



ИЗДАТЕЛЬСТВО

БИНОМ

**«Здоровьеформирующие
и здоровьесберегающие
технологии в работе с
дошкольниками»**

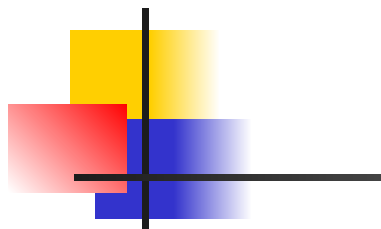
**Валентина Волевна
Онишина,**

к.п.н., доцент кафедры
человековедения и физической
культуры



ФГОС ДО

- **Физическое развитие** включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- **становление ценностей здорового образа жизни,**
- овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).



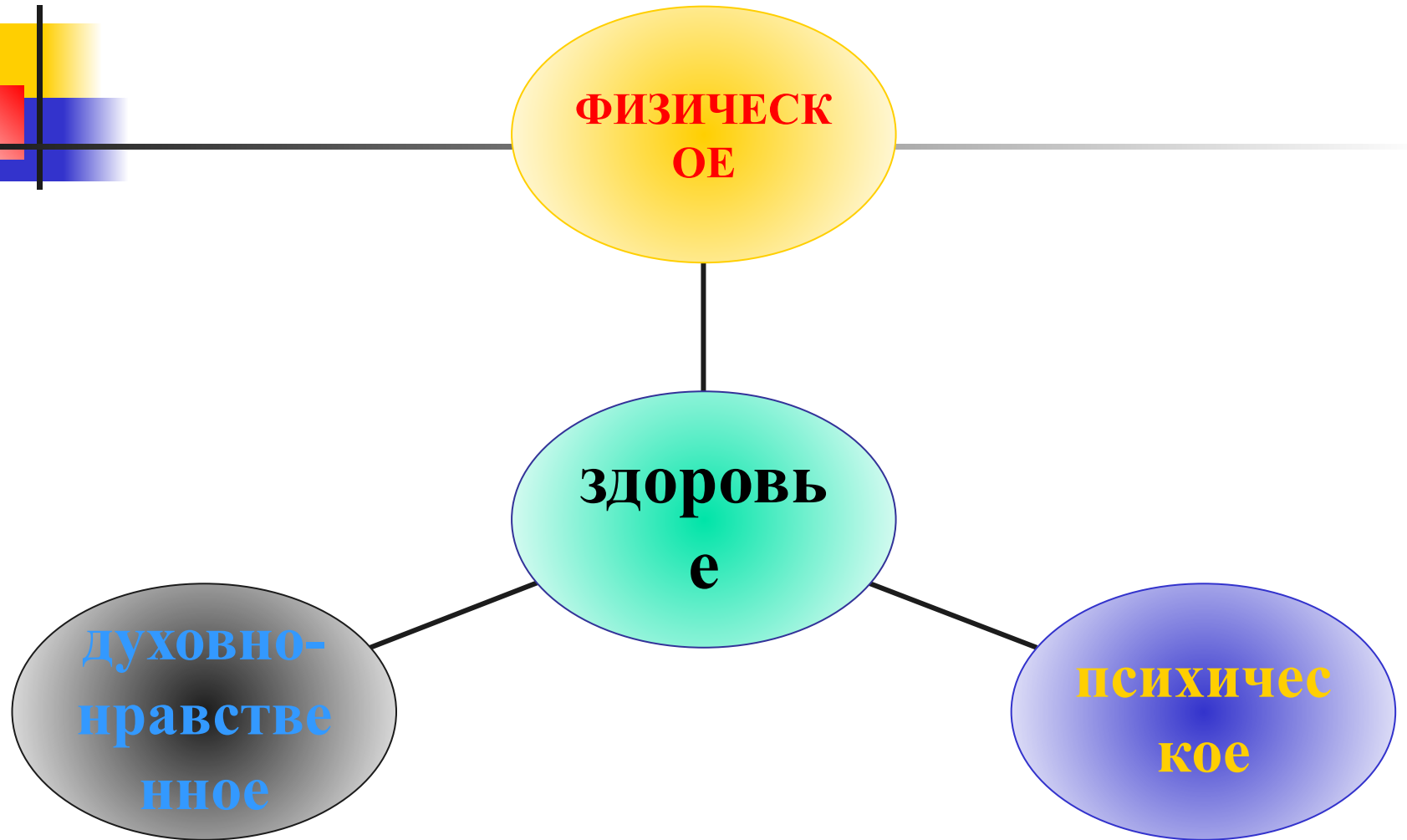
ПИТАНИЕ,

СОН,

ПРОГУЛКА,

ГИГИЕНА...

Составляющие здоровья (ортобиотика)



ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ

- аксиологический компонент;
- личностный компонент;
- технологический компонент.



Противоречие

В аксиологическом компоненте

Люди часто воспринимают ЗОЖ как ограничения и нагрузки, то есть не видят в этом радости.



- **Дети делают** не то, что им говорят, а то что видят в реальной жизни и на экране (родители далеки от идей ЗОЖ, часто пессимистичны).

Аксиологический компонент

НАДО

- Принятие ценностей ЗОЖ через ортобиотический подход к здоровью:
- воспитание оптимиста;
- опора на свои ресурсы;
- радость как базовое чувство.



Противоречие в ЛИЧНОСТНОМ КОМПОНЕНТЕ



Личностный компонент

НАДО

*моделирование
недостающего значимого
опыта ЗОЖ:*

- ПОЛОЖИТЕЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ;
- ПРИНЯТИЯ ОТВЕТСТВЕННОСТИ
на себя;
- СПОНТАННОГО ПОВЕДЕНИЯ;
- ТВОРЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ
СОЗНАНИЯ И Т.П.



- **Обучение рефлексии и саморефлексии**

Противоречие

В ТЕХНОЛОГИЧЕСКОМ КОМПОНЕНТЕ

