюдение рационального режима дня,** обеспечивающего смену разнообразной деятельности и отдыха
- **Создание условий** для удовлетворения биологической потребности детей в движении
- **Наличие в дошкольном учреждении специалистов высокой квалификации по физической культуре, обучению плаванию и др.**
- **Реализация системы мероприятий по оздоровлению ослабленных детей**
- **Реализация различных форм систематической работы с родителями и формирование у детей навыков ЗОЖ**

ЗДОРОВЫЙ РЕБЁНОК – ЭТО



**Жизнерадостный,
активный,
любопытный,
устойчивый к
неблагоприятным
факторам внешней
среды, выносливый
и сильный, с
высоким уровнем
физического и
умственного
развития.**

Признаки духовного здоровья

- ☐ Позитивный взгляд на жизнь
- ☐ Способность к концентрации
- ☐ Высокий уровень социальной активности
- ☐ Внимательность и собранность

Критерии физического здоровья

- ☐ Состояние иммунной системы
- ☐ Состояние опорно-двигательного аппарата
- ☐ Состояние нервной системы
- ☐ Состояние пищеварительной системы

Критерии психического здоровья

- ☐ Способность адекватного восприятия окружающей среды и осознанного совершения поступков
- ☐ Чувство ответственности, способность самоуправления поведением

Критерии социального здоровья

- ☐ Общественный интерес
- ☐ Самоконтроль
- ☐ Гибкость
- ☐ Культура поведения

работа с
иностранной
профессией
-онн
корреспондент
и языковая
творчество
-онн
развитие

Сохранение и
укрепление
психического здоровья
ребенка

**Растим
здорового
ребенка**

Использование
различных моделей и
технологий для
развития здорового
ребенка дошкольника

технологий
х
бережущих
здоровья
анализ
использов
с
педагогов
е здоровья
сохранения

ВИДЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

- медико-профилактические (повышение резистентности организма, витаминизация, закаливание, нормализация сна и питания);
- физкультурно-оздоровительные (различные виды гимнастики, массаж и самомассаж, занятия физической культурой, подвижные игры и др.);
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;
- здоровьесберегающие образовательные технологии

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДОВ-

Технологии сохранения и стимулирования здоровья

- ❖ Гимнастика пробуждения
- ❖ Динамические паузы (физкультминутки, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз)
- ❖ Подвижные и спортивные игры
- ❖ Пальчиковая гимнастика
- ❖ Дорожки (тропинки) здоровья
- ❖ Кинезотерапия (гимнастика мозга)

Технологии обучения здоровому образу жизни

- ❖ Физкультурные занятия (по программе)
- ❖ Утренняя гимнастика
- ❖ Занятия в бассейне
- ❖ Занятия по формированию ЗОЖ
- ❖ Физкультурные досуги, праздники (работа с родителями)
- ❖ Допобразование (ОФП, ритмика, хореография)
- ❖ Точечный самомассаж (дети с частыми ОРЗ)

Коррекционные Технологии

- ❖ ЛФК
- ❖ Арт-терапия
- ❖ Музыкотерапия
- ❖ Сказкотерапия
- ❖ Психогимнастика
- ❖ Артикуляционная гимнастика
- ❖ Антистрессовый массаж
- ❖ Смехотерапия
- ❖ Ароматерапия
- ❖ Игротерапия
- ❖ Самомассаж
- ❖ Су-Джок терапия

«ТРОПИНКИ ЗДОРОВЬЯ»

Виды тропинок

- ▣ *С элементами коррекции*
- ▣ *Закаливающая*
- ▣ *Экологическая*
- ▣ *Сюжетно-иммитационная*
- ▣ *Спортивно-оздоровительная*

Способствует:

- ▣ Профилактике плоскостопия и нарушений ОДА
- ▣ Профилактика соматических заболеваний
- ▣ Развитию двигательных качеств и ориентировки в пространстве
- ▣ Формированию убеждений и привычки к здоровому образу жизни
- ▣ способности сопротивляться болезням, приспосабливаться к окружающей среде

-
- ▣ **Основа здоровой среды** пребывания детей в дошкольном учреждении – это прежде всего **создание благоприятных гигиенических, педагогических и эстетических** условий и комфортной психологической обстановки в коллективе.

ЧТО ТАКОЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ?

- **Здоровый образ жизни (ЗОЖ)** – это тот образ жизни, который способствует сохранению, укреплению и восстановлению здоровья, он определяет качество жизни человека.
- **Формирование ЗОЖ** – это воспитание комплекса разнообразных навыков, правил, умений и знаний, которые дети могут применить на практике .



ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

- Обучение основам здоровья и ЗОЖ
- Обучение самоконтролю и самоанализу
- Воспитание ценностных ориентаций, культуры ЗОЖ гуманистически направленной личности
- Обучение навыкам поддержания физического и духовного здоровья