



**Самообразование:
«Использование здоровьесберегающих технологий в педагогическом процессе ДОУ»**

**Подготовила воспитатель
ГБОУ СОШ №167 им.
Маршала Л. А. Говорова
Шмакова Оксана Петровна.**



«Понятие «Здоровье»»

- **Здоровье – состояние физического и социального благополучия человека (по Уставу ВОЗ).**
- **Здоровье сберегающий педагогический процесс ДООУ - в широком смысле слова - процесс воспитания и развития детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьесобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.**
- **В более узком смысле слова - это специально организованное, развивающееся во времени и в рамках определенной образовательной системы взаимодействие детей и педагогов, направленное на достижение целей здоровьесбережения и здоровьесобогащения в ходе образования, развития и воспитания.**



Актуальными проблемами детского здоровья сегодня являются

- **гиподинамия (нарушение функций опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения)**
- **детские стрессы (нервные расстройства вследствие отрицательной психологической обстановки в семье, излишнего шума и нервности в детском коллективе)**
- **тревожность (недостаток эмоциональной поддержки в детском саду и семье, недостаток информации).**

Физическое и психологическое здоровье взрослых участников педагогического процесса в ДОУ также значительно ухудшилось в последнее время.



В связи с этим в ДОУ необходимо уделить особое внимание воспитанию физически здорового и социально адаптированного ребенка, обеспечению его психического благополучия, а также формированию у дошкольника ответственности за свое здоровье.

Кроме того, важно способствовать развитию культуры здоровья педагогов ДОУ, в том числе культуры профессионального здоровья, развитию потребности к здоровому образу жизни.



Цель здоровье сберегающих технологий в ДОУ

- **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 охранять 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 ДОУ и валеологическому просвещению родителей.**



Виды здоровье берегающих технологий в ДОУ

- **медико-профилактические;**
- **физкультурно-оздоровительные;**
- **технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка**
- **технологии здоровье сбережения и здоровье обогащения педагогов;**
- **валеологического просвещения родителей,**
- **Здоровье берегающие образовательные технологии в детском саду.**



Этапы внедрения здоровьесберегающих технологий

- **Анализ исходного состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности дошкольников, их валеологических умений и навыков, а также здоровьесберегающей среды ДОУ.**
- **Организация здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ.**
- **Установление контактов с социальными партнёрами ДОУ по вопросам здоровьесбережения.**
- **Освоение педагогами ДОУ методик и приёмов здоровьесбережения детей и взрослых ДОУ.**
- **Внедрение разнообразных форм работы по сохранению и укреплению здоровья для разных категорий детей и взрослых.**
- **Работа валеологической направленности в родителями ДОУ.**



Система здоровье сбережения в ДОУ:

- **различные оздоровительные режимы (адаптационный, гибкий, щадящий, по сезонам, на время каникул);**
- **комплекс закаливающих мероприятий (воздушное закаливание, хождение по “дорожкам здоровья”, профилактика плоскостопия; хождение босиком, “топтание” в тазах, полоскание горла и рта, максимальное пребывание детей на свежем воздухе, бодрящая гимнастика);**
- **физкультурные занятия всех типов;**



- **оптимизация двигательного режима: традиционная двигательная деятельность детей (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, проведение подвижных игр, прогулки) и инновационные технологии оздоровления и профилактики (ритмопластика, логоритмика, сухой бассейн, массажёры, тактильные дорожки);**
- **организация рационального питания;**
- **медико-профилактическая работа с детьми и родителями;**
- **соблюдение требований СанПиНа к организации педагогического процесса;**
- **комплекс мероприятий по сохранению физического и психологического здоровья педагогов.**



Направления работы по здоровье сбережению в ДОО

- **Интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности**
- .
- **Внедрение инновационных здоровье сберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ГДОУ.**
- **Разнообразие форм физкультурно - досуговой деятельности с дошкольниками.**
- **Формирование привычки к здоровому образу жизни у дошкольников, педагогов и родителей.**



Направления работы по здоровье сбережению в ДОУ

- **Совершенствование физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка.**
- **Выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы.**
- **Обеспечение физического и психического благополучия каждого ребёнка в ДОУ.**



Формы физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ





Взаимодействие ДОУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей.

- Информационные стенды для родителей в каждой возрастной группе работают рубрики, освещающие вопросы оздоровления без лекарств (комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры.**
- Информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми в ДОУ**



Взаимодействие ДОУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей.

- **Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДОУ (соревнования, спортивные праздники, дни открытых дверей, Дни и Недели здоровья, встречи детей ДОУ с родителями-спортсменами и др.).**
- **Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.**



Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий в ДОУ

- **Сформированные навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДОУ.**
- **Взаимодействие специалистов ДОУ в организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками специализированных групп.**
- **Проявление толерантности всех участников внедрения здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс ДОУ.**



- **Формирование нормативно-правовой базы по вопросам оздоровления дошкольников.**
- **Внедрение научно-методических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровье сберегающего образовательного пространства в ДООУ и семье;**
- **Улучшение и сохранение соматических показателей здоровья дошкольников.**