



Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
город Нижневартовск детский сад №17 «Ладушки»

«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ» – КЛЮЧЕВОЙ МОМЕНТ НОВОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ



Воспитатель высшей категории
Фазлыева М.А.

«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ»
-- КЛЮЧЕВОЙ МОМЕНТ
НОВОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
МЫШЛЕНИЯ

Кто не ценит собственного здоровья, тот меньше заботится и о других людях.

В.М.Шепель

*Доктор философских наук, профессор,
заслуженный деятель науки.*



ЗАДАЧИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ:

- ★ *Сохранить здоровье детей;*
- ★ *Создать условия для их своевременного и полноценного психического развития;*
- ★ *Обеспечить каждому ребенку возможность радостно и содержательно прожить период дошкольного детства.*



*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*



Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей

одна из главных стратегических задач развития страны.

Она регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как:

- Закон РФ «Об образовании Российской Федерации» (ст. 51)
- «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».

А так же Указами Президента России:

- «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ»
- «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ».

Особо следует отметить отсутствие

у детей физических качеств :

- *усидчивости, умения напрягаться без ущерба для здоровья,*
- *элементарно корректировать свое эмоциональное состояние,*
- *переключаться с одной деятельности на другую),*

то есть тех показателей, которые тесно связаны с самовоспитанием.



Почему сегодня здоровьесберегающее направление в работе ДОО зачастую рассматривается как инновационное?!

Ведь в детских садах, казалось бы, всегда здоровью детей уделялось немало внимания?!

Это потому, что в современных условиях здоровьесбережение – ключевой элемент нового мышления, который требует пересмотра, переоценки всех компонентов образовательного процесса.

Оно радикально меняет саму суть и характер процесса, ставя в центр здоровье ребёнка.

Дошкольное образовательное учреждение имеет большие потенциальные возможности для формирования у детей здоровьесберегающей культуры, навыков здорового образа жизни.

Это связано с системностью дошкольного образования, возможностью поэтапной реализации поставленных задач с учётом возрастных и психологических возможностей детей-дошкольников.

Ключевая фигура в данной работе – воспитатель, как носитель и проводник социальных ценностей, среди которых одной из приоритетных признаётся здоровье ребёнка.



Сегодня каждый педагог должен использовать в своей деятельности программы, методики и технологии, отвечающие принципам здоровьесберегающего обучения.

Формы, реализации физкультурно – оздоровительной работы или здоровьесберегающих технологий в нашем учреждении:

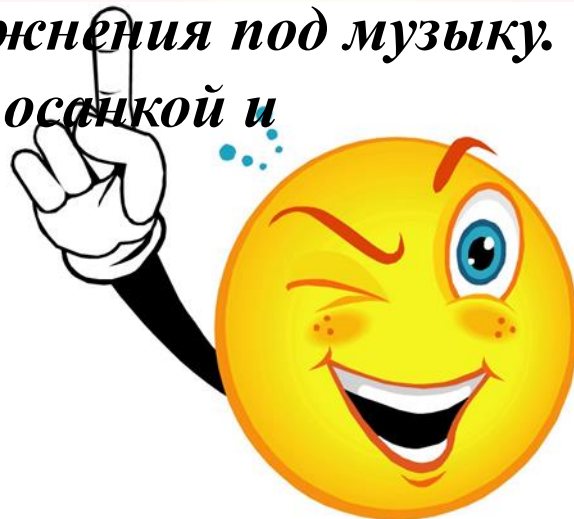
- *физкультурные занятия*
- *образовательная деятельность детей в режимных моментах*
- *самостоятельная деятельность детей*
- *подвижные игры*
- *утренняя гимнастика (традиционная, дыхательная, звуковая)*
- *двигательно-оздоровительные физкультминутки*
- *физические упражнения после дневного сна*
- *физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами*
- *физкультурные прогулки*
- *физкультурные досуги*
- *спортивные праздники*
- *закаливающие процедуры ..*



Существующие здоровьесберегающие образовательные технологии можно выделить в три подгруппы:

1. Здоровьесберегающие технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Стретчинг – не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста в физкультурном или музыкальном залах, либо в групповой комнате, в хорошо проветренном помещении специальные упражнения под музыку. Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием.



