

Физкультурно-оздоровительная работа и здоровьесберегающие технологии в педагогическом процессе МДОУ №88



Автор:
Панова Мария Владимировна

Понятие «здоровье»

- **Здоровье** – состояние физического, душевного и социального благополучия человека (по Уставу ВОЗ).
- **Здоровьесберегающий педагогический процесс ДОУ** - процесс воспитания и развития детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьеобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.



Актуальные проблемы детского здоровья

- **ГИПОДИНАМИЯ**
- **СТРЕСС**
- **ТРЕВОЖНОСТЬ**

Цель здоровьесберегающих технологий в ДОУ

- Для детей: повышение развития уровня здоровья и воспитание валеологической культуры ребенка – дошкольника.
- Для взрослых: содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья педагогов ДОУ и валеологического просвещения родителей.

Виды здоровьесберегающих технологий в ДОУ

- медико-профилактические
- физкультурно-оздоровительные
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка
- технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов
- валеологическое просвещение родителей
- здоровьесберегающие образовательные технологии

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 с родителями ДОУ.



Система здоровьесбережения в ДОУ:

- оздоровительные режимы
- комплекс закаливающих мероприятий
- Непосредственно образовательная деятельность по образовательной области «Физическая культура»
- оптимизация двигательного режима
- организация рационального питания
- медико-профилактическая работа с детьми и родителями
- соблюдение требований СанПиН к организации педагогического процесса
- комплекс мероприятий по сохранению физического и психологического здоровья педагогов

Физкультурные минуты







Гимнастика после дневного сна самомассаж



Умывание контрастной водой после сна



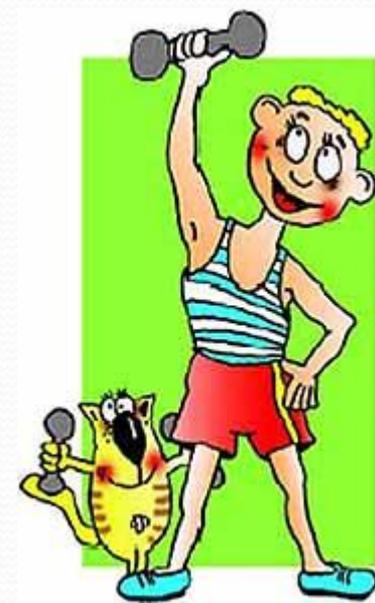
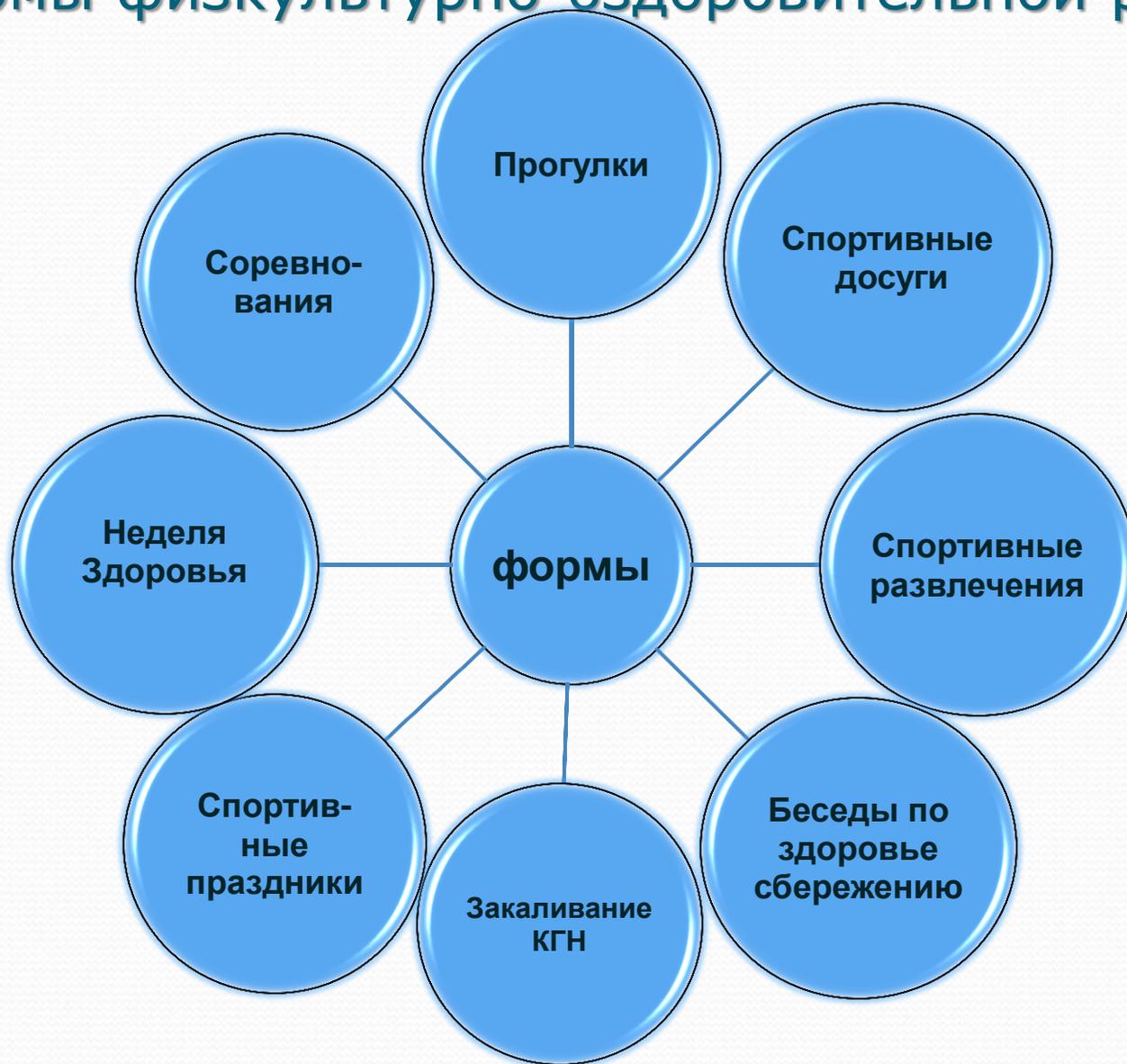
Закаливание на прогулке, подвижные игры



