


**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение - детский сад  
комбинированного вида № 27  
620034, г. Екатеринбург, ул. Опалихинская, 29 а**



**«ВИДЫ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ  
ТЕХНОЛОГИЙ И ИХ  
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В ДОУ»**

**Составитель:  
Терещенко  
Татьяна Владимировна**

г. Екатеринбург, 2024

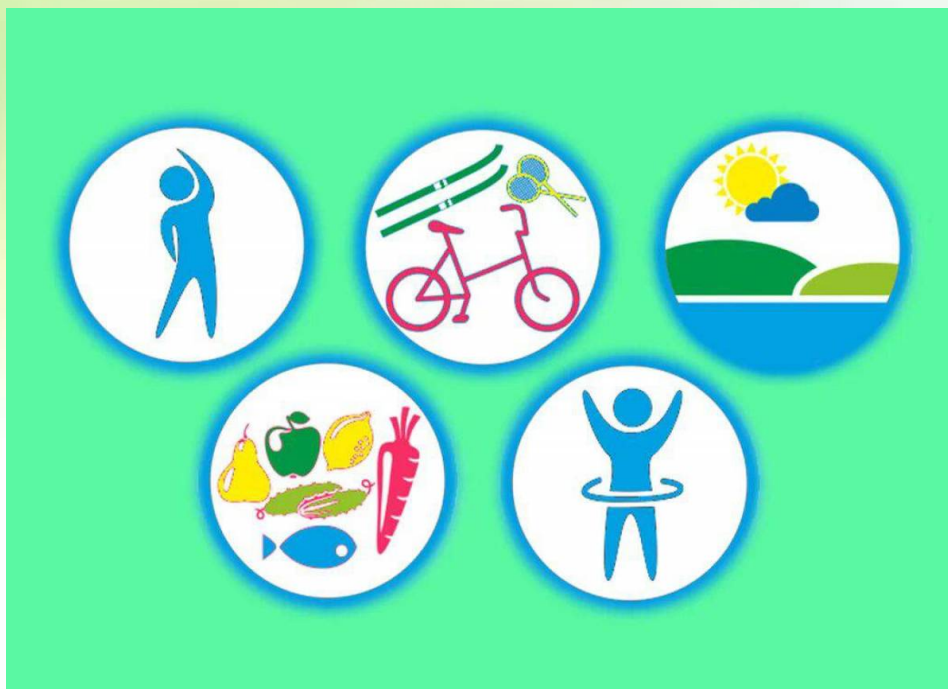
**Кто не ценит  
Собственного здоровья,  
Тот меньше заботится  
И о других людях.**

**В. М. Шепель**



# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ

является одним из важнейших направлений в работе образовательных и, в первую очередь, дошкольных учреждений.





**Эффективность позитивного воздействия на здоровье детей различных оздоровительных мероприятий, составляющих здоровьесберегающую технологию, определяется не столько качеством каждого из этих приемов и методов, сколько их грамотной “встроенностью” в общую систему, направленную на благо здоровья детей и педагогов и отвечающую единству целей и задач.**

Прежде чем мы начнем говорить о здоровьесберегающих технологиях, определим понятие “технология”.

Что такое “технология”?

Какие составные части входят в понятие “технология”?





**Технология**- это инструмент профессиональной деятельности педагога. Сущность педагогической технологии заключается в том, что она имеет выраженную последовательность этапов (включает в себя набор определенных профессиональных действий на каждом этапе, позволяя педагогу еще в процессе проектирования предвидеть промежуточные и итоговые результаты собственной профессионально-педагогической деятельности).