Внутреннее: дети не умеют себя контролировать и

руководствоваться принципами.

Внешнее: в основном работа с ЗОЖ ведется эпизодично в рамках режимных моментов (ИНТЕРИОРИЗАЦИЯ не происходит)



Способы: *здоровьесберегающие технологии*

- ЭТО СОВОКУПНОСТЬ
форм, методов и
приемов организации
деятельности без
ущерба для здоровья
воспитанников



Способы: *здоровьесформирующие технологии*

это совокупность форм, методов и приемов организации деятельности воспитанника по обретению им культуры ЗОЖ



СКАЗКА





РАЗНОЦВЕТНАЯ ПЛАНЕТА

РАЗНОЦВЕТНАЯ ПЛАНЕТА

ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

СООТВЕТСТВУЕТ ФГТ

РАЗНОЦВЕТНАЯ ПЛАНЕТА

ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

СООТВЕТСТВУЕТ ФГТ

СООТВЕТСТВУЕТ ФГТ

ПРИМЕРНАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

РАЗНОЦВЕТНАЯ ПЛАНЕТА

СООТВЕТСТВУЕТ ФГТ

ПРИМЕРНАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

РАЗНОЦВЕТНАЯ ПЛАНЕТА

- ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
- ЗДОРОВЬЕ
- БЕЗОПАСНОСТЬ
- СОЦИАЛИЗАЦИЯ
- ТРУД
- ПОЗНАНИЕ Картина мира
- ПОЗНАНИЕ

С. В. Игнатова

СЛЫШУ, ВИЖУ, ОЩУЩАЮ

Рабочая тетрадь для детей 5–6 лет



- ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
- ЗДОРОВЬЕ
- БЕЗОПАСНОСТЬ
- СОЦИАЛИЗАЦИЯ
- ТРУД
- ПОЗНАНИЕ

С. В. Игнатова

УЧИМ ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ

Демонстрационный материал, рабочая тетрадь и методические рекомендации для детей 5–7 лет



- ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
- ЗДОРОВЬЕ
- БЕЗОПАСНОСТЬ
- СОЦИАЛИЗАЦИЯ
- ТРУД
- ПОЗНАНИЕ Картина мира
- ПОЗНАНИЕ Математические