Направления работы по здоровьесбережению в ДОУ

- Интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности.
- Внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОУ.
- Разнообразие форм физкультурно - досуговой деятельности с дошкольниками.
- Формирование привычки к здоровому образу жизни у дошкольников, педагогов и родителей.
- Совершенствование физических качеств и повышение 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



Виды здоровьесберегающих технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. Используются элементы спортивных игр
Релаксация	В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	Можно использовать спокойную музыку, звуки природы
Гимнастика утренняя	Ежедневно, утром, перед завтраком во всех группах	В групповой комнате, физкультурном зале, под музыку, с использованием подвижных игр
Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин во всех группах	Различные варианты проведения
ЛФК	2 раза в неделю в коррекционных группах по показаниям врача	Комплексы упражнений, коррегирующих осанку, свод стоп

Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин в любое свободное время, в разных формах физкультурно-оздоровительной работы в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры
Гимнастика корригирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей
Физкультурное занятие	2 раза в неделю в спортивном зале	Занятия проводится в соответствии с программой, по которой работает ДОУ
Самомассаж	В зависимости от поставленных целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы с детьми старшего возраста	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму.
Информация для детей по теме «Здоровье»	Во время совместной деятельности в зависимости от поставленных задач	Могут быть частью совместной деятельности с целью познавательного развития

Медицинские здоровьесберегающие технологии в ДОУ

- технологии профилактики заболеваний
- углубленный медицинский осмотр с участием узких специалистов
- коррекция возникающих функциональных отклонений
- отслеживание характера течения хронической патологии (для детей, имеющих II-III группу здоровья)
- противоэпидемическая работа и медицинский контроль работы пищеблока в соответствии с действующими СанПиН
- витаминoproфилактика (отвар шиповника в осеннее – зимний период, витаминизация третьих блюд с использованием аскорбиновой кислоты)
- санитарно-гигиеническая деятельность всех служб ДОУ



Здоровьесбережение в работе с педагогами ДОУ

- Консультации для педагогов «Признаки утомляемости ребёнка дошкольника», «Профилактика утомляемости дошкольников в ДОУ», «Работа воспитателя по разделам программы «Основы безопасности и жизнедеятельности детей» и др.
- Практикум для педагогов ДОУ «Приёмы релаксации, снятия напряжения в течение рабочего дня».
- Обсуждение вопросов здоровьесбережения на педагогических советах и медико-педагогических совещаниях в группах раннего возраста и коррекционных группах.



Взаимодействие ДОО с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей

- Информационные стенды для родителей
- Информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми в ДОО
- Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДОО
- 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 здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ и семье;
- Улучшение и сохранение соматических показателей здоровья дошкольников.

Спасибо за внимание 😊

