**Педагогический совет на тему:**

**«Система здоровье сберегательных технологий »**

**Цель педсовета:** Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, совершенствование их физического развития.

**Задачи педсовета:**

1. Проанализировать созданные условия в ДОУ по физкультурно – оздоровительной работе.
2. Изучить современные технологии здоровьесбережения и внедрение современных инноваций в области физического развития детей.
3. Спроектировать модель целостной системы здоровьесбережения.

**Подготовительная работа:**

1. Проведение мониторинга состояния работы по здоровьесбережению детей:
* Исследование состояния здоровья детей;
* Диагностика по физической подготовленности дошкольников;
* Анализ профессиональной компетентности педагогов ДОУ;
* Анкетирование родителей по теме «Здоровый образ жизни»
1. Изучить современные нормативные документы, регламентирующие деятельность ДОУ по здоровьесбережению.
2. Тематический контроль состояния физкультурно – оздоровительной работы;
3. Смотр – конкурс физкультурных уголков.
4. НОД по физической культуре, утренняя гимнастика.
5. Подготовка презентации «Система здоровьесберегающих технологий в ДОУ» ст. воспитатель Орехова Л. В.

**План проведения:**

1. Вступительное слово заведующей детского сада (Васильева Е. Г.)
2. Отчет о выполнении решения предыдущего педсовета (Ст. воспитатель Орехова Л. В.)
3. Вступительное слово ст. воспитателя «Использование здоровьесберегающих технологий в ДОУ» (Орехова Л. В.)
4. Консультация «Развитие двигательной активности дошкольников в режиме ДОУ», воспитатель Бачегова Е. А.
5. Консультация «Релаксационные техники в работе с педагогами», воспитатель Данилова О. А.
6. Итоги смотра – конкурса физкультурных уголков.
7. Итоги педагогического совета.

**Ход педагогического совета**

1. **Вступительное слово заведующей детского сада.**
2. **Вступительное слово старшего воспитателя «Об использовании здоровье сберегающих технологий в ДОУ»**

**2.1.Решение предыдущего педсовета.**

На предыдущем педсовете был принят проект решения: утвердить годовой план работы на 2013 – 2014 учебный год, подготовиться и провести смотр – конкурс на лучший физкультурный уголок среди групп ДОУ. Данное решение считаю выполненным.

Уважаемые коллеги! Наш педсовет посвящен решению одной из годовых задач нашего дошкольного учреждения, а именно сохранять и укреплять здоровье детей на основе комплексного и систематического использования технологий здоровье сбережения и оптимизации двигательной активности детей.

 «Здоровье дороже богатства» - утверждал французский писатель Этьен Рей, который жил в конце 19 века. Точно также утверждают и многие из нас. О здоровье говорят, о здоровье спорят, здоровья желают. С самого раннего детства каждый из нас осознает важность разумного отношения к своему здоровью…

Как вы думаете, а что такое здоровье? (*блиц – опрос педагогов)*

К настоящему времени в науке сложилось более 79 понятий «здоровье». Оказалось, не так просто дать ему исчерпывающее определение. Рассмотрим некоторые из них.

1. Здоровье — это нормальная функция организма на всех уровнях его организации.

2. Здоровье — это динамическое равновесие организма и его функций с окружающей средой.

3. Здоровье — это способность организма приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающей среде, способность поддерживать постоянство внутренней среды организма, обеспечивая нормальную и разностороннюю жизнедеятельность, сохранение живого начала в организме.

4. Здоровье — это отсутствие болезни, болезненных состояний, болезненных изменений.

5. Здоровье — это способность к полноценному выполнению основных социальных функций.

Наиболее всеобъемлющей и общепринятой формулировкой является формулировка, разработанная всемирной организацией здравоохранения:

**«Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия»**

Таким образом, здоровье — это не только отсутствие болезней, это состояние оптимальной работоспособности, творческой отдачи, эмоционального тонуса, того, что создает фундамент будущего благополучия личности.

**Выделяется несколько компонентов здоровья:**

**1. Соматическое здоровье** — текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития.

**2. Физическое здоровье** — уровень роста и развития органов и систем организма.

**3. Психическое здоровье** — состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта.

**Закончить пословицы о здоровье:** Чистота – (залог здоровья) Здоровье дороже - (золота)

Чисто жить – (здоровым быть) Здоровье в порядке – (спасибо зарядке) Если хочешь быть здоров – (закаляйся) В здоровом теле – (здоровый дух) Здоровье за деньги - (не купишь) Береги платье с нову, (а здоровье смолоду) Будет здоровье – (будет все)

А как относитесь вы к своему здоровью, уважаемые коллеги? Продолжите, пожалуйста, фразу: «Путь к здоровью – это…» (*блиц опрос педагогов)*

Совершенно верно, путь к здоровью – это и правильное питание, систематическая двигательная активность, отсутствие стрессовых ситуаций, состояние окружающей среды, наследственность и т.д. Но самое главное то, что зависит, прежде всего, от нас.