К. В. Шевелев

СЧИТАЮ до 5

Рабочая тетрадь для детей 3–4 лет



- ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
- ЗДОРОВЬЕ
- БЕЗОПАСНОСТЬ
- СОЦИАЛИЗАЦИЯ
- ТРУД
- ПОЗНАНИЕ Картина мира

Е. Г. Андреевская

КАРТИНА МИРА

Рабочая тетрадь для детей 3–4 лет



- СООТВЕТСТВУЕТ ФГТ
- ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
- ЗДОРОВЬЕ
- БЕЗОПАСНОСТЬ
- СОЦИАЛИЗАЦИЯ
- ТРУД
- ПОЗНАНИЕ Картина мира
- ПОЗНАНИЕ Математические представления
- ПОЗНАНИЕ Исследования и конструирование
- ПОЗНАНИЕ Сенсорика
- КОММУНИКАЦИЯ
- ЧТЕНИЕ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ
- ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ТВОРЧЕСТВО
- МУЗЫКА

РАЗНОЦВЕТНАЯ ПЛАНЕТА

РУССКИЕ СКАЗКИ

Дидактические и демонстрационные материалы на русском языке для детей 3–4 лет



СООТВЕТСТВУЕТ ФГТ

- ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
- ЗДОРОВЬЕ
- БЕЗОПАСНОСТЬ
- СОЦИАЛИЗАЦИЯ
- ТРУД
- ПОЗНАНИЕ Картина мира
- ПОЗНАНИЕ Математические представления
- ПОЗНАНИЕ Исследования
- ПОЗНАНИЕ Сенсорика
- КОММУНИКАЦИЯ
- ЧТЕНИЕ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ
- ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ТВОРЧЕСТВО
- МУЗЫКА

РАЗНОЦВЕТНАЯ ПЛАНЕТА

ИНТЕРЕС. ДВИЖЕНИЕ. ИГРА

Развивающая двигательно-коммуникативная деятельность младших дошкольников (3–4 и 4–5 лет)
Методическое пособие



КОРЕНТА

СООТВЕТСТВУЕТ ФГТ

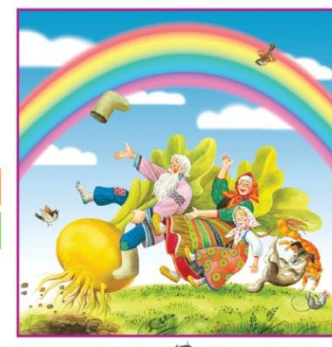
- ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
- ЗДОРОВЬЕ
- БЕЗОПАСНОСТЬ
- СОЦИАЛИЗАЦИЯ
- ТРУД
- ПОЗНАНИЕ Картина мира
- ПОЗНАНИЕ Математические представления
- ПОЗНАНИЕ Исследования и конструирование
- ПОЗНАНИЕ Сенсорика
- КОММУНИКАЦИЯ
- ЧТЕНИЕ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ
- ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ТВОРЧЕСТВО
- МУЗЫКА

РАЗНОЦВЕТНАЯ ПЛАНЕТА

В. В. Онишина

ЖИВЕМ В РАДОСТИ

Рабочая тетрадь для детей 3–4 лет



КОРЕНТА

«ЗДОРОВЬЕ» + «СОЦИАЛИЗАЦИЯ»



СООТВЕТСТВУЕТ
ФГТ

ПРИМЕРНАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

 **РАЗНОЦВЕТНАЯ
ПЛАНЕТА**

ФИЗИЧЕСКАЯ
КУЛЬТУРА

ЗДОРОВЬЕ

БЕЗОПАСНОСТЬ

СОЦИАЛИЗАЦИЯ

ТРУД

ПОЗНАНИЕ
Картина мира

ПОЗНАНИЕ
Математические
представления

ПОЗНАНИЕ
Исследование
и конструирование

ПОЗНАНИЕ
Сенсорика

КОММУНИКАЦИЯ

ЧТЕНИЕ
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ
ЛИТЕРАТУРЫ

ХУДОЖЕСТВЕННОЕ
ТВОРЧЕСТВО

МУЗЫКА

В. В. Онишина

ЖИВЕМ В РАДОСТИ

Рабочая тетрадь для детей **3—4** лет



 **МИНИСТЕРСТВО
ОБРАЗОВАНИЯ И
НАУКИ
РЕСПУБЛИКИ
ЮЗБЕНТА**

Сказка «ТРИ МЕДВЕДЯ»

Тема: о нарушении границ чужой жизни (чужого пространства).
Смысл: нельзя брать чужого без спроса.

