



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

Педагогические часы:
«Применение здоровьесберегающих технологий – общепедагогическая задача или работа узких специалистов»

Воспитатель: Насонова Н.Н.
Дата: 26.10.2022

Краснодар 2022

«Применение здоровьесберегающих технологий – общепедагогическая задача или работа узких специалистов»

Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей. Кроме того, серьезной задачей является и обеспечение максимально высокого уровня реального здоровья воспитанников детских садов, воспитание валеологической культуры для формирования осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни как собственных, так и других людей.

Для реализации этих принципов необходим комплекс эффективных лечебно- профилактических мер, система надежных средств коррекции психофизического развития на протяжении всего дошкольного детства. Выделяются три группы здоровьесберегающих технологий:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья: стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.
2. Технологии обучения здоровому образу жизни: физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия, коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж.
3. Коррекционные технологии: арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.

Виды здоровьесберегающих технологий: *медико-профилактическая технология.*

Медико-профилактическая деятельность обеспечивает сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДООУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами с использованием медицинских средств.

Задачи этой деятельности:

- организация мониторинга здоровья детей и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- организация и контроль питания детей, физического развития, закаливания;
- организация профилактических мероприятий, способствующих резистентности детского организма (например, иммунизация, полоскание горла противовоспалительными травами, щадящий режим в период адаптации и т. д.) .
- организация контроля и помощи в обеспечении требований санитарно-эпидемиологических нормативов – Сан ПиНов
- организация здоровьесберегающей среды в ДООУ.

Физкультурно-оздоровительная технология.

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка.

Задачи этой деятельности:

- развитие физических качеств;
- контроль двигательной активности и становление физической культуры дошкольников,
- формирование правильной осанки, профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата;
- воспитание привычки повседневной физической активности;
- оздоровление средствами закаливания. Физкультурно-оздоровительная деятельность осуществляется инструктором по физической культуре на занятиях по физическому воспитанию, а также педагогами - в виде различных гимнастик, физкультминуток, динамических пауз и пр.

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка.

Задача этой деятельности – обеспечение эмоционального комфорта и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду, семье; обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника, т. к. эмоциональный настрой, психическое благополучие, бодрое настроение детей является важным для их здоровья. В своей деятельности «служба сопровождения» руководствуется Положением о медико-психолого-педагогической службе и ставит своей целью создание в дошкольном учреждении целостной системы, обеспечивающей оптимальные условия для развития детей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, состояния соматического и психического здоровья.

Технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов.

На улучшение здоровья малышей, их благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни ребёнка в детском саду, заботливое и внимательное отношение к нему взрослых, высокое чувство ответственности всего коллектива за каждого воспитанника. Поэтому большое внимание в нашем ДОУ уделяется подбору и расстановке кадров на группы с учётом их деловых качеств, опыта и психологической совместимости. Помня о том, что результаты физического развития зависят прежде всего от профессиональной подготовки педагогов, их педагогических знаний, продумана система всесторонней методической работы по совершенствованию мастерства.

Для дошкольников, имеющих отклонения в состоянии здоровья, крайне важно неукоснительное выполнение всех режимных моментов в соответствии с существующими гигиеническими рекомендациями, так как они особо остро нуждаются в достаточной длительности сна, регламентации умственных и физических нагрузок и полноценном отдыхе. Поэтому при проведении оздоровительно – закаливающих и лечебных процедур, требующих определенных временных затрат необходимо принять меры для того, чтобы режим дня не нарушался – не сокращались длительность

прогулок, дневного сна, время, отведенное для игр, самостоятельной деятельности или приема пищи. Этому будет способствовать рациональная организация всего оздоровительного процесса, включающая последовательность, сочетание процедур, длительность их проведения, а также хорошая подготовка к процедурам самих детей.

Во время прогулки можно провести 2-3 игры разной степени подвижности, несложные сюжетные игры, предоставить детям возможность играть самостоятельно. Все формы работы, реализуемые на прогулке, содержание деятельности детей на воздухе, интенсивность их двигательной активности необходимо соотносить с условиями погоды, сезоном года, температурой воздуха.

