



# Здоровьесберегающие технологии в ДОУ

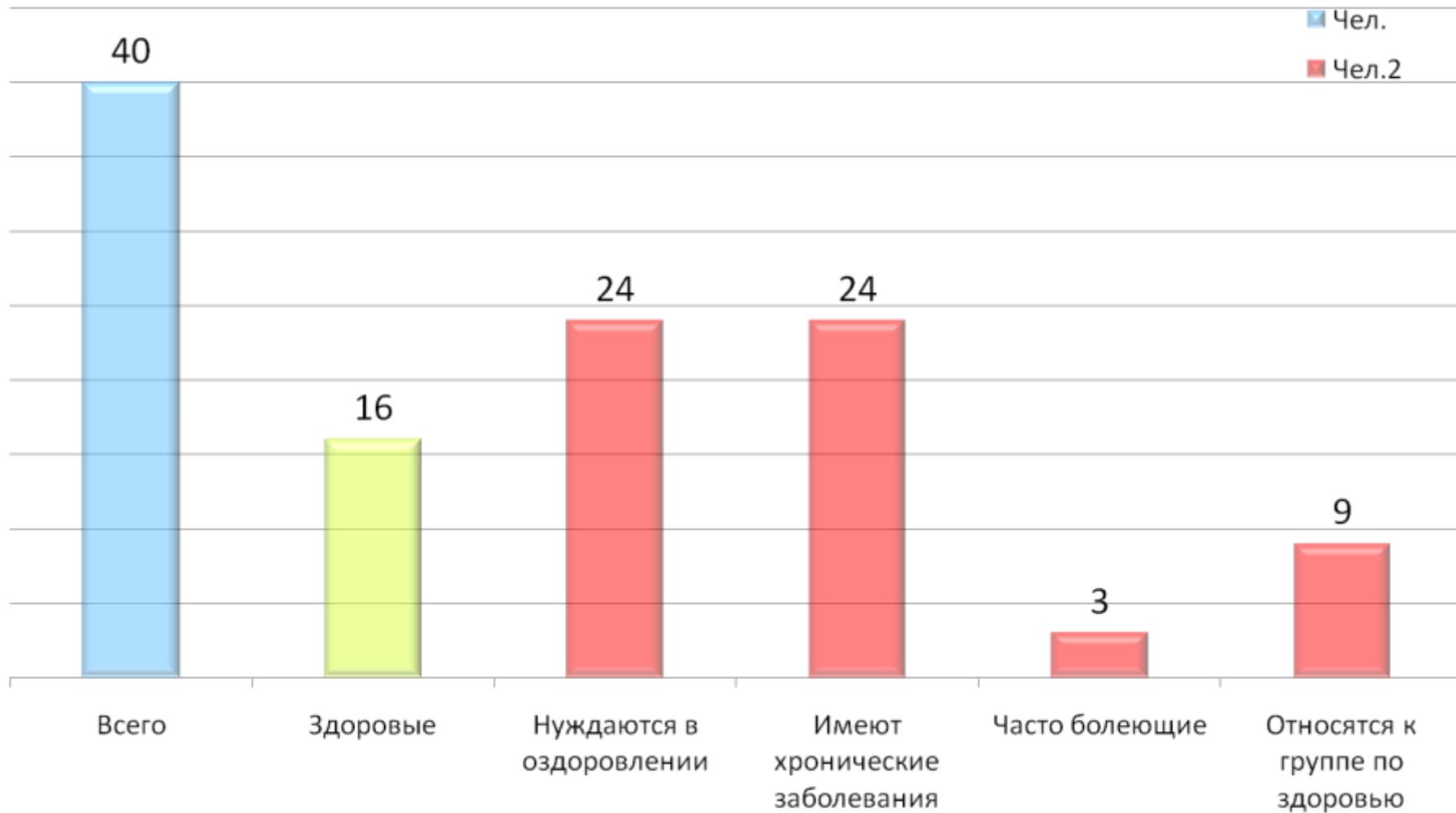
Группа  
«Мир Знаний»

Воспитатели:  
Ларионова Н.М.  
Абабкова С.В.  
Рудина А.В.

