

Применение инновационных здоровье сберегающих технологий в детском саду

Презентацию подготовила:
воспитатель гр.№9
«Затейники» МАДОУ ДС №19
Гордина Н.В.



Наш девиз:

«Дружно, смело, с оптимизмом -
ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!»



Цели:

- Обеспечить и поддерживать высокий уровень здоровья детей при помощи здоровьесберегающих технологий в ДОУ;
- Обеспечить условия для физического и психологического благополучия участников воспитательно-образовательного процесса;
- Сформировать доступные представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах;
- Реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с детьми для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей;
- Оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни.

Задачи:

Оздоровительные задачи:

- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;
- совершенствование функций организма, средствами движения, дыхательной гимнастики, массажа, закаливания;
- формирование правильной осанки, гигиенических навыков.

Образовательные задачи:

- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
- создание условий для реализации потребности детей в двигательной активности;
- выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему физкультурно-оздоровительной работы.

Воспитательные задачи:

- воспитание потребности в здоровом образе жизни; выработка привычки к соблюдению режима, потребность в физических упражнениях и играх;
- воспитание физических качеств, необходимых для полноценного развития личности.

Форма ежедневной физкультурно-оздоровительной работы с детьми:

Утренняя гимнастика

- Физкультурная
- Музыкальная

Занятия

- Валеология
- Физкультурные занятия
- Физминутки и динамические паузы
- Гимнастика для глаз
- Пальчиковая гимнастика
- Релаксационные упражнения
- Дыхательная гимнастика

Прогулка

- Подвижные игры
- Спортивные игры
- Игры-эстафеты

Гимнастика после дневного сна

- Бодрящая гимнастика
- Пальчиковая гимнастика
- Дыхательная гимнастика
- Хождение по «дорожке здоровья»
- Игровой массаж и самомассаж
- Комплекс упражнений на коррекцию осанки

Закаливающие процедуры

- Сон без маек
- Контрастные воздушные ванны
- Обширное умывание

Самостоятельная активная деятельность

Для обеспечения достаточной двигательной активности детей широко используется оборудование физкультурного уголка группы, детской площадки и спортивного инвентаря.

Виды здоровьесберегающих технологий в детском саду:

Медико-профилактические

Физкультурно-оздоровительные

**Валеологическое
просвещение родителей**

**Здоровьесбережение и
здоровьеобогащение
педагогов дошкольного
образования**

**Технологии обеспечения
социально-психологического
благополучия ребёнка**

Формы физкультурно-оздоровительной работы в детском саду.



Технологии обучения здоровому образу жизни.

- **Физкультурные занятия;**

- **Точечный массаж;**

- **Проблемно – игровые и коммуникативные игры.**

Физкультурное занятие:



Точечный массаж и самомассаж:



- Учит детей сознательно заботиться о своём здоровье
- Является профилактикой простудных заболеваний
- Повышает жизненный тонус у детей
- Прививает им чувство ответственности за своё здоровье, уверенность в том, что они сами могут помочь себе улучшить своё самочувствие.



Гимнастика бодрящая:



Технологии сохранения и стимулирования.

- *Динамические паузы;*
- *Подвижные и спортивные игры;*
- *Релаксация;*
- *Гимнастика пальчиковая;*
- *Гимнастика для глаз;*
- *Гимнастика дыхательная;*



Утренняя гимнастика:



Релаксация:

- Учит детей расслабляться
- Способствует концентрации внимания
- Помогает снять напряжение
- Снимает возбуждение



Ритмостика:



- **Повышает иммунитет детей**

- **Снимает напряжение и раздражительность**

- **Снимает головную боль**

- **Восстанавливает спокойное дыхание**

Гимнастика пальчиковая:



- Способствует овладению навыкам мелкой моторики
- Помогает развивать речь
- Повышает работоспособность коры головного мозга
- Развивает психические способности: мышление, память, воображение
- Снимает тревожность

Гимнастика для глаз:



- Улучшает циркуляцию крови и внутриглазной жидкости глаз
- Укрепляет мышцы глаз
- Улучшает аккомодацию (это способность глаза человека к хорошему качеству зрения на разных расстояниях)

Дыхательная гимнастика

- Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани
- Улучшает дренажную функцию бронхов; - восстанавливает нарушенное носовое дыхание
- Способствует восстановлению нормального крово- и лимфоснабжения
- Повышает общую сопротивляемость организма





*Здоровьесберегающие технологии
делятся на три группы:*

*1. **Воспитывающая:** Технология
сохранения и стимулирования
здоровья.*

*2. **Обучающая:** Технология обучения
здоровому образу жизни.*

*3. **Закрепляющая:** Коррекционные
технологии.*

Здоровый образ жизни — это:



- Соблюдение режима дня.
- Соблюдение режима питания, правильное питание.
- Закаливание.
- Физический труд.
- Соблюдение правила гигиены.
- Правила поведения за столом.
- Скажем «Нет!» вредным привычкам.
- Доброе отношение к людям, к окружающей нас природе, животным.
- Правильная организация отдыха и труда.



Результаты применения инновационных здоровьесберегающих технологий в детском саду:

1. повышает результативность воспитательно-образовательного процесса;
2. формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников;
3. Проявление толерантности всех участников внедрения здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс детских учреждений.
4. Формирование нормативно-правовой базы по вопросам оздоровления дошкольников.
5. Внедрение научно-методических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в детском учреждении и семье;
6. Улучшение и сохранение соматических показателей здоровья дошкольников.