Направления работы по оздоровлению детей в ДОУ:

ПЕРВОЕ направление – комплексная диагностика и исследование состояния здоровья детей специалистами:

- осмотр детей медицинским персоналом ДОУ;
- осмотр детей специалистами детской поликлиники;
- диагностика речевого и внеречевого дыхания логопедом ДОУ;
- выявление нарушений двигательной активности, координации движений в беседах с родителями и непосредственно на занятиях в детском саду;
- диагностирование общей физической подготовки детей в начале и в конце года по нормативам.

ВТОРОЕ направление включает в себя рациональную организацию двигательной деятельности детей:

- утренняя гимнастика;
- физкультурные занятия (традиционные, тренировочные, занятия соревнования, интегрированные с другими видами деятельности, праздники и развлечения);
- занятия с использованием мини – тренажеров;
- ритмика;
- гимнастика после сна;
- ежедневный режим прогулок;
- создание необходимой развивающей среды;
- строгое соблюдение двигательного режима и режима дня;
- проведение физкультминуток, игр с движениями в свободной деятельности;
- музыкальные занятия;
- занятия по формированию здорового образа жизни.

ТРЕТЬЕ направление определяет систему эффективного закаливания по ступеням: от щадящего до более интенсивных воздействий, с учетом индивидуальных особенностей детей. При этом используется комплекс процедур:

- босохождение;
- умывание;
- ходьба босиком по «дорожкам здоровья» (закаливание, элементы рефлексотерапии, профилактика плоскостопия);
- воздушные ванны в облегченной одежде;

- гимнастика на свежем воздухе в теплый период года.

ЧЕТВЕРТОЕ направление связано с осуществлением лечебно – профилактической работы. В его рамках проводится следующие мероприятия:

- постоянный контроль осанки;
- контроль дыхания на занятиях по физическому воспитанию;
- подбор мебели в соответствии с ростом детей;
- профилактический прием иммуномодуляторов: оксолиновая мазь для носа;
- сбалансированное питание;
- вакцинация против гриппа;
- потребление фитонцидов (чеснока и лука);
- употребление соков и фруктов;
- использование очистителей воздуха;
- физиотерапия;
- ингаляция;
- кварцевание групп;
- прием поливитаминов;
- массаж.

ПЯТЫМ направлением является использование практически апробированных

и разрешенных методик нетрадиционного оздоровления детей:

- пальчиковая и артикуляционная гимнастика, рекомендованная для использования в ДОУ;
- дыхательная и звуковая гимнастика по А. Стрельниковой;
- психогимнастика по методике М. Чистяковой;
- ароматерапия;
- игровой массаж А. Уманской.

ШЕСТЫМ направлением считается комплекс психогигиенических мероприятий:

- психодиагностика;
- элементы аутотренинга и релаксации;
- элементы музыкотерапии;
- индивидуальные и подгрупповые занятия в комнате психологической разгрузки, направленные на коррекцию познавательных процессов и эмоциональной сферы;
- обеспечение благоприятного психологического климата в ДОУ.

СЕДЬМЫМ направлением является реабилитация и коррекционная работа:

- коррекционная работа с детьми, имеющими плоскостопие и склонность к плоскостопию, со слабо сформированной стопой;
- индивидуальная работа с детьми, отстающими в основных видах движений;
- коррекция психоэмоциональной сферы;
- индивидуальная работа в спортзале и на прогулке, проводимая инструктором по физической культуре;
- индивидуальная работа в группе и на прогулке, проводимая воспитателями групп.

ВОСЬМЫМ направлением является консультативно – информационная работа:

- оказание консультативной помощи всем участникам образовательного процесса, родителям воспитанников по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников;
- открытые просмотры и показы с использованием оздоравливающих технологий;
- активное участие родителей в физкультурно – оздоровительной работе ДОУ;
- оформление папок, ширм, письменных консультаций, информационных стендов;
- организация вечеров вопросов и ответов с участием сотрудников ДОУ, приглашенных специалистов;
- проведение занятий с детьми с использованием оздоровительных технологий.

Оздоровительные, санитарно – гигиенические и профилактические мероприятия осуществляются психологом, медицинскими работниками, воспитателями, инструктором по физическому воспитанию.