# Содержание

- I. Мониторинг здоровья детей
- II. Определение понятия «здоровьесберегающие технологии»
- III. Цель здоровьесберегающих технологий ДОУ
- IV. Принципы здоровьесберегающих технологий ДОУ
- V. Методы здоровьесберегающих технологий в ДОУ
- VI. Список использованной литературы

## Мониторинг здоровья детей

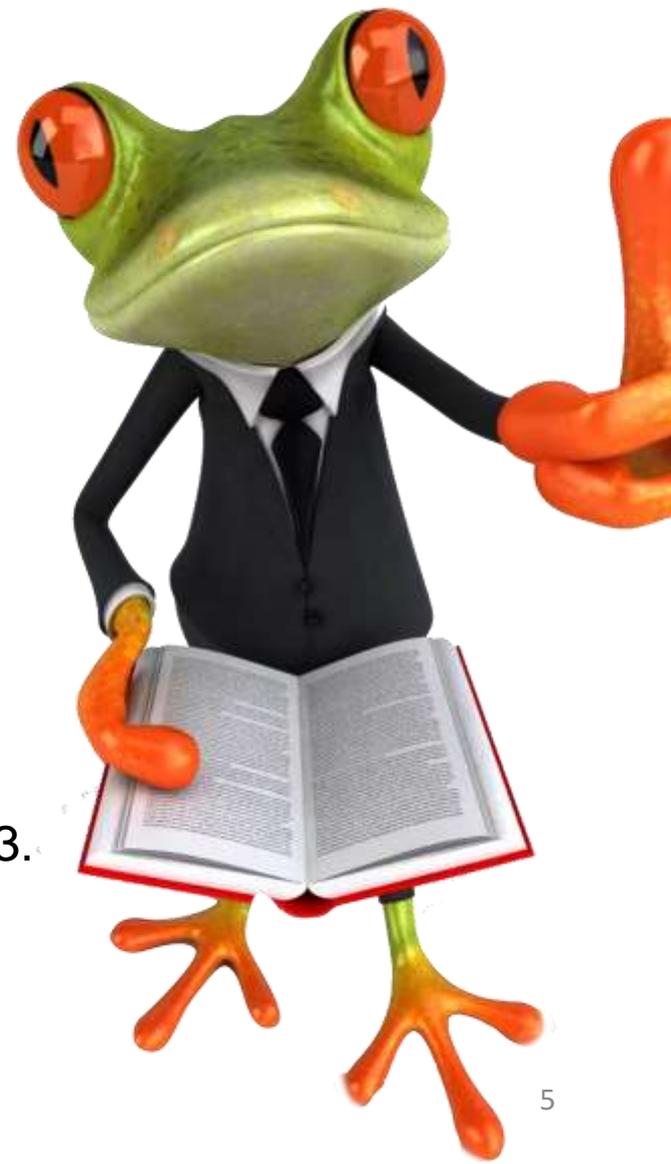




Что такое  
здоровьесберегающие  
технологии?

Здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов.

*Всемирная организация здравоохранения. Устав ВОЗ.*



**Технология** - это инструмент профессиональной деятельности педагога.

Любая педагогическая технология должна быть **здоровьесберегающей**.



## Определение понятия

*По мнению В. Д. Сонькина, здоровьесберегающая технология - это:*

- условия обучения ребенка в образовательных учреждениях (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);
- рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);
- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;
- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

## Определение понятия

Под здоровьесберегающей образовательной технологией О.В. Петров понимает систему, создающую максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития **духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья** всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.).



