

***«Здоровьесберегающие
технологии в педагогическом
процессе ДОУ»***

ЗДОРОВЬЕ - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

(Всемирная организация здравоохранения)



Здоровьесбережение – это активность людей, направленная на улучшение и сохранение здоровья, а также согласованность и единство всех уровней жизнедеятельности человека.



Термин **"технология"** – это сочетание двух греческих слов:

"техно" – мастерство, умение, и

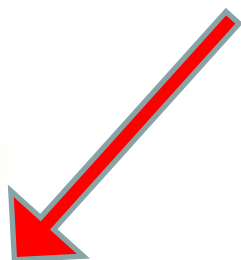
"логос" – способ, методика, мысль.



Здоровьесберегающие технологии



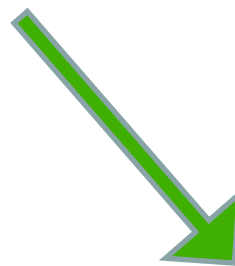
**целостная система воспитательно-
оздоровительных, коррекционных
и профилактических мер
которые осуществляются
в процессе взаимодействия**



*ребенка и
педагога*



*ребенка и
родителей*



*ребенка и
доктора*

ВИДЫ здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании

**Технология
сохранения
и
стимулирования
здоровья**

**Технология
обучения
здоровому образу
жизни**

**Коррекционные
технологии**

**Подвижные и
спортивные
игры**

**Динамические
паузы**

**Пальчиковая
гимнастика**

**Технология
сохранения и
стимулирования
здоровья**

**Дыхательная
гимнастика**

**Гимнастика
для
глаз**

**Утренняя
гимнастика**

**Гимнастика
после сна**

**Парциальная программа
Н.Н.Авдеевой,
Р.Б.Стеркиной**

**«Основы безопасности детей дошкольного
возраста»**

**Физкультурные
Занятия**

Коммуникативные игры

**Технология
обучения
здоровому
образу
жизни**

**Чтение
художественной литературы**

**Точечный
массаж**

**Спортивные
праздники**

**Активный
отдых**



Коммуникативные игры



Коммуникативные игры — так называют игры для развития умения общаться, умения сотрудничать и взаимодействовать с людьми в разнообразных жизненных ситуациях

Коммуникативные игры проводятся 1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста



Арт-терапия

В переводе данного слова с латыни звучит как «терапия творчеством», «лечение творчеством».

Словосочетание «арт-терапия» в научно-педагогической интерпретации понимается как забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами художественной деятельности.

Виды арт-терапии

- игротерапия,
- изотерапия,
- сказкотерапия,
- оригами,
- драматерапия,
- музыкотерапия,
- цветотерапия,
- песочную терапия,
- танцеваль-двигательную терапию и т. д.

Сказкотерапия

Сказкотерапия — это один из психологических методов. — это новое молодое течение в прикладной психологии, которое широко используют врачи, психологи и педагоги. Преимущество сказкотерапии в том, что этот метод родители могут использовать самостоятельно.

Польза сказкотерапии состоит в следующем:

- помогает найти выход из проблемной ситуации (сложности во взаимоотношениях с родителями, сверстниками и т.д.);
- расширяет знания ребенка о нем самом и окружающем мире;
- обогащает внутренний мир ребенка **духовно-нравственными ценностями**;
- корректирует поведение и развитие речи;
- стимулирует психофизическое и эмоциональное развитие.

A decorative border surrounds the text, featuring stylized yellow and pink flowers, green vines, and a pattern of small blue and yellow dots.

Цель здоровьесберегающих технологий в ДОУ

- ◆ **Обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья**
- ◆ **Сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по ЗОЖ**
- ◆ **Научить использовать полученные знания в повседневной жизни**

Система здоровьесбережения в ДОУ:

- комплекс закаливающих мероприятий (воздушное закаливание, хождение по “дорожкам здоровья”, профилактика плоскостопия; хождение босиком, “топтание” в тазах, полоскание горла и рта, максимальное пребывание детей на свежем воздухе, бодрящая гимнастика);
- физкультурные занятия всех типов;
- оптимизация двигательного режима: традиционная двигательная деятельность детей (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, проведение подвижных игр, прогулки) и инновационные технологии оздоровления и профилактики (ритмопластика, логоритмика, сухой бассейн, массажёры, тактильные дорожки);
- организация рационального питания;
- медико-профилактическая работа с детьми и родителями;
- соблюдение требований СанПиНа к организации педагогического процесса;
- комплекс мероприятий по сохранению физического и психологического здоровья педагогов.

Направления работы по здоровьесбережению в ДОУ

- **Интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности.**
- **Внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОУ.**
- **Разнообразие форм физкультурно - досуговой деятельности с дошкольниками.**
- **Формирование привычки к здоровому образу жизни у дошкольников, педагогов и родителей.**
- **Совершенствование физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка**
- **Выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы.**
- **Обеспечение физического и психического благополучия каждого ребёнка в ДОУ.**

Десять золотых правил здоровьесбережения

- ☐ Соблюдайте режим дня!
- ☐ Обращайте больше внимания на питание!
- ☐ Больше двигайтесь!
- ☐ Спите в прохладной комнате!
- ☐ Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
- ☐ Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
- ☐ Гоните прочь уныние и хандру!
- ☐ Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
- ☐ Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
- ☐ Желайте себе и окружающим только добра!

**СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ!**

