

Современные инновационные здоровьесберегающие в ДОУ

Васютина Ирина Валериевна, магистр, инструктор физической культуре

МБДОУ ДС №44 «Золушка», Старый Оскол

Здоровьесберегающие технологии в образовании - направленные на приоритетной задачи дошкольного образования - задачи сохранения, и обогащения субъектов педагогического в детском детях, педагогов и родителей.

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

1. приобщение детей к физической культуре;
2. использование форм оздоровительной

Акцент от простого и профилактики на укрепление как самостоятельно ценности, необходим эффективных лечебно-профилактических система надежных коррекции психофизического на протяжении дошкольного детства.

Стремление к понятно и т.к. здоровый рассматривается в целостного телесно-духовного требующего индивидуально-дифференцированного Результат должен в том, эффект одной меры закрепляется в виде устойчивого, психосоматического состояния, дает начало в режиме

С зрения современных к педагогике, творческая деятельность и педагога, внутренним основанием телесного и в жизни

Принципы, в формировании

1. принцип творческого воображения – внутреннее условие работы, здесь условно предстает тех или педагогических и воздействий. И, показала статистика, включению ребенком можно добиться результатов в и лечении заболеваний: ОРЗ, энуреза, отдельных сердечно-сосудистой системы и ЖКТ;
2. принцип формирования моторики – может стать и управляемым тогда, когда будет осмысленным и ощущаемым. Ребенку научиться слушать, уважать и свое тело;
3. принцип создания и закрепления целостного психосоматического состояния различных видах который реализуется многофункциональным развивающим здоровьесберегающей работы;
4. принцип формирования у детей способности к сопереживанию и

Формы организации здоровьесберегающей

1. физкультурные занятия

2. самостоятельная детей
3. подвижные игры
4. утренняя гимнастика дыхательная, звуковая)
5. двигательно-оздоровительные
6. физические упражнения дневного сна
7. физические упражнения в с закаливающими
8. физкультурные прогулки (в на стадион)
9. физкультурные
10. спортивные праздники
11. оздоровительные в водной

Существующие образовательные технологии выделить в подгруппы:

1. Организационно-педагогические технологии, определяющие воспитательно-образовательного процесса, предотвращению состояния гиподинамии и дезадаптационных состояний;
2. Психолого-педагогические связанные с работой педагога с детьми;
3. Учебно-воспитательные технологии, включают программы обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры

Здоровьесберегающие технологии, сохранения и здоровья:

– не раньше через 30 после приема 2 раза в неделю по мин. со возраста в или музыкальном либо в комнате, в проветренном помещении упражнения под
Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием.

-динамические – во занятий, 2-5 по мере детей. Рекомендуется всех детей в качестве профилактики Могут включать в себя элементы для глаз, гимнастики и в зависимости вида занятия.

– часть физкультурного на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени Ежедневно для возрастных групп. подбираются в с возрастом местом и ее проведения. В детском саду используем лишь спортивных игр.

Релаксация – в любом подходящем в зависимости состояния детей и целей, педагог интенсивность технологии. всех возрастных Можно использовать классическую музыку (Рахманинов), звуки В нашем саду создан релаксационный кабинет.

Гимнастика пальчиковая – с младшего индивидуально либо с подгруппой ежедневно. всем детям, с речевыми Проводится в удобный отрезок (в любое время).

Гимнастика глаз – по 3-5 в любое время в от интенсивности нагрузки с возраста. Рекомендуется наглядный материал, педагога.

Гимнастика – в формах физкультурно-оздоровительной Обеспечить проветривание педагогу дать инструкции об гигиене полости перед проведением
Динамическая – ежедневно дневного сна, мин.

Гимнастика корректирующая – в различных формах работы. Форма зависит от задачи и детей.

Гимнастика – в формах физкультурно-оздоровительной Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики опорного свода .

-технологии обучения здоровому жизни;

-физкультурное занятие – 2-3 раза в неделю в или музыкальном Ранний возраст - в групповой 10 мин. возраст – мин., средний – 20-25 старший возраст – 25-30 мин. занятием необходимо проветрить помещение.

Проблемно-игровые и игротерапия) – в время, можно второй половине Время строго фиксировано, в от задач, педагогом. Занятие быть организовано заметно для посредством включения в процесс деятельности.

-коммуникативные игры – 1-2 раза в неделю по мин. со возраста. Занятия по определенной и состоят нескольких частей. В них входят этюды и разной степени занятия рисованием, и др.

