

Современные здоровьесберегающие технологии в детском саду.

Автор: Низамиева
Ирина Николаевна
старший воспитатель
МАДОУ д/с №466
г. Челябинск

Одна из задач ФГОС ДО

Здоровье — это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

(Всемирная организация здравоохранения).

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 в ДОУ – обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни.

Инновационность здоровьесберегающих технологий:

- Развитие предвидения последствий своего поведения по сохранению и укреплению здоровья;
- Разработка психолого-педагогических условий погружения ребенка в среду, влияющую на психологическое здоровье.

Годовая задача методической работы детского сада в 2016-2017 учебном году:

Создание организационно-методических условий для реализации эффективных форм физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ

Задачи :

- формирование представлений о здоровье и здоровом образе жизни;
- развитие познавательного интереса к своему телу и его возможностям;
- воспитание бережного и заботливого отношения к своему здоровью;
- развитие мотивационных установок по профилактике болезней;
- развитие интереса к физической культуре и спорт;
- совершенствование практических навыков здорового образа жизни;
- просвещение взрослых в плане культуры здоровья;
- конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении их здоровья, развитии творческого потенциала;
- развитие физических качеств;
- снижение заболеваемости.



Физкультурно-оздоровительные технологии

- Двигательный режим
- Динамические паузы
- Закаливание
- Гимнастика
- Беседы по валеологии
- Подвижные и спортивные игры
- Дни здоровья
- Спортивные развлечения, праздники
- Прогулки-походы
- Рефлексотерапия (взаимомассаж, самомассаж)
- Стретчинг
- коррекционная гимнастика (исправление осанки и плоскостопия)









Формирование валеологической культуры ребенка, основа валеологического сознания (знания о здоровье, умения сберечь, поддерживать и сохранять его, формирования осознанного отношения к здоровью и жизни).



Медико-профилактические технологии

- Мониторинг здоровья
- Организация профилактических мероприятий
- Витоминoproфилактика(кислородный коктейль, отвар шиповника)
- Рациональное питание
- Рациональный режим дня
- Здоровьесберегающая среда
- Контроль и помощь в обеспечении требований СанПиН



Социально-психологические технологии

- Релаксация
- Музыкотерапия
- Психогимнастика
- Сказкотерапия
- Ритмопластика
- Цветотерапия
- Логоритмика
- Песочная терапия



Обеспечение психологического благополучия детей

Занятия направлены на осознание восприятия своих эмоций, чувств и переживаний, а также на понимание эмоционального состояния других людей.

Занятия проводятся 1 раз в неделю с подгруппой человек (6-8 детей)

Правила ПДД и ОБЖ



Формы работы с педагогами ДОУ

Семинары-тренинги «Психологическое здоровье педагогов»;

- Консультации для педагогов «Признаки утомляемости ребёнка дошкольника», «Запрещённые физические упражнения для детей дошкольного возраста», «Как правильно провести гимнастику (различные виды) с дошкольниками», «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, семинарах;
- Открытые мероприятия, разработка конспектов, взаимопросмотры, опыты работы, создание презентаций.
- подготовка специалистами памяток , буклетов.

Валеологическое просвещение родителей

- Дни открытых дверей
- Выступления на родительских собраниях
- Консультации
- Беседы
- Конкурсы
- Ширмы
- Памятки
- Информационные стенды для родителей в каждой возрастной группе, освещающие вопросы оздоровления (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
- Презентации
- Буклеты
- Участие в физкультурно-массовых мероприятиях «Мама, папа, я - спортивная семья», в конкурсе «Разговор о правильном питании».
- Походы
- Семейные клубы «Вот такие папы!», «Вместе с мамой».

**Районные соревнования
«Мама, папа, я – спортивная семья.»**



Поход

**Районный конкурс
«Разговор о правильном питании»**





Клуб «от какие папы»



