

**«Здоровьесберегающие
технологии
в педагогической системе ДОУ»**

Воспитатель

Курмачева В.Н

«Здоровье –неоценимое счастье в жизни каждого человека и человеческого общества. Слово «здоровье», как и слова «красота», «любовь», «радость», принадлежат к тем немногим понятиям, значение которых знают все.»

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения

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



Одна из задач ФГОС до -

охрана и укрепление
физического и психического
здоровья детей, в том числе их
эмоционального благополучия.

*(приказ Министерства
образования и науки РФ от «
17» октября 2013г.№ 1155)*



Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании

- это 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;

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

Здоровьесберегающие
технологии



Цель здоровьесберегающих
технологий:

формировать осознанное отношение к
соблюдению культурно-гигиенических
требований и здоровьесберегающее
поведение в повседневной жизни,
эмоциональное благополучие,
социальные навыки и уверенность в себе.

Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольной организации

- *медико-профилактические*
- *физкультурно-оздоровительные*
- *технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка*
- *валеологическое просвещение детей и родителей*

Социально-психологические технологии

- Тренинги
- Релаксация
- Музыкотерапия
- Психогимнастика
- Сказкотерапия
- Цветотерапия и др.



Взаимодействие ДООУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей:

- Информационные стенды для родителей в каждой возрастной группе работают рубрики, освещающие вопросы оздоровления без лекарств (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 ДООУ;
- Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДООУ (соревнования, спортивные праздники, дни открытых дверей, Дни и Недели здоровья, встречи детей ДООУ с родителями-спортсменами и др.);
- Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.

Здоровьесберегающие технологии, используемые в воспитательно-образовательном процессе



Здоровьесберегающие технологии, используемые в воспитательно-образовательном процессе



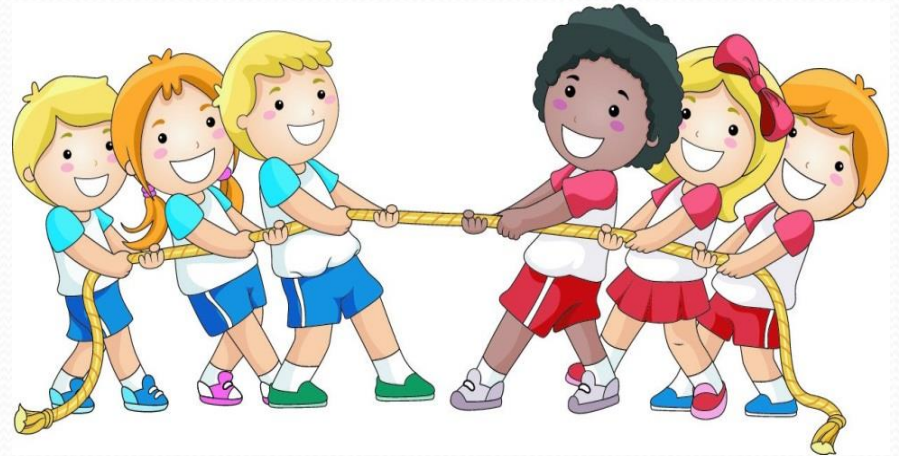
Дыхательная гимнастика

- неотъемлемый компонент лечения любых заболеваний дыхательных путей, укрепления его здоровья и надежная профилактика ОРВИ. Регулярные занятия укрепляют дыхательную мускулатуру и иммунитет ребенка, даже когда он здоров.



Подвижные и спортивные игры

учат слушать, выполнять четкие правила, быть внимательным, согласовывать свои движения с движениями других играющих, и, конечно же, дружить и находить взаимопонимание со сверстниками



Релаксация

дети учатся ощущать свои эмоции, расслабляться.



Пальчиковая гимнастика

Пальчиковая гимнастика решает множество задач в развитии ребенка.

Игры с пальчиками

Развивают не только ловкость

и точность рук, но и мозг ребенка, стимулируют творческие способности, фантазию и речь.

Главная цель пальчиковых игр –

переключение внимания, улучшение координации и мелкой моторики, что напрямую воздействует на умственное развитие ребенка.



Гимнастика пробуждения

Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ.



Динамические паузы, физкультминутки

создают благоприятную
атмосферу;



снимают напряжение,
вызванное негативными
эмоциями.

Гимнастика для глаз

Формирование у детей дошкольного возраста представлений о необходимости заботы о своем здоровье, о важности зрения, как составляющей части сохранения и укрепления здоровья

- для предупреждения утомления глаз, укрепления глазных мышц;
- для профилактики нарушений зрения дошкольников.



Самомассаж

прекрасный способ
расслабить мышцы и
избавиться от нервно-
эмоционального
напряжения в забавной
игровой форме.



Ритмопластика

Специфической особенностью данной методики является органическая связь языка движений с языком музыки, соотнесение пластических средств выразительности с музыкальными.



Музыкотерапия

- это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, а также для лечения различных соматических и психосоматических заболеваний.



Цветотерапия

- это направление, при котором используется воздействие цветовой гаммы на психоэмоциональное состояние дошкольника, на его самочувствие.

При умелом использовании цвет благотворно влияет на людей независимо от возраста.

Цвет может помочь снять стресс или нервное возбуждение, успокоить или же наоборот – он может активизировать работоспособность, поднять жизненный тонус организма.



Давайте растить



детей здоровыми!