

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№70комбинированного вида

Петроградского района Санкт-Петербурга

«Здоровьесберегающие технологии в педагогическом процессе ДОУ»

Зав.ДОУ : Жигалова Алла Левадиевна

Воспитатель: Кузнецова Ольга Николаевна

Воспитатель: Бранчугова Галина Васильевна

Воспитатель: Грачева Нина Павловна

Цель здоровьесберегающих технологий в ДОУ

- 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 охранять 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.

Система здоровьесбережения в ДОУ:

- различные оздоровительные режимы (адаптационный, на время каникул);
- комплекс закаливающих мероприятий (воздушное закаливание, хождение по "дорожкам здоровья", профилактика плоскостопия; максимальное пребывание детей на свежем воздухе, бодрящая гимнастика);
- Непосредственная образовательная деятельность по физической культуре всех типов;
- оптимизация двигательного режима: традиционная двигательная деятельность детей (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, проведение подвижных игр, прогулки) и инновационные технологии оздоровления и профилактики (ритмопластика, тактильные дорожки);
- организация рационального питания;
- медико-профилактическая работа с детьми и родителями;
- соблюдение требований СанПиНа к организации педагогического процесса;
- комплекс мероприятий по сохранению физического и психологического здоровья педагогов.

Направления работы по здоровьесбережению в ДОУ

- Интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности.
- Внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОУ.
- Разнообразие форм физкультурно - досуговой деятельности с дошкольниками.
- Формирование привычки к здоровому образу жизни у дошкольников, педагогов и родителей.
- Совершенствование физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка.
- Выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы.
- Обеспечение физического и психического благополучия каждого ребёнка в ДОУ.

Виды здоровьесберегающих технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения
1.Динамические паузы	Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей.	Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.
2.Гимнастика пальчиковая	Проводится индивидуально либо с подгруппой ежедневно.	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).
3.Подвижные и спортивные игры	Как часть непосредственной образовательной деятельности по физической культуре, на прогулке. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. Используются элементы спортивных игр
4.Релаксация	В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	Можно использовать спокойную музыку, звуки природы
5.Гимнастика утренняя	Ежедневно, утром, перед завтраком во всех группах	В групповой комнате, физкультурном зале, под музыку, с использованием подвижных игр и др.

6. Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки.	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.
7. Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы.	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.
8. Технологии эстетической направленности	Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др.	Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса.
9. Образовательная деятельность по физической культуре	2-3 раза в неделю в спортивном зале и на улице младший возраст – 15 – 20 мин.	Проводится в соответствии с программой, по которой работает ДОУ . Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.
10. Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин во всех группах	Различные варианты проведения

Проведение здоровьесберегающих технологий .







Создана картотека
«Здоровьесберегающие технологии в детском саду»



План профилактических мероприятий на 2013-2014 учебный год

- **1. Чесочно – луковые закуски (обед: 2 раза в неделю)**
- **2. Гимнастика после сна**
- **3. Витаминизация 3 – го блюда**
- **4. Дыхательная гимнастика**
- **5. Соблюдение воздушного режима**
- **6. Проветривание помещений**
- **7. Прогулки на свежем воздухе**
- **8. Профилактика плоскостопия**

Здоровьесбережение в работе с педагогами ДОУ

- Активное участие педагогов в оздоровительных мероприятиях для детей и взрослых (ДОУ, районные соревнования).
- 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.
-
- Обсуждение вопросов о здоровьесбережении на педагогических советах и медико-педагогических совещаниях.

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

- Информационные стенды для родителей в каждой возрастной группе, 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.

Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий в ДОУ

Для детей:

- **1) Сформированные навыки здорового образа жизни.**
- **2) Правильное физическое развитие детского организма, повышение его сопротивляемости к инфекциям.**
- **3) Улучшение соматических показателей здоровья и показателей физической подготовленности.**
- **4) Сформированность гигиенической культуры, наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей его обеспечения.**

Для родителей:

- **1) Сформированная активная родительская позиция.**
- **2) Повышение компетентности родителей в вопросах физического развития и здоровья.**
- **3) Активное участие родителей в жизнедеятельности ДОУ.**



Заключение

Используемые в комплексе
здоровьесберегающие технологии
позволяют повысить мотивацию на
здоровый образ жизни у всех субъектов
воспитательно-образовательного процесса в
ДОУ

**Спасибо за
внимание!**