


МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 88

«Здоровьесберегающие технологии в дошкольном учреждении»

Воспитатель высшей
квалификационной категории
СЕМЕНОВА ИННА АНАТОЛЬЕВНА





« Забота о здоровье — это важнейший труд
сотрудника детского учреждения. От
жизнерадостности, бодрости детей зависит их
духовная жизнь, мировоззрение, умственное
развитие, прочность знаний, вера в свои силы»

В. А. Сухомлинский

«ЗДОРОВЬЕ - это состояние полного физического,
психического и социального благополучия, а не
просто отсутствие болезней»

**Всемирная
Организация
здравоохранения**

ТЕХНОЛОГИЯ - инструмент профессиональной деятельности педагога.

Здоровьесберегающая технология - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.



Цель здоровьесберегающих технологий

– обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.



ЗАДАЧИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ

- ❖ Сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности
- ❖ Создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения
- ❖ Создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей
- ❖ Закладывание фундамента хорошего физического здоровья
- ❖ Повышение уровня психического и социального здоровья воспитанников
- ❖ Проведение профилактической оздоровительной работы
- ❖ Ознакомление дошкольников с принципами ведения здорового образа жизни
- ❖ Мотивация детей на здоровый образ жизни
- ❖ Формирование полезных привычек
- ❖ Формирование валеологических навыков
- ❖ Формирование осознанной потребности в регулярных занятиях физкультурой
- ❖ Воспитание ценностного отношения к своему здоровью



Виды здоровьесберегающих технологий в ДОУ

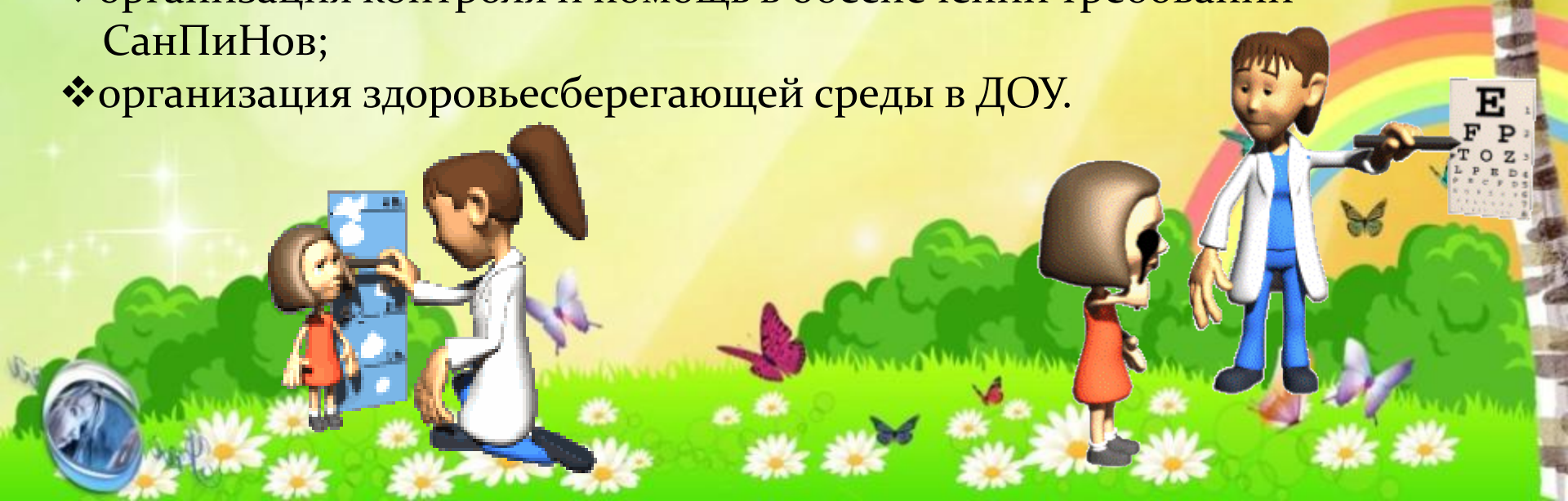
- медико-профилактические;
- физкультурно-оздоровительные;
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду;
- технологии валеологического просвещения родителей.



Медико-профилактические технологии

В дошкольном образовании технологии, обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОО в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним относятся следующие технологии:

- ❖ организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- ❖ организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания;
- ❖ организация профилактических мероприятий в детском саду;
- ❖ организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов;
- ❖ организация здоровьесберегающей среды в ДОО.



Физкультурно-оздоровительные технологии

В дошкольном образовании – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры на тренажерах, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др. Реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДООУ в условиях специально организованных форм оздоровительной работы. Отдельные приемы этих технологий широко используются педагогами дошкольного образования в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимные моменты и в свободной деятельности детей, в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребенком и др.