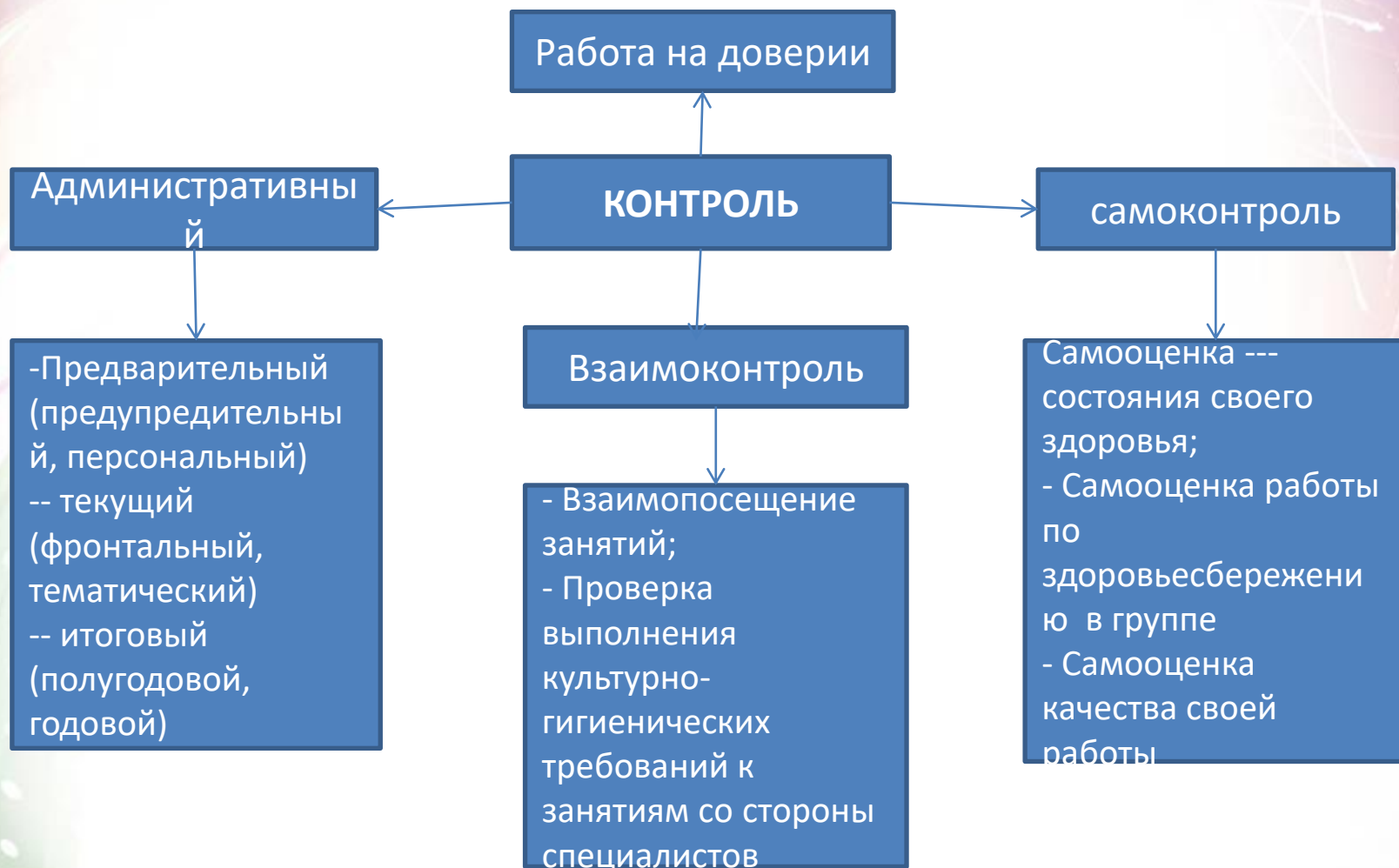
Клуб «Вместе с мамой»



Направления в работе педагогов МАДОУ по оздоровлению детей

- обеспечение благоприятного течения адаптации;
- выполнение сангигиенического режима;
- решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры;
- проведение социальных, санитарных и специальных мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний;
- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ;
- изучение передового педагогического опыта по оздоровлению детей, отбор и внедрение эффективных технологий и методик;
- систематическое повышение квалификации педагогических кадров;
- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей, сотрудников.

Модель системы контроля за здоровьесбережением в ДОУ



Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий в ДОУ

Для детей:

- Сформированные навыки здорового образа жизни. - Правильное физическое развитие детского организма, повышение его сопротивляемости инфекциям.
- Улучшение показателей здоровья и показателей физической подготовленности.
- Сформированность гигиенической культуры, наличие потребности в здоровом образе жизни.

Для родителей:

- Сформированная активная родительская позиция.
- Повышение компетентности родителей в вопросах физического развития и здоровья.
- Активное участие родителей в жизнедеятельности.

Для педагогов:

- повышение компетентности педагогов ДОУ по здоровьесбережению (знакомство с инновационными технологиями);
- систематизация накопленного педагогического опыта;
- повышение теоретического и практического уровня профессионализма педагогов.