


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«детский сад №221» комбинированного вида

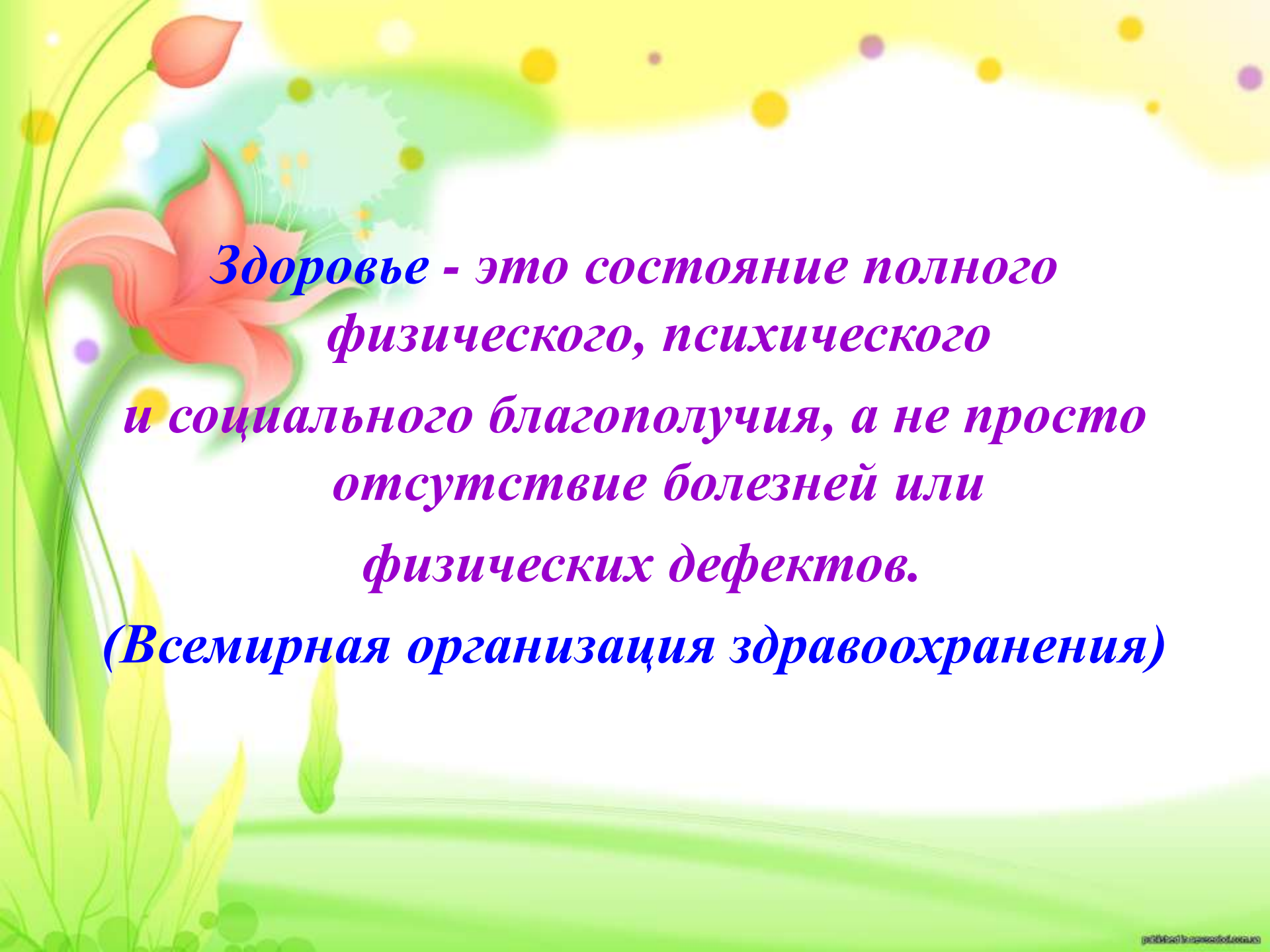
***«Современные здоровьесберегающие
технологии в условиях реализации ФГОС ДО».
Средняя группа №2***

Филимонова Т.Н




*«Детям совершенно так же, как и
взрослым, хочется быть
здоровыми и сильными, только
дети не знают, что для этого надо
делать. Объясни им, и они будут
беречься»*

Януш Корчак



***Здоровье - это состояние полного
физического, психического
и социального благополучия, а не просто
отсутствие болезней или
физических дефектов.
(Всемирная организация здравоохранения)***

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

Задачи здоровьесбережения

- *сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности*
- *создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей*
- *создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения*



Здоровьесберегающая деятельность в нашем ДОУ осуществляется в следующих видах:

- медико-профилактические;*
- физкультурно-оздоровительные;*
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;*

Педагоги и специалисты используют в работе с детьми следующие технологии:

Технологии сохранения и стимулирования здоровья;

- *Физкультминутки*
- *Подвижные игры*
- *Минутки тишины*
- *Минутки шалости*
- *Дыхательная гимнастика*
- *Пальчиковая гимнастика*
- *Динамический час*

Физкультминутки

проводятся во время непосредственно образовательной деятельности, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой и других в зависимости от вида деятельности.

Дыхательная гимнастика

проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.





Подвижные игры

*проводятся
ежедневно как часть
физкультурного
занятия, а также
на прогулке,
в групповой комнате
— со средней
степенью
подвижности. Игры
подбираются
в соответствии
с возрастом ребенка,
местом и временем
ее проведения.*



Пальчиковая гимнастика

проводится индивидуально, либо с группой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, но особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

Динамический час

проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В ее комплекс входят упражнения на пробуждение, коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, обширное умывание.



Технологии обучения здоровому образу жизни

Утренняя гимнастика

проводится ежедневно 8-10 мин. с музыкальным сопровождением. Музыка сопровождает каждое упражнение. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки.



Физкультурные занятия

проводятся два раза в неделю в спортивном зале и один раз на улице в соответствии с образовательной программой. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета.



Физкультурные занятия



Нетрадиционные методы здоровья сбережения

- *Артикуляционная гимнастика*
- *Су-Джок терапия*
- *Сказкотерапия*
- *Релаксация*
- *Гимнастика для глаз*

*Су-Джок терапия и массажные шары
используется для сохранения и укрепления
здоровья детей*



Сказкотерапия

используется для развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. Сказки не только читаем, но и обсуждаем с детьми. Дети также сами сочиняют сказки.

Гимнастика для глаз

проводится в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время ее проведения используется наглядный материал, показ педагога.

*Эмоционально-личностная сфера детей
корректируется благодаря использованию
в режимных моментах тихой,
успокаивающей музыки, звукам природы,
способным подарить душевный комфорт.*

Релаксация


Учит детей расслабляться

Способствует концентрации внимания

Помогает снять напряжение

Снимает возбуждение

Проводиться в любое свободное время.



*Здоровье ребенка превыше всего,
Богатство земли не заменит его.
Здоровье не купишь, никто не
продаст.
Его берегите, как сердце, как
глаз!!!*

Спасибо за внимание

