

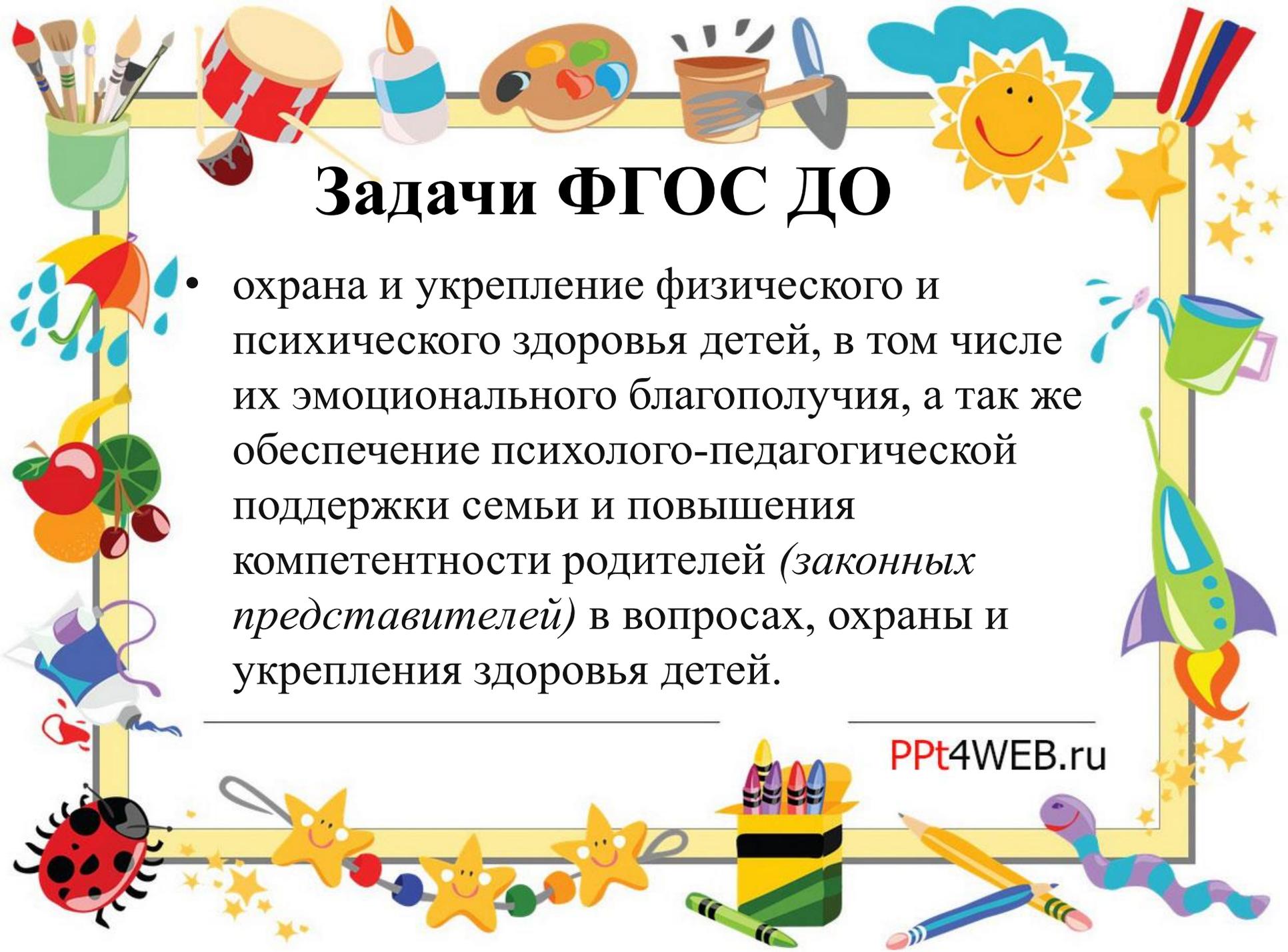


Использование компонентов здоровьесбережения в ДОО.

Пачкоря О.Н.

Нижневартовск, 2020

PpT4WEB.ru



Задачи ФГОС ДО

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия, а так же обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (*законных представителей*) в вопросах, охраны и укрепления здоровья детей.



«Здоровьесберегающие ТЕХНОЛОГИИ»

- это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития.

- ✓ закладывание фундамента хорошего физического здоровья;
- ✓ повышение уровня психического и социального здоровья воспитанников;
- ✓ проведение профилактической оздоровительной работы;
- ✓ ознакомление дошкольников с принципами ведения здорового образа жизни;
- ✓ мотивация детей на здоровый образ жизни;
- ✓ формирование полезных привычек;
- ✓ формирование валеологических навыков;
- ✓ формирование осознанной потребности в регулярных занятиях физкультурой;
- ✓ воспитание ценностного отношения к своему здоровью.

