

***ОСОБЕННОСТИ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ  
ТЕХНОЛОГИЙ В ДЕТСКОМ  
САДУ***

*Деловая игра с элементами тренинга  
для педагогов*

## *Основными задачами являются:*

- - 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.
- Современные здоровьесберегающие технологии используемые в системе дошкольного образования отражают две линии оздоровительно-развивающей работы:
  - - приобщение детей к физической культуре;
  - - использование развивающих форм оздоровительной работы.

# Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

- - медико-профилактические;
- - физкультурно-оздоровительные;
- - технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- - здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;
- - технологии 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.
- - мониторинг здоровья;
- - организация профилактических;
- - мероприятий;
- - рациональное питание;
- - рациональный режим дня;
- - здоровьесберегающая среда;
- - контроль и помощь в обеспечении требований СанПиН.

- **Физкультурно-оздоровительные технологии** - направлены на физическое развитие и укрепление здоровья ребёнка, развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников (двигательный режим, динамические паузы, закаливание, гимнастика, подвижные и спортивные игры, дни здоровья, спортивные развлечения, праздники).

# *Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения 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 ДООУ:
- - Семинары-тренинги.
- - Консультации для педагогов.
- - Практикум для педагогов ДООУ.
- - Обсуждение вопросов здоровьесбережения на педагогических советах и медико-педагогических совещаниях в группах.

# *Технологии сохранения и стимулирования здоровья с детьми:*

- - Динамические паузы;
- - Подвижные и спортивные игры;
- - Релаксация;
- - Пальчиковая гимнастика;
- - Гимнастика для глаз;
- - Дыхательная гимнастика;
- - Музыкаотерапия.
- - Цветотерапия (хромотерапия).
- - Арт-терапия.
- - Сказкотерапия.
- В целом, это те технологии, которые мы используем каждый день в нашей работе».

# Кроссворд «Здоровье – это движение!»

- Записываем ответы по порядку по горизонтали:
- 1. Основной и любимый вид деятельности детей.
- 2. Гимнастический предмет для совершенствования талии.
- 3. Кружок физического воспитания.
- 4. Один из видов движения.
- 5. Гимнастические танцы под музыку.
- 6. Один из способов пробуждения организма.
- 7. Один из видов профилактики заболеваний.  
Должно получиться слово по вертикали:
- 8. То, что предотвращает заболевание.



# Тренинг «Моё здоровье»

- 1. Ваш любимый напиток?
- 2. Как вы относитесь к жирной пище?
- 3. Если вас одолела бессонница, вы:
- 4. Если у вас нет жалоб, ходите ли вы к врачам?
- 5. Если что-то заболело, сразу ли вы обратитесь к врачу?
- 6. Дружите ли вы со спортом?
- 7. Принимаете ли вы лекарства?
- 8. Если у вас дурное настроение, вы:

# Подведение итогов

- Здоровье – самый главный показатель жизнедеятельности каждого человека, и только с хорошим здоровьем можно жить полноценной жизнью.
- С самого раннего детства каждый из нас осознаёт важность разумного отношения к своему здоровью.
- В. А. Сухомлинский говорил: «Забота о человеческом здоровье, о здоровье ребенка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм, не свод требований к режиму, питанию, труду и учебе. Это прежде всего забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил».
- Детский сад должен стать садом, где ребенка научат с ранних лет заботиться о своем здоровье. А это зависит от нас, взрослых, так как мы подаем пример своим поведением.
- Каждый из нас знает, что своё здоровье или близких тебе людей нельзя купить ни за какие деньги. Оно сохраняется или приобретается ежедневным трудом.
- Давайте «здоровье» поставим на 1-ое место. И давайте привычку вести здоровый образ жизни не оставлять на понедельник, а начнем прямо сейчас.