Технологии социально-психологического благополучия ребёнка

Технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника. Основная задача этих технологий обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника. Реализацией данных технологий занимается психолог посредством специально организованных встреч с детьми, а также воспитатель и специалисты дошкольного образования в текущем педагогическом процессе ДОО. К этому виду технологий можно отнести технологии психологического и психолого-педагогического сопровождения развития ребёнка в педагогическом процессе.



Здоровьесберегающие образовательные технологии

В детском саду – это прежде всего технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников. Построение педагогического процесса с ориентацией на личность ребёнка закономерным образом содействует его благополучному существованию, а значит здоровью.

Например беседы, игровые ситуации, тренинги:

- о необходимости соблюдения режима дня
- о важности гигиенической и двигательной культуры
- о здоровье и средствах его укрепления
- о функционировании организма и средствах его укрепления
- о правилах безопасного поведения и разумных действий в непредвиденных ситуациях



Технологии просвещения ЗОЖ среди родителей

-это технологии, направленные на обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОО, обретение ими валеологической компетентности. Валеологическое образование родителей надо рассматривать как непрерывный процесс валеологического просвещения всех членов семьи.

Например,

- день открытых дверей
- консультации
- информация на стендах
- буклеты, ширмы, памятки
- выступления на родительских собраниях



Формы организации здоровьесберегающей работы



Утренняя гимнастика



Физкультурные занятия



Самостоятельная деятельность





Подвижные, спортивные игры



Питание и гигиена



Бодрящая гимнастика



Закаливание



Пальчиковая гимнастика



Дыхательная гимнастика

Гимнастика для глаз



Занятия из серии «Здоровье»



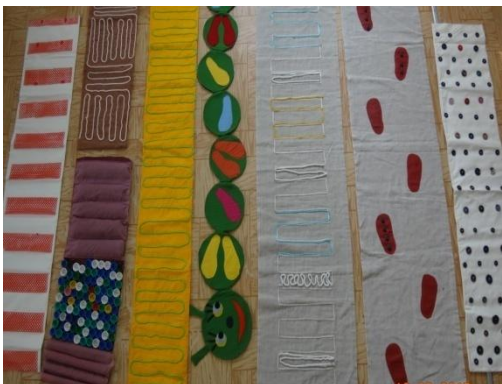
Технологии музыкального воздействия, релаксация

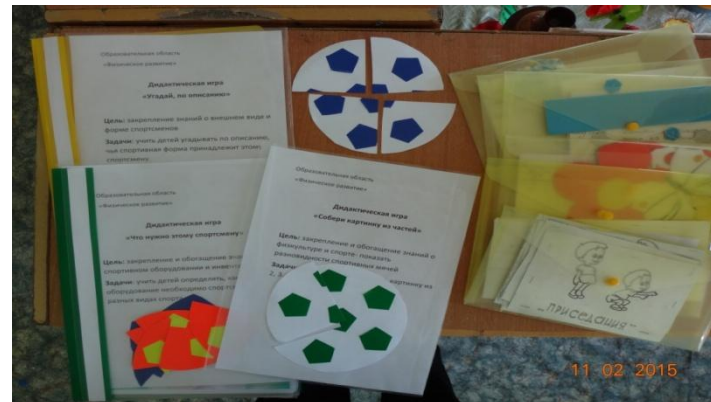


Работа с родителями



Нестандартное оборудование





Дидактические игры по физическому воспитанию **ЗАДАЧИ:**

- 1. Закреплять знания детей, полученные на физкультурных занятиях.**
- 2. Формировать устойчивый интерес к физкультуре и спорту.**
- 3. Знакомить детей с видами спорта, различать их (по сезонам, по инвентарю, по месту проведения).**
- 4. Знакомить со спортивной экипировкой, оборудованием и инвентарем, которые используются в разных видах спорта.**
- 5. Узнавать, называть и рассказывать, как можно их использовать.**
- 6. Расширять круг представлений детей о разнообразных видах физкультурных упражнений, их значении в жизни человека.**

Формирование устойчивого интереса к двигательной деятельности

Приемы развития самостоятельности, активности, инициативности:

- *предложение детям стать организатором подвижной игры,*
- *привлечение к рассказу о последовательности и способах выполнения движений, их показу, оценке качества их выполнения, анализу содержания упражнения, изображенного на рисунке,*
- *выполнение упражнения (движения) по схеме, фотографии, картинке,*
- *самостоятельный выбор физкультурного оборудования, необходимого для занятия,*
- *придумывание вариантов проведения знакомой игры,*
- *и др.*



Формирование устойчивого интереса и осознанного отношения к двигательной деятельности

Примеры проблемных ситуаций и творческих заданий:

