

**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

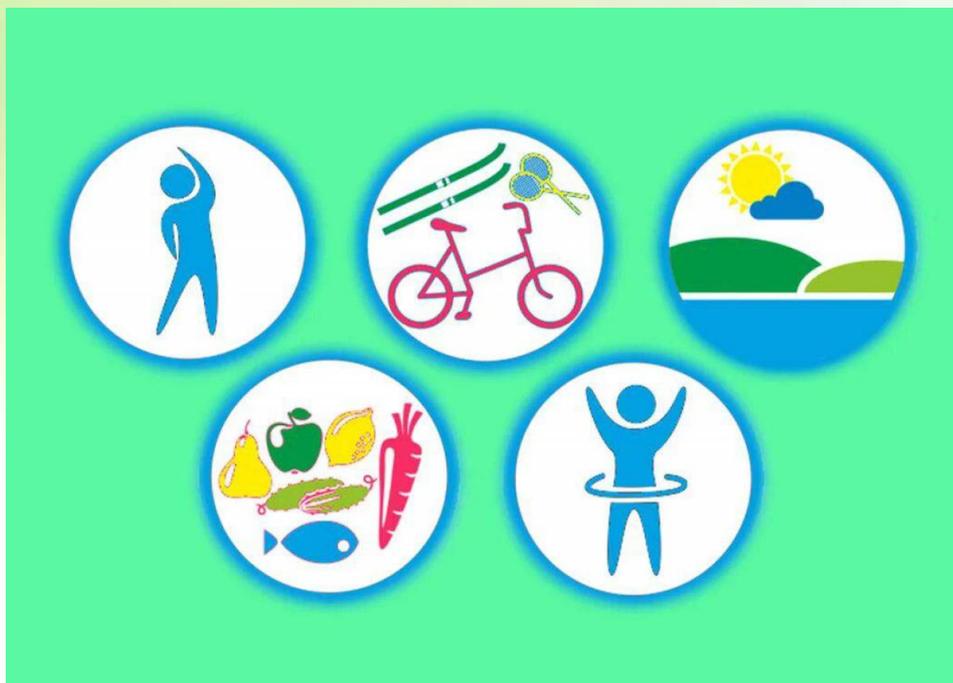
**Кто не ценит
Собственного здоровья,
Тот меньше заботится
И о других людях.**

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.



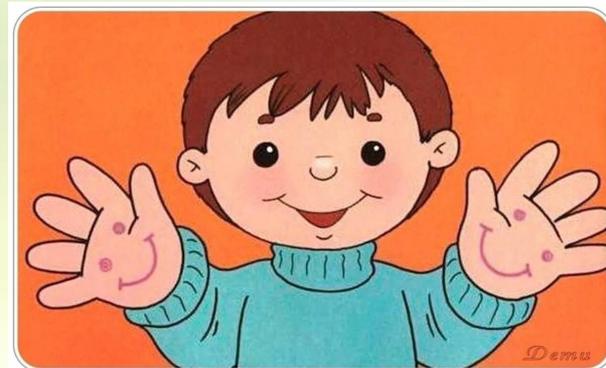
Существующие здоровьесберегающие образовательные технологии можно выделить в три подгруппы:

- ❖ 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.