## Цель здоровьесберегающих образовательных технологий

- обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья;
- сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

# Принципы здоровьесберегающих технологий

- ❑ Не навреди!» - все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью;
- ❑ Комплексность использования оздоровительных технологий с учетом состояния здоровья детей, условий воспитания и обучения;
- ❑ Непрерывность проведения оздоровительных мероприятий в течение года;
- ❑ Максимальный охват оздоровительными мероприятиями всех участников образовательного процесса;
- ❑ Интеграция оздоровительных технологий в воспитательно-образовательный процесс;
- ❑ Формирование положительной мотивации у детей, педагогов, медицинского персонала к проведению оздоровительных мероприятий;
- ❑ Реализация в условиях образовательного учреждения на индивидуальном и групповом уровне мероприятий по повышению двигательной активности, закаливанию, охране психического здоровья.

В настоящее время здоровьесберегающие педагогические технологии в ДОУ  
разделяют на три большие группы

Технология сбережения

Технология созидания

Технология оздоровления



# Технология сбережения

- Динамические паузы (Аверина И.Е.)
- Дыхательная гимнастика ( Стрельникова А.Н., Б.С.Толкачева.)
- Пальчиковая гимнастика
- Сюжетно-игровая гимнастика после сна (Ефименко Н.Н.)
- Лечебно-профилактические игры (Страковская В.М.)
- Гимнастика пробуждения
- Гимнастика для глаз (У.Бейтса и М.Корбетт )
- Дорожки(тропинки здоровья)
- Кварцевание

## Результативность

- Повышается функциональная деятельность головного мозга.
- Развивается дыхательная мускулатура.
- Обеспечивается профилактика нарушений осанки и плоскостопия.



# Технология оздоровления

- Физкультурные занятия
- Утренняя гимнастика (Ж.Е.Фирилевой и Е.Г.Сайкиной.)
- Допобразование (ритмика,хореография)
- Точечный самомассаж (по А.А.Уманской)
- Занятия по ОБЖ и здоровому образу жизни.
- Профилактика йодной недостаточности и витаминотерапия.
- Выполнение санитарно-противоэпидемиологического режима
- Аэрофитотерапия (ингаляция с использованием лука, чеснока)
- Фитотерапия (Н.И. Кураков)



## Результативность

- Укрепляется организм.
- Предупреждаются отклонения в физическом развитии.
- Формируется двигательная сфера, выносливость.
- Ребенок приучается к здоровому образу жизни и гигиене.
- Развивается дыхательный аппарат.

# Технология созидания

- Психогимнастика (Чистяковой М.И.)
- Артикуляционная гимнастика (Новоторцева Н.В., Куликовская Т.А.)
- ЛФК
- Арттерапия (А.Г.Заховаева, А.И.Копытин)
- Музыкатеропия (по И.Р.Тарханову, М.Я. Мудрову, О.А. Машкову)
- Сказкотерапия
- Антистрессовый массаж
- Смехотерапия
- Ароматерапия
- Игротерапия

## Результативность

- Снимается интеллектуальное и эмоциональное напряжение.
- Улучшается качественный состав микрофлоры дыхательных путей.
- Развивается воображение, память.



# Список использованной литературы

1. Деркунская, В.А. Концепция воспитания ребенка дошкольного возраста как субъекта детской деятельности и поведения: основные понятия / В.А. Деркунская // Современное дошкольное образование: новые форматы модернизации : сб. науч. ст. : по материалам междунар. науч.-практ. конф. 10-11 декабря 2015 г. - СПб. : Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2015.
2. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения / под ред. М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. - М. : ИВФ РАО, 2002. - 181 с.
3. Науменко, Ю.В. Современное содержание здоровьесберегающих технологий в подготовке педагога / Ю.В. Науменко, О.В. Науменко // Вестник Московского ун-та, Сер. 20. Педагогическое образование. - 2014. - № 1. - С. 52-56.
4. Пономарева, Л.И. Проблема формирования основ здорового образа жизни ребенка дошкольного возраста в условиях модернизации образования / Л.И. Пономарева // Вестник Шадринского педагогического института. - 2013. - № 3 (19). - С. 10-15.
5. Смирнов, Н.К. Руководство по здоровьесберегающей педагогике. Технологии здоровьесберегающего образования / Н.К. Смирнов. - М. : АРКТИ, 2008. - 288 с.

Благодарю за внимание!

