

# 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.*

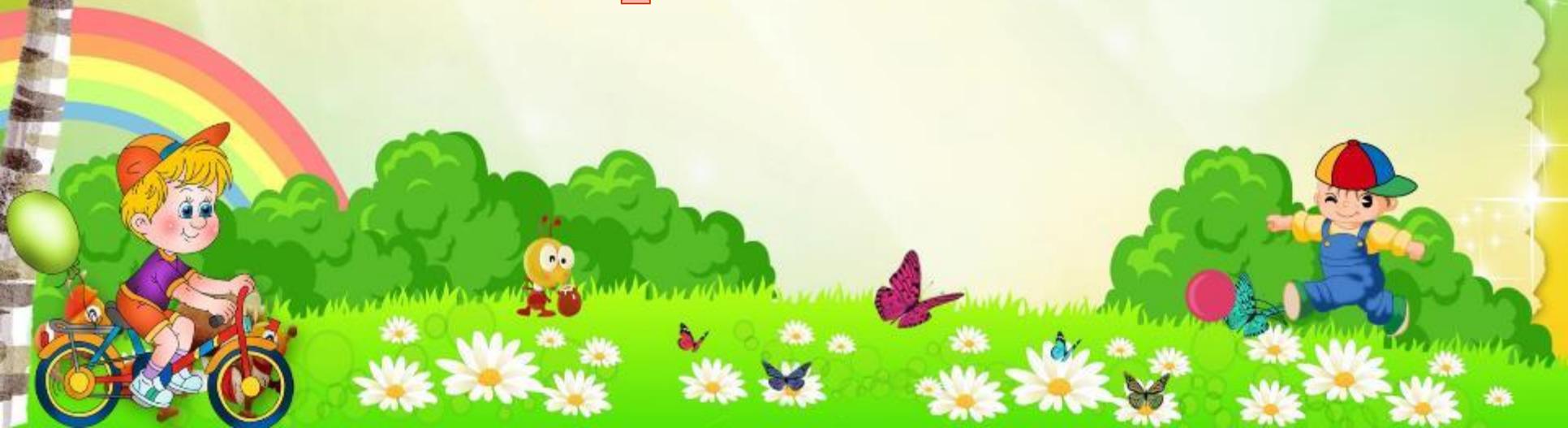


## *Технологии валеологического просвещения родителей*

*-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

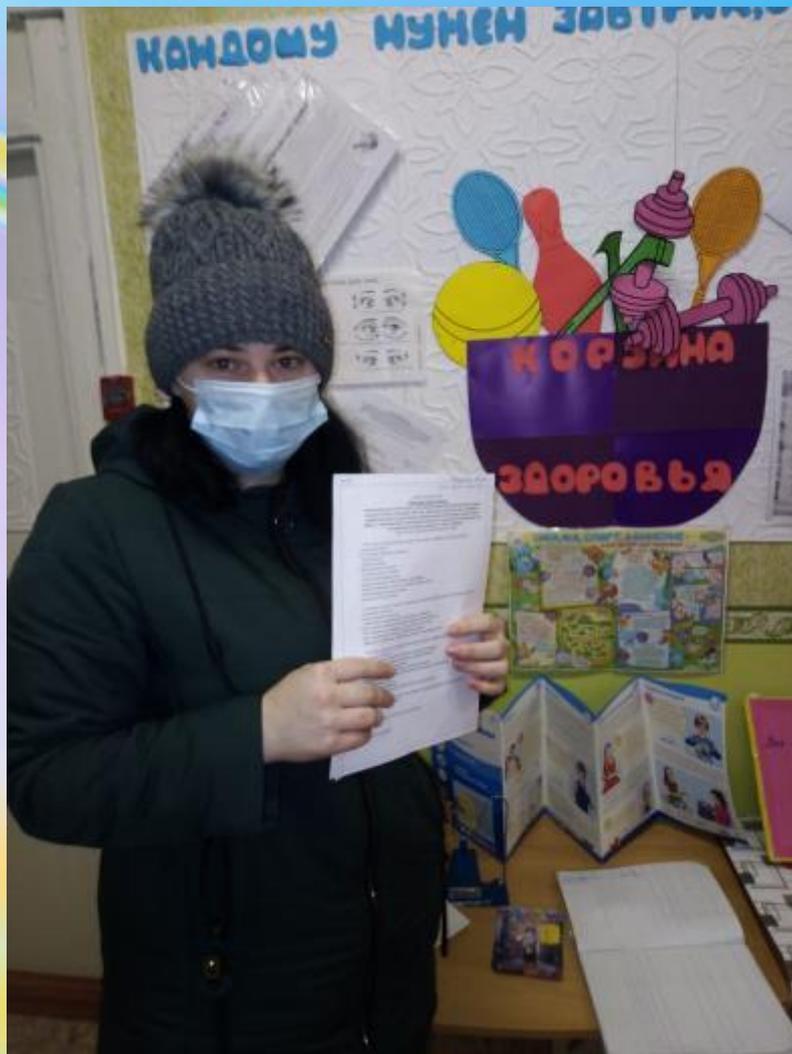




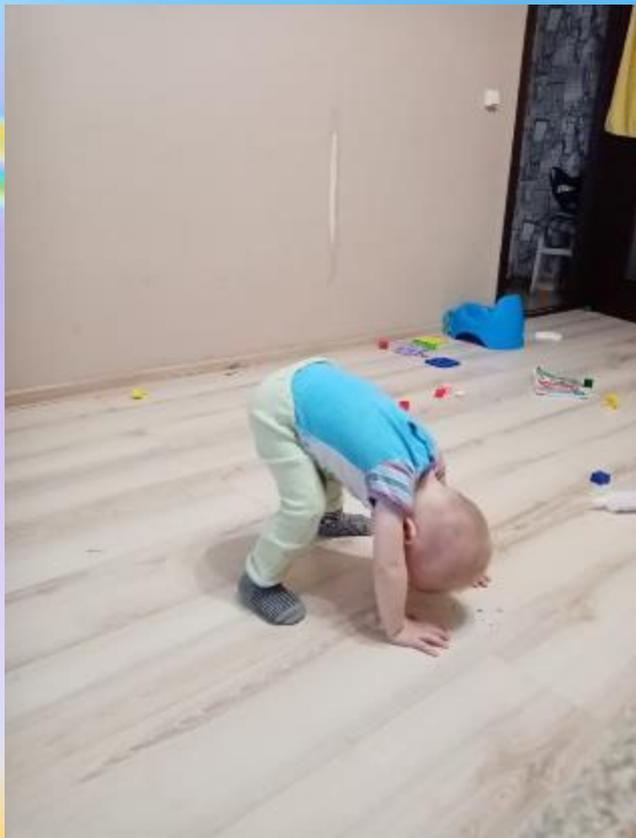
# Технологии музыкального воздействия



# 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.*