Динамические паузы – во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей.

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.

Подвижные и спортивные игры – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В детском саду мы используем лишь элементы спортивных игр.



Релаксация – в любом подходящем помещении, в зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии.

Для всех возрастных групп можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы.



***Гимнастика пальчиковая – с младшего
возраста индивидуально либо с подгруппой
ежедневно. Рекомендуется всем детям,
особенно с речевыми проблемами. Проводится
в любой удобный отрезок времени (в любое
удобное время).***



Существует десять золотых правил здоровьесбережения:

- 1. Соблюдайте режим дня!*
- 2. Обращайте больше внимания на питание!*
- 3. Больше двигайтесь!*
- 4. Спите в прохладной комнате!*
- 5. Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!*
- 6. Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!*
- 7. Гоните прочь уныние и хандру!*
- 8. Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!*
- 9. Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!*
- 10. Желайте себе и окружающим только добра!*



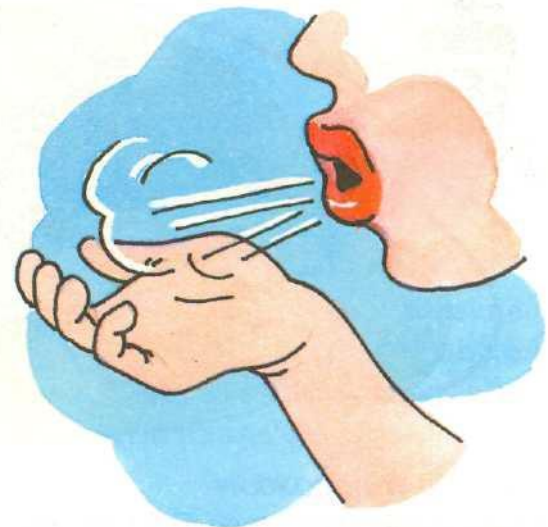
***Гимнастика для глаз – ежедневно по 3-5 мин.
В любое свободное время в зависимости от интенсивности
зрительной нагрузки с младшего возраста.
Рекомендуется использовать наглядный материал, показ
педагога.***



Гимнастика дыхательная

– в различных формах физкультурно-оздоровительной работы.

Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.



Динамическая гимнастика

ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.

Гимнастика корригирующая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей.

Гимнастика ортопедическая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней



2. Технологии обучения здоровому образу жизни

Физкультурное занятие – 3 раза в неделю в спортивном залах.

Ранний возраст - в групповой комнате, 10 мин.

Младший возраст – 15-20 мин., средний возраст – 20-25 мин.,

Старший возраст – 25-30 мин.

Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.

Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия) – в свободное время, можно во второй половине дня.

Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом. Занятие может быть организовано незаметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности.



Коммуникативные игры – 1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста. Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.

Занятия по формированию навыков здорового образа жизни -1 раз в неделю по 30 мин. со старшего возраста.

Кружковая работа педагога в утренние часы проведение точечного самомассажа. Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое время дня. **Проводится строго по специальной методике.** Используется наглядный материал.



3. Коррекционные технологии

Технологии музыкального воздействия – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей.

Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр.

Сказкотерапия – 2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста. Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, группа детей, а остальные дети повторяют за рассказчиками необходимые движения.

Технологии воздействия цветом – как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач. Правильно подобранные цвета интерьера в группе снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка.



С 2014 года Основная образовательная программа ДО пишется на основании ФГОС ДО.

Основной задачей, которую должен решить Федеральный государственный образовательный стандарт ДО

– охрана и укрепление физического и психического здоровья детей (в том числе их эмоционального благополучия).

Педагог должен продумывать не только, как развить физические качества и научить здоровому образу жизни, но и создать здоровую психологическую атмосферу в группе, чтобы психические процессы ребенка вместе с физическими развивались в соответствии с возрастом.

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии

в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни..

ЖЕЛАЮ УСПЕХА!

