

Здоровьесберегающие технологии в ДОУ

Подготовили:
Тепликина А.А.
Брынских О.В.

Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие физических дефектов.

Одна из задач ФГОС ДОУ – охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Здоровьесберегающие технологии – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.



Актуальность применения здоровьесберегающих технологий:

- Гиподинамия (нарушение функций организма – опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения, нарушения зрения, слуха...)*
- Детские стрессы (нервные расстройства вследствие отрицательной психологической обстановки в семье, излишнего шума и нервозности в детском коллективе)*
- Тревожность (недостаток эмоциональной поддержки в детском саду и дома)*



Цель здоровьесберегающих 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.

Задачи здоровьесбережения:

- 1. Сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности.*
- 2. Создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения.*
- 3. Создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей.*



Виды здоровьесберегающих технологий в ДОУ:

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



Медико-профилактические технологии

В дошкольном образовании технологии, обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним относятся следующие технологии:

- организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;*
- организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания;*
- организация профилактических мероприятий в детском саду;*
- организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов;*
- организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.*



Физкультурно-оздоровительные технологии

В дошкольном образовании – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры на тренажерах, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

Реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОУ в условиях специально организованных форм оздоровительной работы. Отдельные приемы этих технологий широко используются педагогами дошкольного образования в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимные моменты и в свободной деятельности детей, в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребенком и др.



Технологии социально-психологического благополучия ребёнка

Технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника. Основная задача этих технологий обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника. Реализацией данных технологий занимается психолог посредством специально организованных встреч с детьми, а также воспитатель и специалисты дошкольного образования в текущем педагогическом процессе ДОУ. К этому виду технологий можно отнести технологии психологического и психолого-педагогического сопровождения развития ребёнка в педагогическом процессе ДОУ.



Здоровьесберегающие образовательные технологии

В детском саду – это прежде всего технологии воспитаниявалеологической культуры или культуры здоровья дошкольников. В дошкольной педагогике к наиболее значимым видам технологий относятся технологии личностно-ориентированного воспитания и обучения дошкольников. Ведущий принцип таких технологий – учёт личностных особенностей ребёнка, индивидуальной логики его развития, учёт детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения. Построение педагогического процесса с ориентацией на личность ребёнка закономерным образом содействует его благополучному существованию, а значит здоровью.



Технологии валеологического просвещения родителей

-это технологии, направленные на обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОУ, обретение ими валеологической компетентности. Валеологическое образование родителей надо рассматривать как непрерывный процесс валеологического просвещения всех членов семьи.



