

Внедрение здоровьесберегающих технологий в ДОУ



Здоровьесберегающие технологии - это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и врача.

Цель здоровьесберегающих образовательных 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



- ✦ технологии обучения здоровому образу жизни
- ✦ технологии сохранения и стимулирования здоровья;
- ✦ коррекционные технологии

Технологии обучения здоровому образу жизни

- ✦ Утренняя гимнастика
- ✦ Серия игровых занятий «Азбука здоровья»
- ✦ Физкультурные занятия
- ✦ Самомассаж
- ✦ Активный отдых



Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- ✧ Игровая оздоровительная гимнастика
- ✧ Ритмопластика
- ✧ Динамические паузы
- ✧ Подвижные и спортивные игры
- ✧ Релаксация
- ✧ Пальчиковая гимнастика
- ✧ Гимнастика для глаз
- ✧ Дыхательная гимнастика



Коррекционные технологии



- ✧ Артикуляционная гимнастика
- ✧ Технология музыкального воздействия
- ✧ Сказкотерапия

Технологии организации оптимального двигательного режима

- ✧ Утренняя гимнастика
- ✧ Гимнастика после сна
- ✧ Физкультурные занятия
- ✧ Психогимнастика;
- ✧ Пальчиковая гимнастика, зрительная, дыхательная, корригирующая



- ✧ Спортивные досуги
- ✧ Прогулки
- ✧ Физкультминутки на занятиях



Технологии малых форм физического воспитания

- ✧ физкульт-паузы,
- ✧ Физкультминутки:
 - ✧ для профилактики и снятия общего и локального утомления;
 - ✧ для рук и плечевого пояса;
 - ✧ для ног и туловища;

- ✧ для глаз;
- ✧ для улучшения слуха;
- ✧ дыхательная гимнастика

Внедрение здоровьесберегающих образовательных технологий в работе с родителями

- ✧ консультации, рекомендации и беседы с родителями по поводу профилактики болезней, соблюдением личной гигиены и т. д;
- ✧ родительские собрания;
- ✧ папки-передвижки;
- ✧ практические показы (практикумы);
- ✧ обучение родителей приемам и методам оздоровления (тренинги, практикумы);

- ✧ совместные акции: спортивные праздники, дни здоровья;
- ✧ выпуск памяток, буклетов;
- ✧ анкетирование;
- ✧ дни открытых дверей;
- ✧ выпуск газеты ДОУ



**Использование педагогами здоровьесберегающих технологий
в нашем детском саду**

- ✦ **Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой** проводится с детьми старшего дошкольного возраста утром и вечером перед занятием и за 1,5 часа до сна. Дыхательная гимнастика восстанавливает нарушенное носовое дыхание; положительно влияет на обменные процессы; налаживает нарушение функции сердечно - сосудистой системы. Укрепляет весь аппарат кровообращения.
- ✦ **Звуковая гимнастика Лобанова** состоит из специальных упражнений, связанных с произнесением звуков и их сочетании в определенной работе и строго определенным способом. Гимнастику проводят до приема пищи или через 1,5-2 часа после еды в утренние часы. Гимнастика способствует профилактике бронхита.
- ✦ **Психогимнастика по методике Н.И. Чистяковой** используется для организации психологической безопасности детей дошкольного возраста в количестве детей и взрослых. Занятия проводятся с детьми среднего и старшего возраста.
- ✦ **Игровой массаж** используется для всех возрастных категорий детей ДОУ (ранний возраст - старший дошкольный возраст).



**Использование технологии «БОС –
здоровье» А.Сметанкина**

в группах коррекционной направленности

Укрепление здоровья детей, физическое совершенствование, приобщение к здоровому образу жизни - приоритетное направление в работе с детьми логопедической группы, т.к. дети, кроме общего недоразвития речи имеют некоторые физиологические патологии.

С 2009 года на коррекционных группах используем здоровьесберегающую технологию «БОС - Здоровье»
А.Сметанкина. Обеспечили условия учебно-воспитательного процесса для использования данной здоровьесберегающей технологии:

- ✓ Педагоги ДООУ, работающие по данной технологии закончили курсы Негосударственного образовательного учреждения дополнительного профессионального образования (повышения квалификации) специалистов «Института биологической обратной связи» по программе «Инновационные обучающие компьютерные программы на основе «БОС - Здоровье» для системы дошкольного и общего образования» в декабре 2009 года .
- ✓ Приобрели и используем комплект методических пособий: рабочие тетради «Учимся и оздоравливаемся» («Азбука», «Числа и цифры», «Длинный и короткий», «Большой и маленький», «Счёт»), «Учись здоровью» В.А.Зверева, «Будь здоров, малыш» А.Сметанкина, А.Межевалова, «Здоровье на 5+» А.Сметанкина
- ✓ Разработали цикл консультаций для родителей: «Что такое «БОС - Здоровье»?», «Расслаблению надо учиться».
- ✓ Создали предметно - развивающую среду для детей с гиперактивностью и дефицитом внимания: уголок игр для развития правильного дыхания с использованием компьютера.

Применение данной технологии позволило улучшить внимание, усвоение учебного материала, сохранить и укрепить здоровье (снизить заболеваемость ОРЗ и гриппом), повысить способность к концентрации внимания, позитивно влиять на обучение детей на всех видах занятий. Дети приобрели навык безусловной речи, необходимый при обучении чтению.