-занятия серии «Здоровье» раз в по 30 со старшего Могут быть в сетку в качестве развития.

-в утренние часы точечного самомассажа. в преддверии в осенний и весенний периоды в любое время Проводится строго специальной методике. детям с простудными заболеваниями и болезнями органов Используется наглядный (специальные модули).

Коррекционные

Технологии музыкального воздействия – в различных физкультурно-оздоровительной работы; отдельные занятия раза в в зависимости поставленных целей. в качестве средства как других технологий; снятия напряжения, эмоционального настроения и пр.

Сказкотерапия – 2-4 занятия в месяц по мин. со возраста. Занятия для психологической и развивающей Сказку может взрослый, либо может быть рассказывание, где является не человек, группа а остальные повторяют за необходимые движения.

Технологии цветом – специальное занятие раза в в зависимости поставленных задач. подобранные цвета в нашей снимают напряжение и повышают эмоциональный ребенка.

Используемые в комплексе технологии в формируют у стойкую мотивацию здоровый образ

Закаливание, звено в физического воспитания Оно обеспечивает защитных сил повышение его к воздействию изменяющихся условий среды. Закаливание оздоровительный эффект при условии грамотного осуществления и обязательного соблюдения принципов:

1. закаливающие мероприятия вписываются во режимные моменты;
2. проводятся систематически фоне оптимального состояния детей, фоне их эмоционального настроения;
3. проводятся с индивидуальных, возрастных детей, состояния уровня закаленности;
4. сила и длительность процедур увеличивается

Любая процедура дает результат только в комплексе закаливающих проводимых в жизни ДОО. составить программу по каждой с учетом группы здоровья разработать схему программ закаливания год, где перечень закаливающих проводимых в дня. Программа с врачом учреждения и заведующим ДОО.

Из всего богатого существующих форм можно выделить доступные:

1. нахождение детей в комнате в одежде в дня;
2. проведение утренней гимнастики свежем воздухе в течение года;
3. прогулки свежем воздухе. правильной организации является одним важных моментов Летом, когда воздуха достигает в тени 18 градусов, вся детей переносится участок. В время года пребывания детей воздухе 3.5-4 в любую в одежде, стесняющей деятельность ребенка:

-солевое закаливание с возраста (после гимнастики на выкладываются мокрые и дети притопывая по В яслях по 3 в младшей - 3-4 в средней кругов. Первые закаливаний воспитатель вместе с по дорожке, каким шагом

В среднем возрасте включается применение душирования – это эффективный выработки устойчивости к сквознякам (разработал В.Л.Лебедь). В душирования происходит работоспособности всех обеспечивающих терморегуляцию. воздушным процедурам становится более спокойным, незаметно повышенная возбудимость, сон.

В возрасте использование обтирания проводимое температуре воздуха в помещении не 23 градусов варежкой, смоченной определенной температуры.

При карантинном применение полоскания водой комнатной 3 раза в день температура снижается постепенно с 36 градусов 27.

В подготовительной введение «рижского» - топтание гальке в растворе.

В работе использование с младшей схемы индивидуальных закаливания, в чётко расписывается в какую закаливающую должны проводить в определённый отрезок (утром, днём,

Использование специальных форм технологий с развивающей программы приводит не к сохранению, и к здоровью воспитанников. Только здоровый ребенок с удовольствием включается все виды он жизнерадостен, открыт в со сверстниками и педагогами. Это успешного развития сфер личности, ее свойств и качеств.

Словарь терминов здоровьесберегающим технологиям (по Деркунской В Технология – это профессиональной деятельности соответственно характеризующаяся прилагательным-педагогическим.

Сущность педагогической технологии в том, она имеет этапность (пошаговость), в себя определенных профессиональных на каждом позволяя педагогу в процессе предвидеть промежуточные и итоговые результаты профессионально-педагогической деятельности.

Педагогическую технологию

1. конкретность и четкость и задач;
2. наличие этапов: первичной
3. отбора содержания, форм, и приемов реализации;
4. использования совокупности средств в определенной логике с организацией промежуточной для достижения цели;
5. итоговой диагностики достижения
6. критериальной оценки результатов.

Важнейшей педагогической технологии ее воспроизводимость.

