

***ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ
ТЕХНОЛОГИИ,
КАК ФАКТОР УСПЕШНОЙ
РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС ДО***

**Подготовила:
инструктор по физической культуре
Копылова Л.В.**

*Здоровье ребенка - превыше всего
и наша задача сохранить его.*



«Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие физических дефектов».

(Всемирная организация здравоохранения)

Здоровьесберегающий педагогический процесс дошкольной организации в широком смысле слова:

- процесс воспитания и развития детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьеобогащения.

- процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.

Современное ДОО являясь открытой социальной системой, не может быть вне процессов обновления, которые влекут за собой повышение требований к качеству образовательных услуг по различным направлениям развития и воспитания ребенка.

Перед дошкольным образованием в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению и сохранению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей.

ФГОС ДО определяет, как одну из важнейших задач: *охрану и укрепление здоровья воспитанников через интеграцию образовательных областей, создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса психолого – педагогической, профилактической и оздоровительной работы.*

ФГОС ДО определив целевые ориентиры дошкольного образования, ориентирует нас на создание таких условий в ДОО, при которых ребенок должен быть:

- ✓ здоровым,
- ✓ социально зрелым,
- ✓ мотивационно готовым к поступлению в школу и др.

Здоровьесберегающие технологии

Технология – это инструмент профессиональной деятельности педагога.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на решение задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

Здоровьесберегающие технологии - технологии, использование которых в образовательном процессе не наносит прямого или косвенного вреда и идет на пользу здоровья дошкольников.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обеспечить ребенку возможность сохранения здоровья, сформировать необходимые знания здорового образа жизни, научить использовать полученные умения и навыки в повседневной жизни.

Виды здоровьесберегающих технологий

1. Медико-профилактические технологии в дошкольном образовании – это технологии, обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОО в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств:

- ✓ 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.

2. Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка:

- ✓ Закаливание;
- ✓ Дыхательная гимнастика;
- ✓ Массаж и самомассаж;
- ✓ Профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки;
- ✓ Оздоровительные процедуры в водной среде (бассейне) и на тренажерах;
- ✓ Воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье

Реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОО в условиях специально организованных форм оздоровительной работы.

3. Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду – это прежде всего технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников. Цель этих технологий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его.

4. Технологии обеспечения 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.

5. Технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов дошкольного образования – технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.



Однако, задача обеспечения здорового детства требует внедрения в практику ДОО новых здоровье сберегающих технологий, которые позволяют получить более полную информацию о детях и подобрать эффективные способы компенсации здоровья. Такие технологии объединены в следующие группы:

- ✓ **Технологии сохранения и стимулирования здоровья;**

- ✓ **Технологии обучения здоровому образу жизни;**

- ✓ **Коррекционные технологии**

| Формы работы | Время проведения в режиме дня, возраст детей | Особенности методики проведения | Ответственные |
|--|--|--|--|
| Технологии сохранения и стимулирования здоровья | | | |
| Фитбол | Один раз в неделю во второй половине дня. Средняя, старшая, подготовительная группы. Физкультурный и музыкальный залы | На специальных мячах | Муз. рук-ль, инструктор по физ. культуре |
| Ритмика | Один раз в неделю во второй половине дня. Средняя, старшая, подготовительная группы. Музыкальный зал | По программе И. Бурениной | Муз. рук - ль |
| Игровой час (бодрящая гимнастика) | После сна в группе каждый день. Первая и вторая младшие группы | Комплекс, состоящий из подвижных игр, игровых упражнений, основных движений | Воспитатели |
| Динамические паузы | Во время занятий 2-5 мин. По мере утомляемости детей, начиная со второй младшей группы | Комплексы физкультминуток могут включать дыхательную гимнастику, гимнастику для глаз | Воспитатели |
| Подвижные и спортивные игры | Как часть физкультурного занятия, на прогулке. Средняя, старшая, подготовительная группы | Игры подбираются в соответствии с программой | Инструктор по физ. культуре |

| | | | |
|-------------------------------|---|--|--|
| Пальчиковая гимнастика | С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой ежедневно | Проводится в любой удобный отрезок времени | воспитатели |
| Дорожки здоровья | После сна вся группа ежедневно, начиная с младшего возраста. На физкультурном занятии | Обучение правильной ходьбе, формирование правильной походки | Воспитатели, инструктор по физической культуре |
| Кинезотерапия | Один раз в неделю, вся группа в первой или второй половине дня, начиная со средней группы. | Комплексное применение различных движений для оздоровления детей | Воспитатель |
| Гимнастика глаз | Ежедневно по 3-5 мин. В любое свободное время. В зависимости от интенсивности нагрузки, начиная с младших групп | Рекомендуется использование наглядного материала, показ педагога | воспитатели |
| Дыхательная гимнастика | В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, начиная с младшего возраста | Проветривание помещения и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур | Воспитатели |