Формы организации здоровьесберегающей работы



Утренняя гимнастика



Физкультурные занятия



Совместная деятельность



Подвижные игры



Прогулки



Питание и гигиена





Бодрящая гимнастика

Воздушные ванны и закаливание



Дыхательная гимнастика



Артикуляционная гимнастика



Гимнастика для глаз



Пальчиковая гимнастика

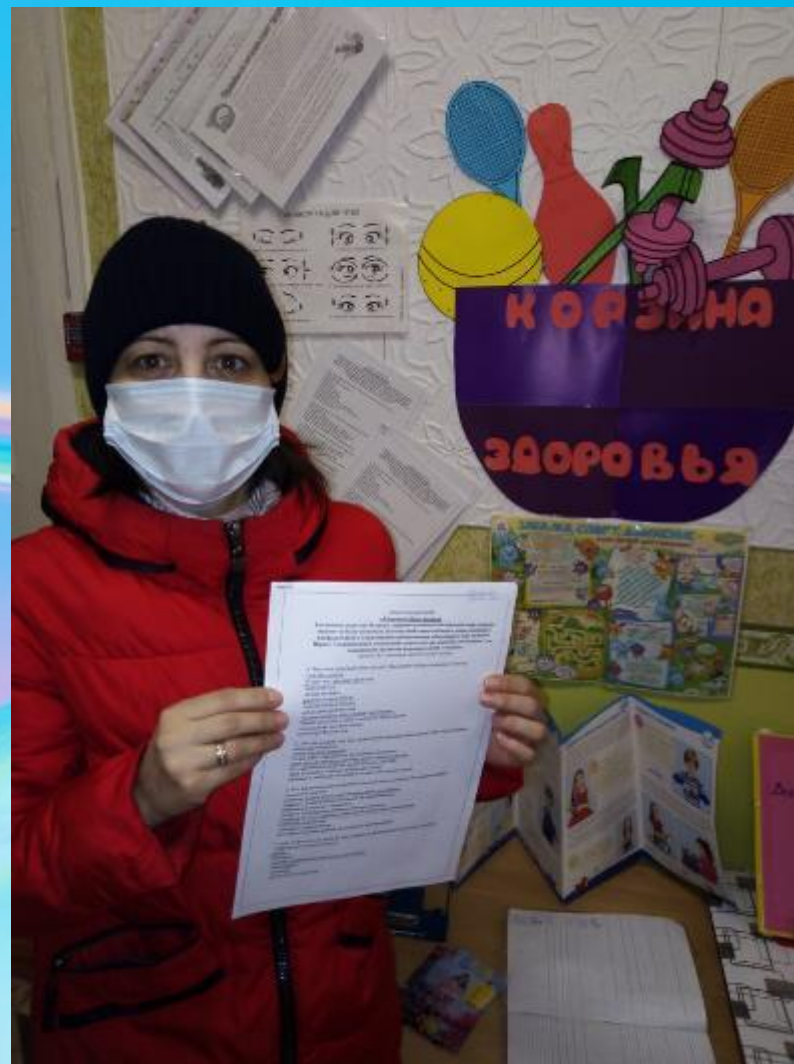
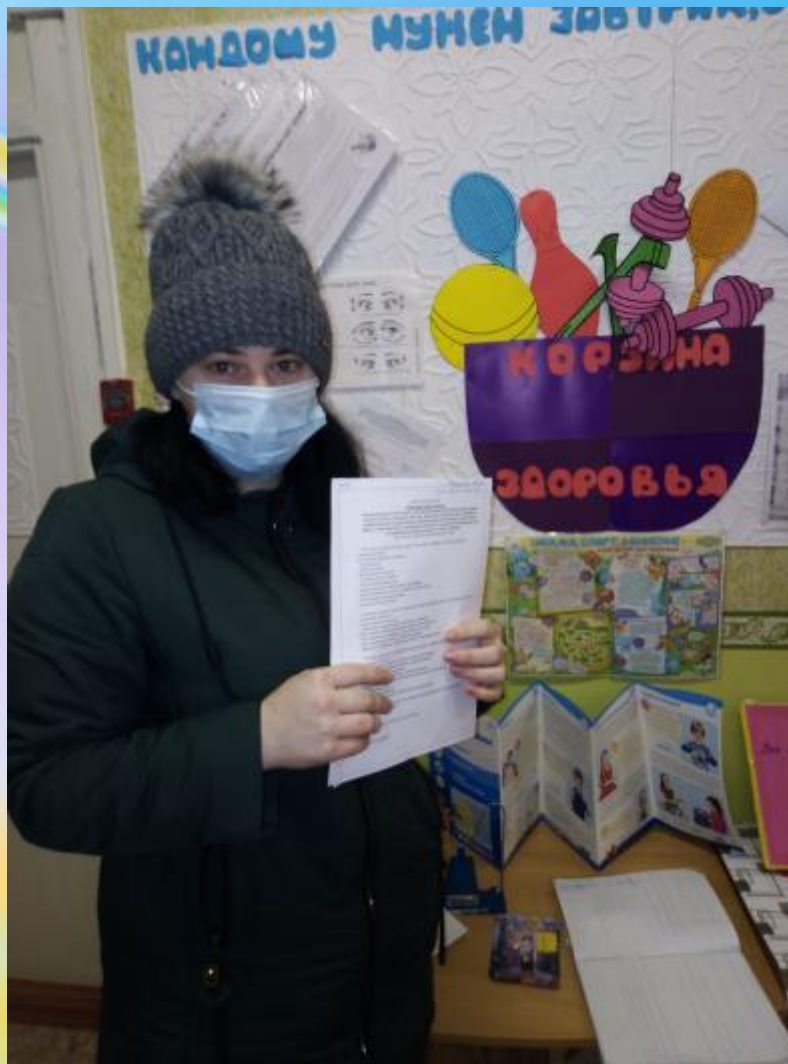




Технологии музыкального воздействия



Работа с родителями



Зарядка дома





Вывод

Использование здоровьесберегающих технологий в дошкольном учреждении имеет огромное значение в процессе оптимизации двигательной активности, способствует разностороннему развитию, укреплению здоровья детей и овладению навыками самооздоровления.

Поэтому в ДОУ необходим поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления.