- *придумать, как можно использовать новый физкультурный инвентарь;*
- *придумать новые способы применения знакомого физкультурного инвентаря;*
- *придумать названия выполняемым упражнениям, движениям;*
- *использовать один предмет в разных двигательных ситуациях;*
- *подобрать предметы, с которыми можно выполнять те или иные движения;*
- *придумать варианты выполнения движений в зависимости от заданного образа;*
- *выполнить одно и то же упражнение с разными предметами;*
- *выполнить знакомое упражнение из других исходных положений.*

Приемы, обеспечивающие понимание детьми характера и качества выполняемых движений, осознанное усвоение двигательных представлений

- **сочетание краткого, четкого объяснения и показа с анализом новых элементов движения (до того, как дети начнут его выполнять);**
- **до начала выполнения движения рассказ детей о том, как они будут его выполнять;**
- **привлечение детей к анализу выполнения движения другими детьми (отметить, что в нем было правильно, а что надо исправить);**
- **сопоставление выполненного упражнения с образцом (определить, чем отличается);**
- **самоанализ выполняемых движений (получилось или нет? почему? что необходимо исправить?);**
- **использование подводящих упражнений, обеспечивающих максимально полное понимание объяснения нового движения, лучшее его осознание, более точное выполнение, помогающих усвоить общую структуру основного движения, наиболее существенные и трудные его элементы.**
- **беседы с детьми по вопросам физического воспитания.**

Совместные мероприятия детей и родителей

- *Проект «Вместе за здоровьем»,*
- *прогулка-поход в Силинский парк,*
- *конкурс «Самая спортивная семья»,*
- *изготовление альбома «Наши спортивные развлечения»,*
- *конкурс на лучшее изготовление нестандартного оборудования и инвентаря,*
- *турнир «Знатоки спорта».*



Использование метода проекта в формировании устойчивого интереса и осознанного отношения к двигательной деятельности

- **Проект «Для чего нужен спорт»** (подготовительная группа). *Цель: повысить интерес к физическим упражнениям, выработать мотивацию к систематическим занятиям физической культурой и спортом.*
- **Проект «Волшебная скакалка»** (старшая группа). *Цель: повысить двигательную активность детей, интерес к творческой деятельности по поиску вариантов использования скакалок в самостоятельной двигательной деятельности.*
- **Проект «Школа мяча»** (старшая группа). *Цель: обогатить представления детей о способах использования мяча, повысить интерес и желание к самостоятельной организации подвижных игр с мячом.*
- **Проект «Мой любимый вид спорта»** (подготовительная группа). *Цель: приобщить детей к спортивному образу жизни, выявить интересы и способности детей.*



Формирование осознанного отношения к занятиям физической культурой

Примеры вопросов, используемых в беседах с детьми

Репродуктивно-познавательные	Продуктивно-познавательные
<ul style="list-style-type: none">▪ <i>Какие мышцы развивает это упражнение? (предложить показать).</i>▪ <i>Какие физические качества развивает это упражнение?</i>▪ <i>Какие упражнения для ног вы знаете?</i>▪ <i>Зачем нужен водящий в игре?</i>▪ <i>Какие физические упражнения помогают развивать силу (ловкости и т.д.)?</i>▪ <i>Какие физические качества необходимо развивать, чтобы стать чемпионом в том или ином виде спорта?</i>▪ <i>И т.п.</i>	<ul style="list-style-type: none">▪ <i>Почему эти упражнения... укрепляют мышцы рук (ног, спины)?</i>▪ <i>Что нужно сделать, чтобы это упражнение укрепляло мышцы ног (спины, рук и т.д.)?</i>▪ <i>Почему это упражнение развивает быстроту, силу?</i>▪ <i>Как мы будем выполнять правила игры, если водящих будет двое?</i>▪ <i>Можно ли без водящего провести игру?</i>▪ <i>Какие мышцы будет развивать это упражнение, если мы будем выполнять его из исходного положения...?</i>▪ <i>И т.п.</i>

Формирование устойчивого интереса и осознанного отношения к двигательной деятельности

Примеры проблемных ситуаций и творческих заданий:

- *придумать, как можно использовать новый физкультурный инвентарь;*
- *придумать новые способы применения знакомого физкультурного инвентаря;*
- *придумать названия выполняемым упражнениям, движениям;*
- *использовать один предмет в разных двигательных ситуациях;*
- *подобрать предметы, с которыми можно выполнять те или иные движения;*
- *придумать варианты выполнения движений в зависимости от заданного образа;*
- *выполнить одно и то же упражнение с разными предметами;*
- *выполнить знакомое упражнение из других исходных положений.*

Вывод

Использование здоровьесберегающих технологий в дошкольном учреждении имеет огромное значение в процессе оптимизации двигательной активности, способствует разностороннему развитию, укреплению здоровья детей и овладению навыками самооздоровления.

Поэтому в ДООУ необходим поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления.



Спасибо
за
внимание!