По общепринятым представлениям здоровье человека обеспечивается здравоохранением лишь на 10-12%, наследственности принадлежит 18%, состоянию окружающей среды 20%, а самый большой вклад 50 – 52% - это образ жизни человека. Если считать, что наше здравоохранение само по себе больно, а ситуация с окружающей средой у нас по меньшей мере неблагоприятна, то «контрольный пакет акций» - вот эти самые 50 – 52% - в руках самого человека. О том, как грамотно распорядится этим «контрольным пакетом акций» в условиях дошкольного учреждения и пойдет сегодня речь на нашем педсовете.

* 1. **Проблемно – ориентированный анализ.**

Проблема здоровья и его сохранения в дошкольном детстве является очень актуальной. У медиков, педагогов, родителей вызывает озабоченность частота заболеваемости детей дошкольного возраста. Количество здоровых детей постоянно уменьшается, увеличивается количество детей имеющих отклонения в физическом и психическом развитии.

Как вы думаете, каковы причины этого явления? *(блиц – опрос)*

Причин этому множество: это и состояние окружающей среды, здоровье родителей и наследственность, условия жизни и воспитание ребенка в семье. Все эти причины требуют выработки определенной комплексной системы в работе по оздоровлению детей, начиная с дошкольного детства. Ведь именно в период дошкольного детства формируется нервная система, закладывается фундамент физического и психического здоровья, а так же элементарные представления о здоровье и здоровом образе жизни.

В целом в ДОУ сложился определенный системный подход к организации физкультурно – оздоровительной работы с детьми. Однако любая система не прослужит долго и эффективно, если не будет совершенствоваться и обновляться. Оснований для модернизации физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ достаточно много. Одно из главных – это рост заболеваемости детей.

**Анализ заболеваемости**

Данные проведенных анализов свидетельствуют о том, что в наше дошкольное учреждение приходят дети в основном со второй группой здоровья, наблюдается значительное сокращение детей с первой группой здоровья, расширяется спектр основной и сопутствующей патологии. Возрастает общая заболеваемость детей: по ОРЗ и ОРВИ с 145 до 232 случаев, наблюдается тенденция увеличения детей с патологией нервной системы с 3 до 7 случаев, заболевания ЛОР – органов с 20 до 27 случаев, увеличилось количество детей с патологией эндокринной системы с 3 до 6 случаев, органов зрения с 9 до 11 случаев.

Количество дней, пропущенных по болезни одним ребенком, увеличилось с 13,6 до 16,2 в 2011 году и 14,1 в 2012 году. Количество ЧБД резко возросло с 7 до 11 в 2011 году и 17 в 2012 году.

**Анализ мониторинга по физическому развитию (инструктор по физкультуре**

**Бачегова Е. А.)**

Так же, на мой взгляд, одной из причин резкого снижения уровня здоровья детей является и недостаточная квалификация педагогических кадров в вопросах сохранения здоровья, их физической активности и формирования здорового образа жизни. А это зависит именно от нас с вами. Поэтому необходимо комплексное создание системы физкультурно - оздоровительной работы, внедрение в практику здоровьесберегающих технологий и обеспечение единства медицинского и педагогического персонала в их реализации.

**2.3.Система здоровьесберегающих технологий в ДОУ.**

**Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни,** адекватное поведение в различных ситуациях, дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности.

**Одним из главных условий успешности работы в этом направлении является грамотная организация здоровье сберегающего процесса в детском саду**.

**Здоровьесберегающие образовательные технологии** – это системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, направленная на укрепление и сохранение здоровья детей.

**Цель здоровье сберегающих технологий:**

**1)** Обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание здоровье сберегающей культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, здоровье сберегающей компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

**2)** Содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.

**Можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий**

**в дошкольном образовании:**

1. Медико – профилактические;
2. Физкультурно – оздоровительные;
3. Технологии обеспечения социально – психологического благополучия ребенка;
4. Здоровьесберегающие образовательные технологии.
5. Технологии валеологического просвещения родителей.
6. Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащенияпедагогов дошкольного образования.

Рассмотрим каждую из них.

1. **Медико-профилактические технологии,** обеспечивают сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.
К ним относятся следующие технологии:
* Организация мониторинга здоровья дошкольников, разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья.
* Организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста.
* Рациональный режим дня.
* Закаливание.
* Организация профилактических мероприятий в детском саду;
* Организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов;
* Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

 Организация данных технологий осуществляется медицинским персоналом совместно с педагогами ДОУ.