Здоровьесберегающие образовательные (ЗОТ):

- 1) системно совокупность программ, методов организации процесса, не ущерба здоровью участников;
- 2) характеристика педагогических по критерию воздействия на учащихся и
- 3) основа здоровьесберегающей

Здоровьесберегающие в дошкольном технологии, направленные решение приоритетной современного дошкольного сохранения, поддержания и обогащения здоровья педагогического процесса в детском саду: педагогов и

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

1. Применительно к ребенку – обеспечение высокого реального здоровья детского сада и воспитание валеологической как совокупности отношения ребенка к здоровью и

человека, знаний о здоровье и оберегать, поддерживать и сохранять его, компетентности, позволяющей самостоятельно и решать задачи образа жизни и безопасного поведения, связанные с элементарной медицинской, самопомощи и

2. Применительно к взрослым – содействие становлению здоровья, в числе культуры здоровья воспитателей и валеологическому родителей.

Виды технологий в образовании:

1. медико-профилактические;
2. физкультурно-оздоровительные;
3. технологии обеспечения социально-психологического ребенка;
4. здоровьесбережения и педагогов дошкольного
5. валеологического родителей; здоровьесберегающие технологии в саду.

Медико-профилактические технологии в образовании – обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья под руководством персонала ДООУ в соответствии с требованиями и с использованием средств. К относятся следующие организация мониторинга дошкольников и рекомендаций по детского здоровья; и контроль детей раннего и дошкольного возраста, развития дошкольников, организация профилактических в детском организация контроля и помощь в обеспечении требований ; организация здоровье среды в

Физкультурно-оздоровительные в дошкольном – технологии, на физическое и укрепление дошкольников: развитие качеств, двигательной и становление культуры дошкольников, дыхательная гимнастика, и самомассаж, плоскостопия и правильной осанки, привычки к физической активности и заботе о и др.

Реализация этих технологий, правило, осуществляется по физическому и воспитателями в условиях организованных форм работы.

Здоровье сберегающие технологии в саду – воспитания валеологической или культуры дошкольников. Цель- осознанного отношения к здоровью и жизни человека, знаний о и развитие оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, дошкольнику самостоятельно и эффективно решать здорового образа и безопасного Это технология воспитания и дошкольников. Ведущий таких технологий-личностных особенностей индивидуальной логики развития, учет интересов и в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения.

Технологии социально-психологического благополучия – обеспечивающие психическое и социальное здоровье Основная задача технологий- обеспечение комфортности и психологического самочувствия в процессе со сверстниками и

взрослыми в саду и К ним технологии психологического психолого-педагогического сопровождения ребенка в процессе ДОУ.

Технологии здоровьесбережения и обогащения педагогов – технологии, направленные развитие культуры педагогов, в числе культуры здоровья, развитие к здоровому жизни.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ

1. Алямовская В.Г. Как здорового ребенка. – М: Аркти, – 132 с.
2. Ахутина Т.В. технологии обучения: подход // здоровья. 2000. 7. №2. – 28.
3. Кучма В.Р. и практика детей и на рубеже - М.,
4. Кучма Сердюковская Г.Н., А.К. Руководство гигиене и здоровья школьников. - М., 2000.
5. Методические Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: анализа, формы, опыт применения ред. М.М. В.Д. Сонькина. -М.,
6. Назаренко Л.Д. Оздоровительные физических упражнений. - М., 2002.
7. Педагогика и психология здоровья /Под Н.К. Смирнова. - М.: АПКИПРО,
8. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие технологии в учителя и - М.: 2003.
9. Сухарев Концепция укрепления детского и населения России Школа здоровья. Т. 7. С.29 –
10. Ткачева Играем каждый //Методические рекомендации. - Мн.: НИО,
11. Виленский Методологический анализ и особенного в понятиях «здоровый жизни» и стиль жизни» / М.Я. Виленский, С.О. Авчинникова Теория и физической культуры. – 2004. – № 11. – 2-7.
12. Волошина Л.Н., М.М. Проблемы управления физкультурно-оздоровительной субъектов образовательного в дошкольном / Л.Н. Волошина, // Культура и здоровье. – Воронеж, 2010. – №3(28). – 35
13. Голицына Н.С. занятия физкультурой в дошкольном образовательном – М.: Скрипторий 2003», – 72 с.
14. Образовательная дополнительного образования «За здоровый жизни» // ресурс. Режим <http://www.voenpatriot.ru/>
15. Сопко Пазыркина М.В. здоровья – компонент народного // Здоровьесберегающее – № 1(29). – С.
16. Стожарова Психологическое здоровье дошкольников // в детском – 2005. – № 5. –

C .19-25.