



Муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение муниципального образования город Краснодар
«Центр развития ребенка – детский сад №110 «Теремок»

Семинар -практикум

«Инновационные здоровьесберегающие технологии
в образовательном процессе»

Воспитатель: Найденова Н.В.

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

(Всемирная организация здравоохранения)

Как известно, хорошее здоровье способствует успешному обучению, а успешное обучение – улучшению здоровья. Образование и здоровье неразделимы. В последнее время все очевиднее становится катастрофическое ухудшение здоровья воспитанников. Свою долю ответственности за сложившуюся ситуацию несет система образования. Педагоги все острее понимают свою ответственность за благополучие новых поколений. Рефлексивно-ролевая игра. Работа по формированию здорового образа жизни детей дошкольного возраста в условиях ДОО будет эффективной, если учитывать:

- возрастные и индивидуальные особенности детей;
- использовать разные формы работы по формированию здорового образа жизни дошкольников;
- систематически и целенаправленно проводить работу по внедрению здорового образа жизни с семьями воспитанников.

Невозможно решить проблему здоровья, применяя только традиционные педагогические технологии. Дошкольная образовательная организация должна постоянно осваивать комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии»

Основные задачи:

- создание максимально благоприятных условий для умственного, нравственного, физического, эстетического развития личности;
- охрана и укрепление психофизического здоровья детей;
- совершенствование функций организма, повышение его защитных свойств и устойчивости к заболеваниям средствами здоровьесберегающих технологий;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни;
- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями.

Здоровьесберегающие образовательные технологии делятся на три группы:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья
2. Технологии обучения здоровому образу жизни
3. Коррекционные технологии.

Технологии сохранения и стимулирования

Динамические паузы

Подвижные и спортивные игры

Релаксация

Гимнастика пальчиковая

Гимнастика для глаз

Гимнастика дыхательная

Бодрящая гимнастика

Технологии обучения здоровому образу жизни

Утренняя гимнастика

Физкультурные занятия

Точечный массаж

Занятия в бассейне

Проблемно – игровые и коммуникативные игры

Коррекционные технологии

Артикуляционная гимнастика

Сказкотерапия

Цветотерапия

Арт –терапия

Су-Джок терапия

Музыкотерапия

Гимнастика пальчиковая

Способствует овладению навыкам мелкой моторики

Помогает развивать речь

Повышает работоспособность коры головного мозга

Развивает психические способности: мышление, память, воображение

Снимает тревожность

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

Су-Джок терапия

Воздействует на биологически активные точки организма

Стимулирует речевые зоны коры головного мозга

Способствует лечению внутренних органов, нормализует работу организма в целом

Развивает мелкую моторику рук

Развивает память, внимание, связную речь

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 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)

Релаксация

Учит детей расслабляться

Способствует концентрации внимания

Помогает снять напряжение

Снимает возбуждение

Музыкотерапия

Повышает иммунитет детей

Снимает напряжение и раздражительность

Снимает головную боль

Восстанавливает спокойное дыхание