Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 3 комбинированного вида « Ладушки

Выступление

***Тема: « Здоровьеформирующие технологии***

***в дошкольном образовательном***

***учреждении»***

( городское методическое объединение воспитателей групп

младшего дошкольного возраста)

Кудрявцева Е.В. воспитатель

04.04.2012 г.

Современные здоровьеформирующие технологии, используемые в системе дошкольного образования отражают две линии оздоровительно - развивающей работы:

1.Приобщение детей к физической культуре

2.Использование развивающих форм оздоровительной работы.

Основные формы организации здоровьеформирующих работ: \*физкультурные занятия \*самостоятельная деятельность детей \*подвижные игры \*утренняя гимнастика (традиционная, дыхательная, звуковая) \*двигательно-оздоровительные физминутки \*гимнастика пробуждения \*физкультурные досуги, дни здоровья \*спортивные праздники \*оздоровительные процедуры в водной среде.

Существующие здоровьеформирующие образовательные технологии можно объединить в три подгруппы: 1.Организационно-педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно - образовательного процесса, способствующие предотвращению состояния переутомления; 2.Психолого – педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми; 3.Учебно – воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своём здоровье и формированию культуры здоровья.

В нашем детском саду широко используются многие здоровьеформирующие технологии. Одной из самых известных и чаще других используемых здоровьеформирующих технологий во время организационной образовательной деятельности является физминутка. Проводится она с детьми всех возрастных групп в качестве профилактики переутомления.

Длительность физкультминутки составляет от 2 до 5 минут в зависимости от функциональных возможностей воспитанников, но не реже, чем через 4-7 минут образовательной деятельности.

Подвижные и спортивные игры используются как часть физкультурного занятия, а также на прогулке, в групповых комнатах. Они бывают малой, средней и высокой степени подвижности ( ежедневно во всех возрастных группах). Игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения.

Релаксация проводится в любом подходящем помещении детского сада. В зависимости от состояния детей и целей педагог определяет интенсивность этой технологии. Ею завершаются занятия, связанные с интенсивной физической нагрузкой, логоритмика, иногда музыкальные занятия. Для релаксации используется спокойная классическая музыка( Чайковский, Рахманинов), звуки природы. Пальчиковая гимнастика проводится детьми, начиная с младшего возраста индивидуально, либо с подгруппой ежедневно. Она рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Планируется пальчиковая гимнастика обычно в утренние и вечерние часы индивидуально, а также она включена в организованную образовательную деятельность по развитию речи.

Гимнастику для глаз чаще всего используется во время организованной образовательной деятельности по изобразительной деятельности, формированию элементарных математических представлений в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки. Проводится она с младшего возраста.

Длительность её проведения от трёх до пяти минут. Для проведения гимнастики для глаз необходимо использовать наглядный материал, мультимедийную технику и личный показ.

В нашем детском саду широко применяется дыхательная гимнастика, которая на ряду с другими здоровьеформирующими технологиями, в основном включена в организованную образовательную деятельность, связанную с такими образовательными областями, как физическая культура, здоровье и, а также на других занятиях. Например, во время организованной образовательной деятельности по формированию целостной картины мира, педагог с детьми отправляется в лес в весенний или зимний лес и обязательно используем возможность «подышать свежим воздухом». Важно помнить, что перед началом занятия педагог даёт детям инструкцию о гигиене полости носа, а также необходимо обеспечить ряд санитарно – гигиенических требований. В частности, влажная уборка помещения, тщательное проветривание перед её проведением. Для усиления профилактического эффекта используются аромалампы. В детском саду « Ладушки» пять лет назад была введена гимнастика пробуждения во всех возрастных группах. Она очень нравится детям и педагогам. На первом этапе её проводили медицинские работники детского сада, а затем и воспитатели.

Проводится гимнастика пробуждения в течении пяти – десяти минут в зависимости от возраста детей. Гимнастика пробуждения завершается оздоровительным бегом из тёплого в более прохладное помещение. Одеваются дети в тёплом помещении. Также в гимнастику пробуждения включается элементы самомассажа стоп. Здоровьеформирующие задачи также решаются в процессе физкультурных занятий, утренней гимнастики, на спортивных и оздоровительных досугах. В нашем детском саду это ложится на плечи инструктора по физической культуре, но в тесной связи взаимосвязи с воспитателями и медицинскими работниками. Все выше заявленные здоровьеформирующие технологии в детском саду связаны с календарно – тематическим планированием: в каждой теме подобраны физминутки, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз и другие технологии.

По возможности занятия по физической культуре связаны с общим тематическим планированием детского сада. Все здоровьеформирующие технологии отражаются в плане работы воспитателя, что является очень удобным для аттестации педагогов. В конце выступления хочется сказать, что все наши усилия должны быть направлены не только на овладение данных технологий и заполнение соответствующей документации, но главное на укрепление и сохранение здоровья воспитанников.