



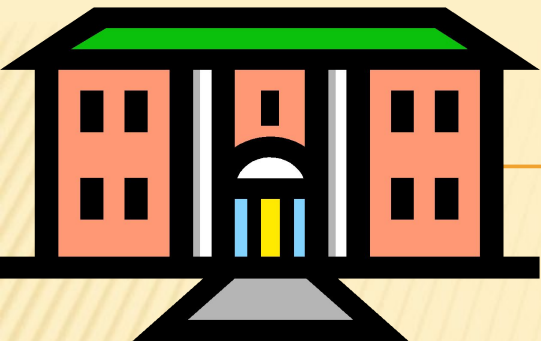
# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ – ПУТЬ ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

*«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

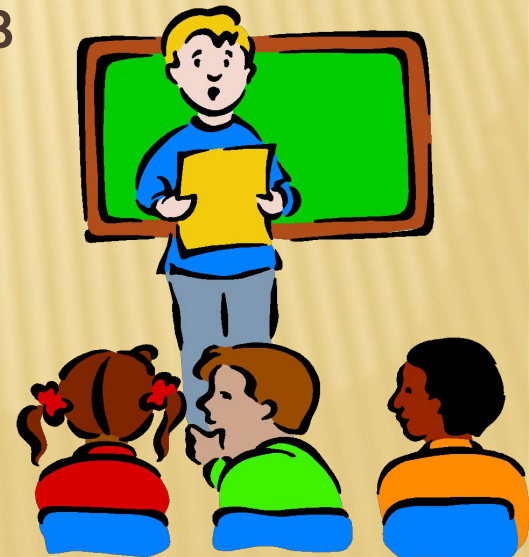


# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС В ДОУ -

- Процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьяобогащения, 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  
корреляция  
и взаимосвязь  
здоровья  
-онн  
развития

Сохранение и  
укрепление  
психического здоровья  
ребенка

**Растим  
здорового  
ребенка**

Использование  
различных моделей и  
технологий для  
развития здорового  
ребенка дошкольника

технологий  
х  
бережущих  
здоровья  
анализ  
использования  
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