



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
МАДОУ «ДЕТСКИЙ САД №270»

**Проектная деятельность
«Здоровьесберегающие технологии»
в старшей группе №4»**



ВЫПОЛНИЛА : ВОСПИТАТЕЛЬ, ТРОЕГЛАЗОВА Н.В.



БАРНАУЛ 2023 г.



ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Одна из задач ФГОС ДО -
охрана и укрепление
физического и психического
здоровья детей, в том числе их
эмоционального благополучия.

(приказ Министерства
образования и науки РФ от «
17» октября 2013г.№ 1155)





Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании

- это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей;

- система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.



Актуальность применения здоровьесберегающих технологий.



❖ гиподинамия (нарушение функций опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения, нарушение зрения и т.п.)

❖ детские стрессы (нервные расстройства вследствие отрицательной психологической обстановки в семье, излишнего шума и нервности в детском коллективе)

❖ тревожность (недостаток эмоциональной поддержки в детском саду и семье, недостаток информации).





Цель здоровьесберегающих технологий;

- Формировать осознанное отношение к соблюдению культурно-гигиенических требований и здоровьесберегающее поведение в повседневной жизни, эмоциональное благополучие, социальные навыки и уверенность в себе.
- Закреплять знания о здоровье и умение оберегать, поддерживать и сохранять его.





Система здоровьесбережения в ДОУ включает:

- ✓ различные оздоровительные режимы (адаптационный, гибкий, щадящий, по сезонам, на время каникул);
- ✓ комплекс закаливающих мероприятий (воздушное закаливание, закаливание в бассейне, хождение по коррегирующим дорожкам;
- ✓ максимальное пребывание детей на свежем воздухе, бодрящая гимнастика);
- ✓ физкультурные занятия всех типов;



Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольной организации

- ✓ медико-профилактические;
- ✓ физкультурно-оздоровительные;
- ✓ технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- валеологическое просвещение детей и родителей





Утренняя гимнастика

Утренняя гимнастика – это комплекс упражнений который настраивает, заряжает весь организм ребёнка положительной энергией и бодростью на весь день в целом.





Физкультурные занятия

Физкультурные занятия - основная форма систематического обучения детей физическим упражнениям. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета детей. Занятия проводятся в соответствии с программой по которой работает ДОУ



Зрительная гимнастика

Снимает зрительное напряжение, повышает зрительную работоспособность, улучшает кровообращение и способствует предупреждению нарушений зрения и развития глазных заболеваний, а так же, способствует более быстрому восстановлению работоспособности и эффективному усвоению материала.



Самомассаж.

Самомассаж - прекрасный способ расслабить мышцы и прежде всего он влияет на нервную систему ребёнка, позволяет активизировать межполушарное взаимодействие.





Корригирующая гимнастика

Корригирующая гимнастика- профилактика и коррекция возможных нарушений стопы. Предупреждение дальнейшего развития деформаций опорно-двигательного аппарата и нарушений осанки.





Обширное умывание и закаливание

Закаливание детей водой - это система мероприятий, повышающих сопротивляемость детского организма влияниям внешней среды и вырабатывающих способность быстро и без вреда для здоровья приспособиться к неблагоприятным условиям.





Физкультурно-оздоровительные технологии

В системе физкультурно-оздоровительной работы прочное место занимают физкультурные праздники, досуги, дни здоровья, которые зарекомендовали себя как наиболее приемлемая и эффективная форма активного отдыха детей.

Во время физкультурных праздников дети принимают участие в подвижных и спортивных играх, эстафетах.



Прогулки, подвижные игры

Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития дошкольника. Прогулка является первым и наиболее доступным средством закаливания детского организма. Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

Свежий воздух

малышам

Нужен и полезен!

Очень весело гулять нам!

И никаких болезней!...





Релаксация

Релаксация – это состояние покоя, целью релаксации является снятие мышечного напряжения и эмоционального возбуждения. Она помогает каждому ребёнку избавиться от накопившегося внутреннего негатива, плохого настроения и обид.





Работа с родителями!

- *Беседы*
- *Индивидуальные консультации*
- *Информационные стенды*
- *Совместные праздники, конкурсы, соревнования*
- *Дни и недели здоровья*





Результатами внедрения здоровьесберегающих технологий в ДОУ являются:

Сформированные навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДОУ.

Взаимодействие специалистов ДОУ в организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками.

Проявление толерантности всех участников внедрения здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс ДОУ.

Внедрение методических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ и семье;

Улучшение и сохранение соматических показателей здоровья дошкольников.

