Здоровьесберегающие технологии.

В воспитательно-образовательном процессе дошкольного учреждения можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий: медико-профилактические; физкультурно-оздоровительные, технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка; здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования; валеологического просвещения родителей; здоовьесберегающие образовательные технологии.

Среди множества факторов, оказывающих влияние на рост, развитие и состояние здоровья ребёнка, двигательной активности принадлежит едва ли не основная роль. От степени развития естественной потребности ребёнка в движении во многом зависят развитие двигательных навыков, памяти, восприятия, эмоции, мышления. Поэтому очень важно обогащать двигательный опыт ребёнка, который составляет его двигательный статус.

В процессе нашей деятельности мы стремимся решить следующие задачи:

- обеспечить условия для физического и психического благополучия участников воспитательно-образовательного процесса;
- формировать доступные представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах;
- реализовать системных подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков способностей детей;
- формировать основы безопасности жизнедеятельности;
- оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщения их к здоровому образу жизни.

Наиболее эффективными формами являются:

- утренняя гимнастика;
- гимнастика после дневного сна с закаливающими процедурами;
- коррегирующая гимнастика;
- занятия, прогулки, походы;
- совместные досуги с родителями;
- спортивные праздники и развлечения.

Мероприятия по укреплению здоровья детей:

1. Проведение мониторинга состояния работы по здоровьесбережению детей:
   - исследование состояния здоровья детей;
   - диагностика физической подготовленности дошкольника;
   - анализ профессиональной компетенции воспитателей;
   - тематическая проверка состояния физкультурно-оздоровительной работы;
   - анкетирование родителей «Какое место занимает физкультура в вашей семье»;
   - анализ созданных условий в дошкольном учреждении.
2. Организация двигательной развивающей среды:
   - оборудование физкультурного зала;
   - спортивная площадка на участке;
   - физкультурные уголки в группах;
   - уголки уединения.

Физкультурно-оздоровительная работа:

- утренняя гимнастика;
- физкультурные занятия;
- подвижные игры и физические упражнения на улице и в зале;
- оздоровительный бег;
- гимнастика пробуждения;
- коррегирующая гимнастика;
- спортивные досуги, праздники, «Дни здоровья»;
- закаливание (ходьба по солевым дорожкам, обливание рук до локтей холодной водой);
- физкультминутки;
- пальчиковая гимнастика.

Лечебно-профилактическая работа:

- витаминотерапия – аскорбиновая кислота.

Здоровьесберегающие технологии:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- динамические паузы;
- подвижные и спортивные игры;
- релаксация;
- технология эстетической направленности;
- пальчиковая гимнастика;
- гимнастика после дневного сна;
- коррегирующая гимнастика;

2. Технологии обучения здоровому образу жизни:

- физкультурные занятия;
- самомассаж.

3. Коррекционные технологии:

- технология музыкального воздействия;
- сказкотерапия.