(Деркунская В. А. -канд. пед. Наук)

# **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ –**



**1. системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участников;**

**2. качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровье детей и педагогов;**

**3. технологическая основа здоровьесберегающей педагогики.**

# Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку



обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

**Применительно к взрослым** - содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.



# **Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:**

- ❖ **медико-профилактические;**
- ❖ **физкультурно-оздоровительные;**
- ❖ **технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;**
- ❖ **здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;**
- ❖ **валеологического просвещения родителей;**
- ❖ **здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.**



# Составляющие элементы медико-профилактической технологии.



**закаливание**

**разработка рекомендаций по  
оптимизации  
детского здоровья;**

**организация и контроль  
питания детей раннего и  
дошкольного возраста**

**физическое  
развитие  
дошкольников**

**организация  
контроля и помощь  
в обеспечении  
требований  
СанПиНов**

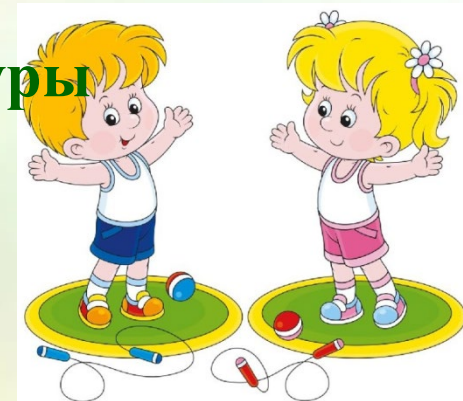
**организация  
мониторинга  
здоровья  
дошкольников**

**организация здоровьесберегающей среды в  
ДОУ**

**организация  
профилактических  
мероприятий в  
детском саду**

# Составляющие элементы физкультурно-оздоровительных технологий :

- ❖ развитие физических качеств, двигательной активности
  - ❖ становление физической культуры дошкольников,
  - ❖ дыхательная гимнастика,
  - ❖ массаж и самомассаж,
  - ❖ профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки,
  - ❖ воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье
- Для ребенка необходима эмоционально благоприятная обстановка в группе, образовательном учреждении.



# Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов

-технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.

Здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в образовательном учреждении, должен находить поддержку дома.



# Технологии валеологического просвещения родителей.

-папки-передвижки, беседы, личный пример педагога, нетрадиционные формы работы с родителями, практические показы (*практикумы*) и др. формы работы.



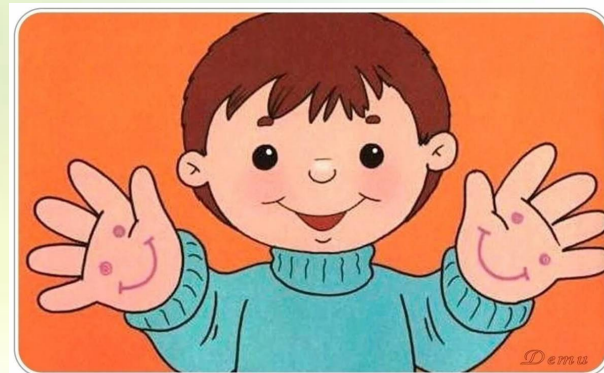
# Существующие здоровьесберегающие образовательные технологии можно выделить в три подгруппы:

- ❖ Здоровьесберегающие технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья
- ❖ Технологии обучения здоровому образу жизни
- ❖ Коррекционные технологии



# Здоровьесберегающие технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья :

- ❖ Динамические паузы – во время занятий, 2-5 мин.
- ❖ Стретчинг (*растяжка мышц*)
- ❖ Подвижные и спортивные игры
- ❖ Релаксация
- ❖ Гимнастика пальчиковая
- ❖ Гимнастика дыхательная
- ❖ Гимнастика для глаз
- ❖ Динамическая гимнастика
- ❖ Гимнастика корригирующая
- ❖ Гимнастика ортопедическая



# Технологии обучения здоровому образу жизни



- ❖ Физкультурное занятие
- ❖ Проблемно-игровые (игротренинги и игротералия)
- ❖ Коммуникативные игры – 1-2 раза в неделю по 30 мин.
- ❖ Занятия из серии «Здоровье»
- ❖ В утренние часы проведение точечного самомассажа.



# Коррекционные технологии

- ❖ Технологии музыкального воздействия
- ❖ Сказкотерапия – 2-4 занятия в месяц по 30 мин.
- ❖ Технологии воздействия цветом



# Здоровьесберегающие ТЕХНОЛОГИИ:

- ❖ формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.
- ❖ приводит не только к сохранению, но и к развитию здоровья воспитанников.



**Здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.**