PPT4WEB.ru



Виды современных «Здоровьесберегающие технологии»

- медико-профилактические (проведение медосмотров, контроль состояния здоровья детей, противоэпидемиологическая работа, организация специализированных коррекционных групп, профилактика многих заболеваний, санитарно-гигиеническая работа, контроль качества организации питания и т.д.);
- физкультурно-оздоровительные (проведение подвижных игр, спортивные мероприятия, валеологические занятия, процедуры закаливания, организация прогулок и т.д.)
- валеологическое образование родителей (мотивация родителей к ведению здорового образа жизни, обучение родителей способам взаимодействия с детьми по формированию у них валеологической культуры);
- валеологическое просвещение педагогов (ознакомление воспитателей с инновационными здоровьесберегающими технологиями и способами их внедрения, мотивация к здоровому образу жизни, расширение знаний о возрастных и психологических особенностях дошкольников);
- здоровьесберегающее образование детей (формирование валеологических знаний и навыков).



Картотека «Здоровьесберегающих технологий»

Физкультминутки

Цель :

- смене вида деятельности;
- предупреждении утомляемости;
- снятии мышечного, нервного и мозгового напряжения;
- активизации кровообращения;
- активизации мышления;
- повышении интереса детей к ходу занятия;
- создании положительного эмоционального фона

PpT4WEB.ru



Картотека «Здоровьесберегающих технологий»

Дыхательная гимнастика

Использование дыхательной гимнастики помогает:

- улучшить работу внутренних органов;
- активизировать мозговое кровообращение, повысить насыщение организма кислородом;
- тренировать дыхательный аппарата;
- осуществлять профилактику заболеваний органов дыхания;
- повысить защитные механизмы организма;
- восстановить душевное равновесие, успокоиться;
- развивать речевое дыхание.

PpT4WEB.ru



Картотека «Здоровьесберегающих технологий»

Пальчиковая гимнастика

Способствует развитию:

- осязательных ощущений;
- координации движений пальцев и рук;
- творческих способностей дошкольников.

Используются такие виды упражнений:

- массаж;
- действия с предметами или материалами;
- пальчиковые игры.

Ppt4WEB.ru



Картотека «Здоровьесберегающих технологий»

Гимнастика для глаз

Необходима для:

- снятия напряжения;
- предупреждения утомления;
- тренировки глазных мышц;
- укрепления глазного аппарата.

PpT4WEB.ru



Картотека «Здоровьесберегающих технологий»

Психогимнастика

Цель :

- проведение психофизической разрядки;
- развитие познавательных психических процессов;
- нормализация состояния у детей с неврозами или нервно-психическими расстройствами;
- коррекция отклонений в поведении или характере.

PPT4WEB.ru



Картотека «Здоровьесберегающих технологий»

Ритмопластика

Цель :

- восполнение «двигательного дефицита»;
- развитие двигательной сферы детей;
- укрепление мышечного корсета;
- совершенствование познавательных процессов;
- формирование эстетических понятий.

