

Ерёмина Олеся Викторовна

воспитатель

Бочарникова Светлана Дмитриевна

воспитатель

Шевченко Алиса Валерьевна

музыкальный руководитель

МБОУ «Начальная школа – Д/С №8»

г. Белгород, Белгородская область

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: статья посвящена основам организации работы по здоровьесбережению детей дошкольного возраста. Приведены виды здоровьесберегающих технологий, которые используются воспитателями в работе с детьми. Одной из задач является определить возможности использования различных форм работы по оздоровлению детей в детском саду.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесберегающие технологии, здоровый образ жизни, дети дошкольного возраста, физкультурно-оздоровительная работа.

«Здоровье детей – здоровье нации!». Этот лозунг нашел свое отражение во многих образовательных документах, в том числе и в Федеральных государственных образовательных стандартах дошкольного образования. По ФГОС одним из приоритетных направлений деятельности детского сада является проведение физкультурно-оздоровительной работы, в том числе и путем использования здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

Здоровьесберегающие технологии это один из видов современных инновационных технологий, которые направлены на сохранение и улучшение здоровья всех участников образовательного процесса в ДОУ. Использование здоровьесберегающих технологий имеет две направленности:

– формирование у дошкольников основ валеологической культуры, т.е. научить их самостоятельно заботиться о своем здоровье;

– организация образовательного процесса в детском саду без негативного влияния на здоровье детей.

Здоровьесберегающие технологии в ДОУ по ФГОС отлично сочетаются с традиционными формами и методами в педагогике, дополняя их различными способами осуществления оздоровительной работы.

Разрабатывая здоровьесберегающие технологии необходимо создать благоприятные условия, обеспечивающие возможность сохранения здоровья детей дошкольного возраста, сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, и использование полученных знаний на практике. При проведении оздоровительной работы необходимо мотивировать детей на здоровый образ жизни, формировании полезных привычек, формирование осознанной потребности в регулярных занятиях физкультурой, воспитание ценностного отношения к своему здоровью.

К инновационным здоровьесберегающим технологиям и методикам в ДОУ можно отнести следующие формы организации воспитательной работы:

Технология сохранения и стимулирования здоровья. Используя данную технологию в работе с детьми можно использовать: ритмопластику, динамические паузы, физкультминутки, подвижные игры, пальчиковую гимнастику, гимнастику для глаз, дыхательную гимнастику, гимнастику пробуждения, профилактика нарушений ОДА, закаливающие мероприятия, организация питания в ДОО.

Комплекс оздоровительных мероприятий- в соответствии с временем года проводятся те или иные мероприятия

| <i>Оздоровительные мероприятия</i> | <i>осень</i> | <i>зима</i> | <i>весна</i> | <i>лето</i> |
|---|--------------|-------------|--------------|-------------|
| <i>Утренний приём на свежем воздухе</i> | * | * | * | * |
| <i>Утренняя гимнастика</i> | * | * | * | * |
| <i>Дыхательная гимнастика</i> | * | * | * | * |
| <i>Витаминотерапия (чай с лимоном)</i> | * | * | * | |
| <i>Фитаницды (лук, чеснок)</i> | * | * | * | |
| <i>Гимнастика после сна</i> | * | * | * | * |

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| <i>Воздушные ванны</i> | | | | * |
| <i>Водные процедуры</i> | * | * | * | * |
| <i>Солнечные ванны</i> | | | | * |
| <i>Адаптогены (оксолиновая мазь)</i> | * | * | * | |
| <i>Хождение босиком (корригирующие дорожки)</i> | * | * | * | * |
| <i>Упражнения для профилактики глазных заболеваний</i> | * | * | * | * |
| <i>Полоскание рта после еды</i> | * | * | * | * |
| <i>ОДА</i> | * | * | * | * |

Технология обучения здоровому образу жизни. В данную технологию можно отнести: спортивные игры, самомассаж, утренняя гимнастика, коммуникативные игры, физкультурное занятие, спортивные досуги и развлечения, просветительская и образовательная работа с родителями.

Одним из важных аспектов в работе по здоровьесбережению дошкольников является работа с родителями. Информационные стенды «Здоровячок», где для родителей освящаются вопросы оздоровления детей, приобщение родителей к участию в физкультурных мероприятиях детского сада и группы (спортивные праздники, соревнования, развлечения и другие, участие родителей в проектах по здоровьесбережению.

Коррекционная технология. В данную технологию можно отнести: сказко-терапия, психогимнастика, артикуляционная гимнастика, технология музыкального воздействия.

Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий в ДОУ

1.Сформированные навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДОО.

2.Взаимодействие специалистов ДОО и родителей в организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками.

3.Внедрения здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс ДОО.

Список литературы

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход, 2000.
2. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие. – М.: Сфера, 2012.
3. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2007.
4. Сивцова А.М. Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях // Методист. – 2007.