

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад «Родничок»»**

**Консультация для педагогов  
« Современные здоровье берегающие технологии»**

Составитель: Константинова Е.В.

п. Расцвет, 2019г.

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка — это самая главная задача не только для родителей, и для педагогов. Для эффективного решения данной проблемы в дошкольном учреждении используются здоровьесберегающие технологии. **Что же это такое?** Это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействия всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. Другими словами, это все формы, средства и методы, используемые в дошкольном учреждении, для укрепления и сохранения здоровья.

Основные составляющие этой системы:

1. Организация рационального двигательного режима детей.
2. Непрерывное мониторинг состояния здоровья детей и своевременная коррекция возникающих отклонений.
3. Организация рационального учебно-воспитательного процесса с учётом возрастных и половых особенностей детей, а также в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями.
4. Создание благоприятного психо-эмоционального климата в образовательном учреждении для комфортного пребывания детей.
5. Использование многообразных программ по формированию мотиваций и навыков здорового образа жизни.

**Основные задачи:**

- создание максимально благоприятных условий для умственного, нравственного, физического, эстетического развития личности;
- охрана и укрепление психофизического здоровья детей;
- совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами здоровьесберегающих технологий;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями.

Современные здоровьесберегающие технологии используемые в системе дошкольного образования отражают две линии оздоровительно-развивающей работы:

- приобщение детей к физической культуре;
- использование развивающих форм оздоровительной работы.

**Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:**

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

**Медицинские здоровьесберегающие технологии в ДОУ:**

- обеспечивают сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медсестры ДООУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

- Мониторинг здоровья
- Организация профилактических мероприятий
- Рациональное питание
- Рациональный режим дня
- Здоровьесберегающая среда
- Контроль и помощь в обеспечении требований СанПиН.

**Физкультурно-оздоровительные технологии** - направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребёнка, развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников.

- Двигательный режим
- Динамические паузы
- Закаливание
- Гимнастика
- Подвижные и спортивные игры
- Дни здоровья
- Спортивные развлечения, праздники

#### **Психолого-педагогическое сопровождение ребенка:**

Ребенок, имеющий какую-либо проблему в развитии, получает квалифицированную помощь, направленную на индивидуальное развитие.

- Тренинги
- Релаксация
- Музыкалотерапия
- Психогимнастика
- Сказкотерапия.

**Технологии здоровьесбережения и здоровьєобогащения педагогов** - технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни. Здоровьесбережение в работе с педагогами ДООУ: Семинары-тренинги, Консультации для педагогов, Практикум для педагогов ДООУ, Обсуждение вопросов здоровьесбережения на педагогических советах и медико-педагогических совещаниях в группах.

**Взаимодействие ДООУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей:**

- Информационные стенды для родителей в каждой возрастной группе, где работают рубрики, освещающие вопросы оздоровления без лекарств;
- Информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми в ДООУ;
- Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДООУ;
- Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.

#### **Технологии сохранения и стимулирования здоровья:**

- Динамические паузы;

- Подвижные и спортивные игры;
- Релаксация;
- Пальчиковая гимнастика;
- Гимнастика для глаз;
- Дыхательная гимнастика;
- Гимнастика после сна

#### **Здоровьесберегающие образовательные технологии:**

Технологии сохранения и стимулирования здоровья;  
Технологии обучения здоровому образу жизни;  
Коррекционные технологии.

#### **Динамические паузы.**

#### **Технологии обучения здоровому образу жизни:**

- Утренняя гимнастика;
- Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию;
- Самомассаж;
- Активный отдых

#### **Коррекционные технологии:**

- Артикуляционная гимнастика;
- Арт-терапия;
- Сказкотерапия;
- Психогимнастика;
- Технология музыкального воздействия;
- Цветотерапия.

#### **Работа с родителями:**

Педагогические беседы, общие и групповые родительские собрания, консультации, выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями, участие родителей в подготовке и проведении праздников, физкультурных досугов, совместное создание предметно развивающей среды.

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать нам, педагогам дошкольных учреждений. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Исходя из принципа "здоровый ребенок – успешный ребенок", считаю невозможным решение проблемы воспитания социально адаптированной личности без осуществления системы мероприятий по оздоровительной работе и физическому воспитанию детей. Поэтому в настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений педагогической деятельности выделяется применение в условиях детского сада здоровьесберегающих технологий.

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, если будут созданы условия для возможности корректировки технологий, в зависимости от конкретных условий и специализации ДОУ; если, опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, будут внесены

необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; будут сформированы положительные мотивации у педагогов ДООУ и родителей детей.

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Только 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.

## Методическое обеспечение

Алямовская В.Г. Новые подходы к планированию образовательной работы в детском саду. - //Управление ДОУ, №3, 2002г., с. 21 – 27.

1. Сократов Н.В. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей. – М.: ТЦ Сфера, 2005 г.
2. Зимонина В.А. Воспитание ребёнка – дошкольника. Расту здоровым. М.;ВЛАДОС,2003-304 с
3. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. М.: АРКТИ, 2002 – 64 с.
4. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005 – 127 с.
5. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста М.: 2004
6. Чупаха И.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. М: 2003 - 143 с.
7. Волошина Л. Организация здоровьесберегающего пространства//Дошкольное воспитание.-2004.-№1.-С.114-117.
8. Гимнастика для глаз. - // Дошкольная педагогика, декабрь, 2007. – с.26-27.