PPT4WEB.ru

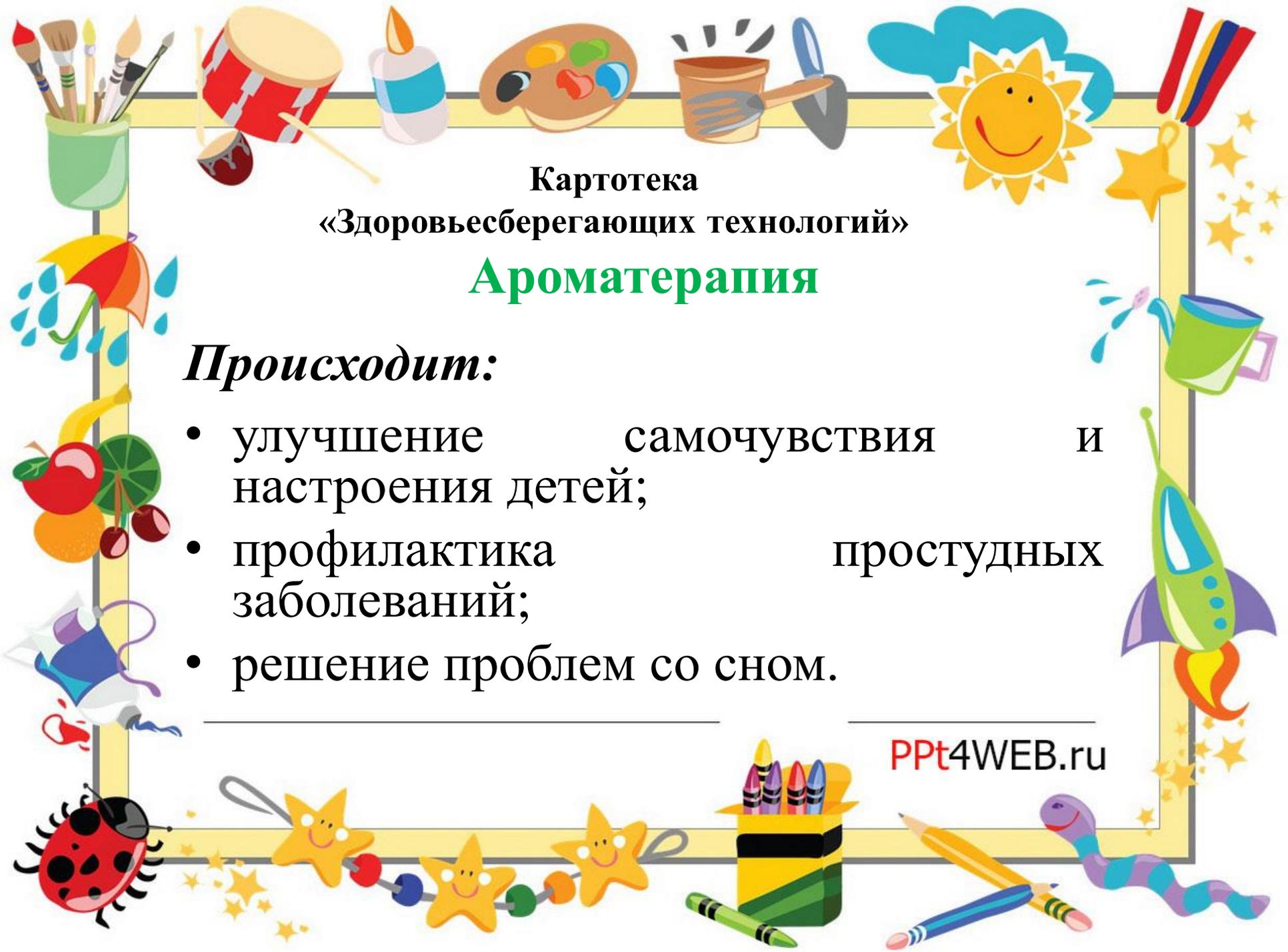


Картотека «Здоровьесберегающих технологий»

Игротерапия

Эта технология подразумевает привлечение детей к участию в разнообразных играх, в ходе которых у них будет возможность:

- проявить эмоции, переживания, фантазию;
- самовыразиться;
- снять психоэмоциональное напряжение;
- избавиться от страхов;
- стать увереннее в себе.



Картотека
«Здоровьесберегающих технологий»

Ароматерапия

Происходит:

- улучшение самочувствия и настроения детей;
- профилактика простудных заболеваний;
- решение проблем со сном.

PpT4WEB.ru



Для проведения успешной работы по здоровьесбережению необходимо:

1. Обучение детей элементарным приёмам здорового образа жизни

- Оздоровительная гимнастика.
- Игры – релаксации.
- Разные виды массажа.
- Элементы упражнений йоги.
- Привитие детям гигиенических навыков.
- Простейшие навыки оказания первой помощи.
- Физкультминутки во время занятий.
- Функциональная музыка.
- Специально организованные занятия оздоровительной физкультуры.
- Массовые оздоровительные мероприятия.
- Упражнения для глаз.



**Для проведения успешной работы по
здоровьесбережению необходимо:**

2. Работа с семьей.

- Пропаганда здорового образа жизни.
- Консультации.
- Индивидуальные беседы.
- Выступления на родительских собраниях.
- Распространение буклетов.
- Выставки.
- Проведение совместных мероприятий.

3. Работа с педагогическим коллективом.

- Проведение семинаров – практикумов, выставок, консультаций.
- Проведение и посещение занятий направленных на здоровьесбережение.
- Посещение научно-практических конференций.



Для проведения успешной работы по
здоровьесбережению необходимо:

4. Создание условий и развивающей среды.

- Приобретение массажёров, тренажёров, спортивных снарядов и модулей.
- Изготовление материала для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.
- Подбор картотек.
- Разработка отдельных оздоровительных комплексов.
- Ведение кружков.

PpT4WEB.ru