Цель работы: зафиксировать чувственный опыт ощущения личностных границ.

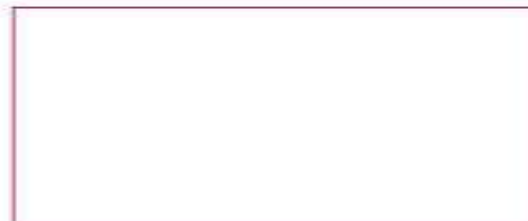
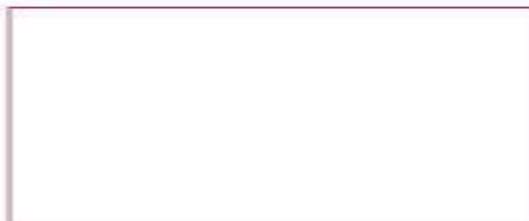
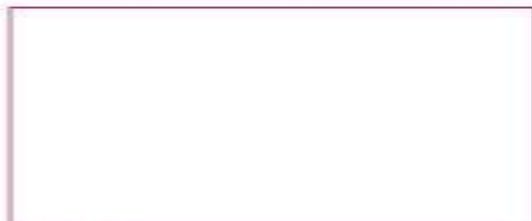
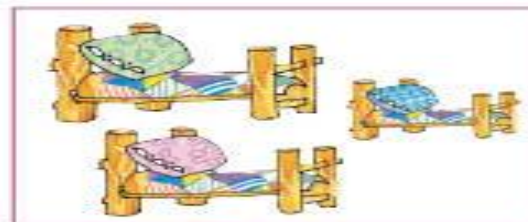


Спросите ребёнка, о чём эта сказка.

Воротился в дом медведь,
Начал жалобно реветь:
Где мой толстый бутерброд?
Каша где и где компот?



Придумай действие к стихам!



Посмотри на картинки и расскажи, чьими вещами воспользовалась девочка. Чьи вещи ей больше всего понравились? Расскажи, как ты себя чувствуешь, когда твои вещи берут без спроса? Нарисуй свои чувства в пустых окошках.



Рисовать чувства довольно сложно, скорее всего, получится абстрактный рисунок, поэтому обратите внимание на настроение ребёнка и цвета, которые он выберет для работы. Обязательно помогите ему отразить чувства. Умение отражать чувства является залогом психического здоровья ребёнка.

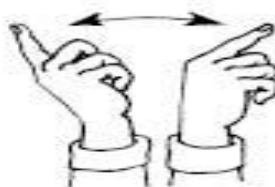


Рассмотри картинки и скажи, что произойдёт, если ты поделиться с кем-то своими вещами (игрушкой, кроваткой, чашкой и т. п.)? Придумай свою историю и нарисуй её в пустой клеточке.



Спросите ребёнка:
Чему эта сказка тебя научила?
Помогите ребёнку сформулировать ответ.

В сказке Маша убежала,
Но теперь она узнала:
**Чужие вещи брать не смей,
Ни у людей, ни у зверей!**



Постановка якоря


Ребёнок воспроизводит запрещающий жест указательным пальцем правой руки.

Повторяйте движение в течение двух недель на фоне двух активизирующих вопросов:

«Вспомни как это неприятно, когда без спроса берут твои вещи!»;
«Вспомни, чего никогда нельзя делать!»

Якорение ценностей

(«Снегурочка»,
«Лиса и журавль»,
«Заюшкина избушка»)

 Нужно жить умом своим,
Ведь каждый по-своему
Неповторим.
Не всегда нужно делать,
Что делают все.
И тогда не изменишь
Самому себе.

