

МАДОУ Г. Нижневартонска ДС №52 «Самолётик»

«Использование здоровьесберегающих технологий в режиме дня»

Подготовила: Бакулина Д.В.

г. Нижневартовск, 2017г.

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
Ритмическая гимнастика	1 раз в неделю по 30 мин. со среднего возраста в физкультурно- музыкальном зале	Обращается внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка	Инструктор по физ. воспитанию
Динамические паузы	Во время занятий, 2-5 мин.	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия	Воспитатели, специалисты ДОУ
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем элементы спортивных игр	Воспитатели
Релаксация	В любом подходящем помещении. В	Используется спокойная	Воспитатели

	зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп	классическая музыка (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	
Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Приводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Воспитатели
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога	Все педагоги
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги
Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках; ходьба по ребристым дощечкам, по массажным коврикам	Воспитатели
Гимнастика корректирующая	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента	Воспитатели

		детей	
2. Технологии обучения здоровому образу жизни			
Физическая культура	2 раза в неделю в физкультурном зале. Ранний возраст - в групповой комнате, 10 мин. Младший возраст- 10 мин., средний возраст - 20 мин., старший возраст - 25 мин. 1 раз на улице со среднего возраста.	проводятся в соответствии программой, по которой работает ДООУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение, влажная уборка пола	Воспитатели, инструктор по физо
Коммуникативные игры	1-2 раза в неделю по 25 мин. со старшего возраста	строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой др.	Воспитатели
Занятия по воспитанию здорового образа жизни	1 раз в неделю по 20 мин. со ст. возраста	Бывают включены в сетку занятий в качестве познавательного развития	Воспитатели