Технологии обучения здоровому образу жизни

| | | | |
|---|---|--|---|
| <p>Физкультурные занятия</p> | <p>Три раза в неделю в спортивном и музыкальных залах, в группе, на улице, начиная с раннего дошкольного возраста</p> | <p>Занятия проводятся в соответствии с программой, по которой работает детский сад</p> | <p>Инструктор по физ. культуре</p> |
| <p>Утренняя гимнастика</p> | <p>Ежедневно, в музыкальном и физкультурном залах, в группе. Все возрастные группы</p> | <p>Комплексы подбираются в соответствии с возрастными особенностями детей</p> | <p>Воспитатели</p> |
| <p>Занятия по здоровому образу жизни</p> | <p>Один раз в неделю в режимных процессах, как часть и целое занятие. Средняя, старшая, подготовительная группы</p> | <p>«Оздоровительные занятия с детьми 6 – 7 лет» М.Ю. Картушина и др.</p> | <p>Воспитатели</p> |
| <p>Точечный самомассаж</p> | <p>Сеансы или в различных формах физкультурно – оздоровительной работы</p> | <p>Проводится по специальной методике, показан детям с частыми ОРЗ</p> | <p>Старшая мед. сестра, воспитатели</p> |
| <p>Физкультурные досуги, праздники</p> | <p>Один раз в квартал в физкультурном и музыкальном залах, в группе, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста</p> | <p>Эффективная форма активного отдыха. Развивает физические качества, формирует социально – эмоциональное развитие</p> | <p>Инструктор по физ. культуре, музыкальный руководитель, воспитатели</p> |
| <p>Ситуативные малые игры</p> | <p>Два раза в месяц в группе, в музыкальном и спортивном залах. Младший дошкольный возраст</p> | <p>Ролевая подражательная имитационная игра</p> | <p>Инструктор по физ. культуре, муз. рук- ль</p> |

Коррекционные технологии

| | | | |
|--|---|---|---------------------------------------|
| ЛФК | Сеансы по 10 – 12 занятий, начиная со средней группы по медицинским показателям | По специальной методике по показаниям отклонения здоровья | Старшая медсестра |
| Арт-терапия | Сеансы по 10 -13 человек в группе в музыкальном зале, группе. Старший дошкольный возраст | Оздоровление психосферы средствами воздействия различных видов искусств (музыки, ИЗО и др.) | Музыкальный руководитель, воспитатели |
| Технология музыкального воздействия | Сеансы по 10 -13 человек в группе во второй половине дня в музыкальном зале. Старший дошкольный возраст | Психоэмоциональное воздействие с использованием спокойной классической музыки (П.И. Чайковский, С.В. Рахманинов), звуки природы | Музыкальный руководитель |
| Сказкотерапия | Два занятия в месяц во второй половине дня, начиная со среднего дошкольного возраста | Использование мнемомо таблиц, с помощью которых сказка выполняется как единый двигательный комплекс | Воспитатели |
| Психогимнастика | Один раз в месяц, по 10- 12 человек в группе | Проводится по методике Е.А. Алябевой | Воспитатели |

| | | | |
|---|--|---|---------------------------------|
| Артикуляционная гимнастика | Два раза в неделю в первой и во второй половине дня в музыкальном, физкультурном залах, в группе, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста | Развитие фонематической грамотной речи без движений | Воспитатели |
| Библиотерапия | Сеансы по 6 – 8 человек в группе, по 10 – 12 занятий в музыкальном зале, в группе, начиная с младшего возраста | Лечение книгой, формирование поведенческой реакции | Воспитатели |
| Технология применения аппликаторов Кузнецова | Сеансы по 8 – 10 человек, по 10 занятий в музыкальном и физкультурном залах, в группе, начиная со средней группы | Проводится строго по специальной методике, показана детям, часто болеющим ОРЗ | Воспитатели, старшая медсестра |
| Массаж с помощью сухого обтирания | После сна ежедневно в группе или спальне в постелях, начиная со средней группы | Объяснение детям значения процедуры и элементарных знаний, как не нанести вред своему организму | Воспитатели |
| Технология коррекции поведения | Сеансы по 8-13 человек в группе, по 10 занятий в группе, на прогулке, начиная со средней группы | Программа «Познай себя», «Давайте познакомимся» | Педагог – психолог, воспитатели |
| Логоритмика | Логоритмические занятия | Лечение с помощью системы двигательных упражнений в сочетании с произнесением речевого материала на фоне музыки | Логопед, воспитатели |

Педагог должен знать:

- ✓ формирование и функционирование психических процессов,
- ✓ состояния и свойства личности,
- ✓ процессы обучения и воспитания, познания других людей и самопознания,
- ✓ основы здорового образа жизни, основы здоровьесберегающих технологий,
- ✓ способы выработки индивидуального стиля педагогической деятельности

Педагог должен уметь:

- ✓ Анализировать педагогическую ситуацию в условиях педагогики оздоровления
- ✓ Владеть основами ЗОЖ
- ✓ Моделировать систему взаимоотношений в условиях образовательной деятельности
- ✓ Личным примером заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих

Спасибо за
внимание!