**Ты тоже особенный такой,
Поэтому будь
Самим собой!**

Постановка якоря



Ребёнок *складывает ладони крест-накрест в центре груди и прижимает их.*



Если гости к вам пришли,
«Всё из печи на стол мечи».
**Ты не жадничай, дружок.
Гостю – лучший пирожок.**



Постановка якоря

Ребёнок *протягивает руки вперёд раскрытыми ладонями вверх с лёгким поклоном.*



У меня есть голова,
А зачем она дана?
Если грянут холода
Или вдруг придёт беда,
**Она сможет подсказать,
Как же нужно поступать!**

Постановка якоря



Ребёнок *легко потирает ладонью правой руки свой лоб.*



Формирование основ культуры ЗОЖ

■ 64 сказки

- формирование и развитие физического, психического и духовно-нравственного здоровья дошкольника;
- сценарии для работы на физической культуре.

Двигательно-игровой комплекс «Интерес. Движение. Игра»

Реализация принципа сбережения триединства здоровья

- Сказочные образы стимулируют детей на обучение различным видам движений
- Снарядам и предметам придаётся образ и игровой характер
- Диагностика проводится в форме игровых упражнений (подгруппами и всей группой) с использованием образов, сюжетов сказок в форме игровых соревнований и эстафет.
- Визуализация образов сказки и их воплощение в психофизических и релаксационных играх.
- Дети преодолевают разнообразные двигательные ситуации, связанные с решением какой-либо проблемы
- Закрепление нравственных уроков сказки в игровом релаксационном отдыхе на «Волшебном коврике».
- Соотношение нагрузки и отдыха (чередование напряжения и расслабления).
- Постоянный психолого-педагогический и медицинский контроль состояния здоровья детей в процессе двигательной деятельности



Двигательно-игровой комплекс «Интерес. Движение. Игра»

– Сказка в движении –

каждое упражнение выполняет условно-речевую функцию, иллюстрируя сюжет сказки в движении

Виды физических упражнений

- **ОРУ** - Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов.
- **Комплексы упражнений с использованием нетрадиционного оборудования** (с мячами-фитбол, сухой бассейн)
- **Комплексы упражнений игрового стретчинга, элементарные позы йоги.**
- **Комплексы упражнений по коррекции позвоночника и др.**
- **Дыхательные упражнения**
- **Движения-превращения** психофизические упражнения
- **Чудесные ладошки** – игровой самомассаж, игры и упражнения на развитие моторной сферы



- Игра -

– Игровой релаксационный комплекс –
«Волшебный коврик»

Цели:

- Снятие мышечного и эмоционального напряжения.
- Активное взаимодействие в процессе игры
- Введение в речь новых слов, выражений.



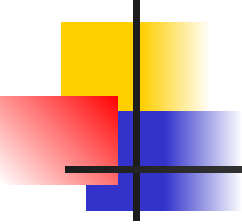
- * Приведение частоты сердечных сокращений ребенка к норме,
- * Закрепление нравственных уроков сказки. Якорение.

Интерес-мотивация



- Эмоциональная настройка, создание интереса, получение сенсорного опыта;
- чтение сказки;
- познавательная информация
- рассматривание и наблюдение за окружающим пространством;
- рассматривание иллюстраций;
- показ слайдов;
- наблюдения, опыты, эксперименты, где ребенок – активный участник. и другие формы организации познавательной деятельности
- проговаривание образцов словесных форм, содержащихся в описании игр и упражнений комплекса, с опорой на наглядность.

УСЛОВИЯ

- 
-
- Нужны носители культуры ЗОЖ.
 - Нужны специальные психолого-педагогические техники, обращенные к созданию позитивного внутреннего опыта ребенка.

Спасибо за внимание!



Приглашаем Вас присоединиться к нашим группам *«Издательство «БИНОМ. Лаборатория знаний»* на Facebook.com, VK.com

www.Lbz.ru
galutina@lbz.ru
(495) 181-53-44

