

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ЧАС

«Здоровьесберегающие технологии и их применение при работе с дошкольниками»

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании - технологии, направленные на решение приоритетной задачи дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры, как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его. Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании: медико-профилактические; физкультурно-оздоровительные; технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка; здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов дошкольного образования; валеологического просвещения родителей; здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

Медицинские здоровьесберегающие технологии в ДОУ - обеспечивают сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медсестры ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

Физкультурно-оздоровительные технологии - направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребёнка, развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников: закаливание КГН, беседы по валеологии, спортивные праздники, спортивные развлечения и досуги, недели здоровья, соревнования, прогулки-походы.

Технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов - технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни. Здоровьесбережение в работе с педагогами ДОУ: Семинары-тренинги, Консультации для педагогов, Практикум для педагогов ДОУ, Обсуждение вопросов здоровьесбережения на педагогических советах и медико-педагогических совещаниях в группах раннего возраста и коррекционных группах.

Валеологическое просвещение родителей - это технологии, направленные на обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОУ, обретение ими валеологической компетентности.

Взаимодействие ДОУ с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей: Информационные стенды для родителей в каждой возрастной группе работают рубрики, освещающие вопросы оздоровления без лекарств; Информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми в ДОУ; Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДОУ; Консультации, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду - это прежде всего технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников. Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в системе дошкольного образования, отражают две линии оздоровительно-развивающей работы:

- приобщение детей к физической культуре;
- использование развивающих форм оздоровительной работы.

Широкое применение получили технологии

Здоровьесберегающие технологии	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения
Динамические паузы	Во время занятий, 2-3 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 игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.
Релаксация	В зависимости от состояния детей и целей, определяется интенсивность технологии.	Можно использовать спокойную классическую музыку, звуки природы
Пальчиковая гимнастика	Индивидуально либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 2-3 мин. в любое свободное время	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога
Дыхательная гимнастика	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения
Гимнастика пробуждения	Ежедневно после дневного сна, 10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях, босохождение.
Физкультурное занятие	3 раза в неделю (продолжительность в зависимости от возрастной группы)	Занятия проводятся в соответствии с образовательной программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.
Технологии воздействия цветом.	Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьера ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка	
Аромотерапия	Оздоровление эфирными маслами, оно основано на способности растений выделять вещества, обладающие мощным, бактерицидным действием.	
Песочная терапия	Это способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно- символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития.	

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. 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 качеств.

