Муниципальное детское дошкольное учреждение детский сад

комбинированного вида №4 «Калинка»

**«Использование здоровьесберегающих технологий**

**в условиях ФГТ»**

**( Выступление на заседании городского методического объединения старших воспитателей, зам. заведующих от 02.12.2011г.)**

Выполнила: Камалиева Т.А.

Воспитатель 1 категории.

2011г.

**Использование здоровьесберегающих технологий в условиях ФГТ.**

Концепция федеральных государственных требований предусматривает создание условий для повышения качества дошкольного образования и наряду с другими мероприятиями, предполагает создание в дошкольных образовательных учреждениях условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников, которое выступает основой жизнедеятельности человека. Согласно современным представлениям целью образования является всестороннее развитие ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья. Отдельной образовательной областью в ФГТ выделена область "Здоровье". Целью формирования основы культуры здоровья детей является:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;

- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

– объединение усилий педагогов и родителей для эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы.

Решение этих задач происходит в непосредственной организованной образовательной деятельности, через интеграцию ОО «Здоровье», «Познание», «Физическая культура» с применением современных здоровьесберегающих технологий с учётом условий предметно-оздоровительной среды группы.

Виды технологий,, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей:

***1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:*** ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая.

***2. Технологии обучения здоровому образу жизни:*** Физкультурное занятие, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж.

***3. Коррекционные технологии:*** Артикуляционная гимнастика.

В работе с дошкольниками так же рекомендовано использовать инновационные оздоровительные технологии:

- В.Базарного, направлена на сенсорную свободу и психомоторное раскрепощение, укрепление мышечно-телесной координации, динамической смены поз. Оказывает благотворное влияние на поддержание физической, психической активности, повышение иммунной системы организма.

- Инновационная технология А.Сметанкина «БОС - здоровье» направлена на развитие диафрагмального дыхания с максимальной Дыхательной Аритмией Сердца - ДАС, обеспечивает физиологическую готовность ребёнка к усвоению новых знаний.

- Ю.Ф. Змановского - на контрастное закаливание, которая представляет собой комплексную систему воспитательно - оздоровительных воздействий, при которых создаются условия для сопротивляемости организма.

Все эти технологии направлены на коррекцию физического и психического развития, профилактику и предупреждение инфекционных заболеваний, на восстановление дыхания, снятие стресса, на оздоровление организма ребёнка.

*Принципами здоровьесберегающих технологий являются:*

1. принцип «Не навреди!»;
2. принцип сознательности и активности;
3. принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса;
4. принцип систематичности и последовательности;
5. принцип доступности и индивидуальности;
6. принцип всестороннего и гармонического развития личности;
7. принцип системного чередования нагрузок и отдыха;
8. принцип постепенного наращивания оздоровительных воздействий;
9. принцип возрастной адекватности здоровьесберегающего процесса и др.

Применение в комплексе здоровьесберегающих технологий обеспечивает развитие природных способностей ребёнка, положительную мотивацию к здоровому образу жизни и полноценное развитие, повышает результативность воспитательно-образовательного процесса.

*Формами организации здоровьесберегающей работы являются:*

* физическая культура (в помещении и на воздухе);
* самостоятельная деятельность детей;
* подвижные игры;
* утренняя гимнастика;
* физкультминутки;
* физические упражнения после дневного сна;
* закаливающие процедуры;
* прогулки:
* физкультурные развлечения:
* спортивные праздники;

Используемые методы и приёмы помогают повысить работоспособность, внимательность, активность.

Среди эффективных форм занятий в системе здоровьесберегающих технологий следует выделить следующие:

1. с использованием профилактических методик;
2. через оздоровительные мероприятия;
3. создания здоровьесберегающей среды.

Средства здоровьесберегающих технологий можно разделить на три группы:

 1.Средства двигательной направленности:

* элементы движений (ходьба, бег, прыжки, метание);
* физические упражнения;
* физкультминутки, лечебная физкультура, подвижные игры, гимнастика, самомассаж и др.

2.Оздоровительные:

* солнечные и воздушные ванны,
* водные процедуры, фототерапия, фитонциды

3. Гигиенические факторы

* выполнение санитарно-гигиенических требований, личная и общественная гигиена, проветривание, влажная уборка помещений, соблюдение режима дня….)

Методы здоровьесберегающих технологий: фронтальный, групповой, практический метод, познавательная игра, игровой метод, соревновательный метод, метод индивидуальных занятий.

Для выявления уровня состояния здоровья детей проводится диагностика по двум направлениям:

1. оценка физического развития;
2. оценка физиологических возможностей организма (резервов организма)

Целью диагностики является укрепление и сохранение здоровья детей, его гармоничного развития.

 Использование комплексной работы в системе с применением здоровьесберегающих технологий будет способствовать положительной динамике в укреплении здоровья детей, повышения работоспособности.

Таким образом, здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как одну из самых перспективных систем на современном этапе и как совокупность методов и приемов организации обучения дошкольников без ущерба для их здоровья.

Литература

1. И.В.Никишина – Методическое пособие «Дошкольное образование» 2012г.
2. А.Сметанкин: Инновационная технология « БОС – здоровье». Учимся и оздоравливаемся. 2012г.
3. Ю.Ф.Змановсктй: Воспитательно-оздоровительная работа в дошкольных учреждениях. Дошкольное воспитание- 1993г.
4. В.Ф.Базарный: Закаливающие мероприятия в детском дошкольном учреждении- 2000г.
5. Аветисов В.Г : Как беречь зрение М: ГЭОАР Медицина 2003г.
6. Лукина П.И: Путь к здоровью ребёнка лежит через семью. Управление ДОУ – 2006г.