***Среда*** является одним из основных средств развития личности ребенка, источником его индивидуальных знаний и социального опыта. Предметно-пространственная среда в ДОУ должна не **только обеспечивать физическую активность детей, но и быть основой для их самостоятельной двигательной деятельности**. Роль взрослого в данном случае состоит в том, чтобы рационально организовать среду в группе.

1. **Физкультурно-оздоровительные технологии** – это технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка. А именно: на развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры в водной среде (бассейне) и на тренажерах, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

Реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОУ в условиях специально организованных форм оздоровительной работы. Отдельные приемы этих технологий широко используются педагогами дошкольного образования в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимные моменты и в свободной деятельности детей, в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребенком и др.

***Компоненты:***

* двигательный режим дошкольников
* оздоровительный режим дошкольников
* динамические паузы (комплексы физ. минуток, которые могут включать дыхательную, пальчиковую, артикуляционную гимнастику, гимнастику для глаз и т.д.)
* подвижные и спортивные игры
* контрастная дорожка, тренажеры
* утренняя гимнастика
* физкультурные занятия
* закаливание
* спортивные развлечения, праздники
* День здоровья
* Ритмопластика
* Гимнастика бодрящая

Все эти компоненты хорошо знакомы педагогам и используются в работе с дошкольниками.

**Развитие двигательной активности дошкольников в режиме ДОУ и о компонентах физкультурно – оздоровительных технологий расскажет воспитатель Бачегова Е. А.**

Параллельно с развитием двигательной активности дошкольников идут и мероприятия по закаливанию, им уделяется особое внимание в режиме дня. Они способствуют укреплению здоровья и снижению заболеваемости. Закаливающие мероприятия, как важная составная часть физической культуры, содействует созданию обязательных условий и привычек здорового образа жизни. Используемая нами система закаливаний предусматривает разнообразные формы и методы, а также изменения в связи с временами года, возрастом и индивидуальными особенностями состояния здоровья детей.

Какие основные принципы закаливания вы знаете?

При работе с детьми обязательно соблюдаются основные принципы закаливания:

* Осуществление закаливания при условии, что ребёнок здоров;
* Недопустимость проведения закаливающих процедур при наличии у ребёнка отрицательных эмоциональных реакций (страха, плача, беспокойства);
* Тщательный учёт индивидуальных особенностей ребёнка, его возраста, возможности повышенной чувствительности к закаливающим мероприятиям;
* Интенсивность закаливающих процедур увеличивается постепенно и последовательно, с расширением зон воздействия и увеличением времени проведения закаливания;
* Систематичность и постоянство закаливания (а не от случая к случаю)

В детском саду рационально проводить 2 вида закаливания: **пассивное и активное.**

Условиями **пассивного закаливания** являются правильное использование теплозащитных свойств одежды и регулирование температуры помещения.

**Под активным закаливанием** понимается применение специальных температурных воздействий, т. е. закаливающих процедур путем воздушных, водных и солнечных процедур.

Какие закаливающие мероприятия с детьми мы можем провести в условиях нашего детского сада? (блиц – опрос)

**Система закаливающих мероприятий в МДОУ детский сад №62**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Младшая группа** | **Средняя группа** | **Старшая группа** | **Подготовительная группа** |
| 1 | Прием детей на воздухе | С апреля по октябрь | Круглый год при благоприятных условиях погоды |  |
| 2 | Утренняя зарядка (обширное умывание) | С мая по октябрь на улице оздоровительный бег в сочетании с дыхательной гимнастикой и физкультурными упражнениями в облегченной одежде.С ноября по май в зале в спортивной форме. |
| 3 | Воздушно – температурный режим | В группе +20В спальне +18 | В группе +18В спальне +16 - 17 | В группе +18В спальне +16 - 17 | В группе +18В спальне +16 - 17 |
| 4 | Сквозное проветривание(в отсутствие детей) | Два раза до +14 - 16 | Три раза в день до +14 - 16 |
| 5 | Одностороннее проветривание | Постоянно открыта фрамуга с подветренной стороны |
| 6 | Одежда детей в группе | Облегченная одежда: носки (гольфы), шорты, платья или рубашки с коротким рукавом (по температурному режиму)  |
| 7 | Сон | В хорошо проветренном помещении. Аэрация воздуха. |  |
| 8 | Гимнастика пробуждения, умывание | Гимнастика пробуждения, дыхательная гимнастика | Гимнастика пробуждения, дыхательная гимнастика, ходьба по нетрадиционному оборудованию |
| 9 | Физкультурные занятия:- в зале (в физкультурной форме)- на улице в облегченной одежде | В зале – 2 раза в неделю;На улице – 1 раз в неделю; |
| 11 | Прогулка (ежедневно) | До -15 | До -20 (в безветренную погоду) |
|  |

**Прогулка** является одной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни детского сада. В течение дня прогулка организуется дважды: утром и вечером. Это благоприятное время для проведения индивидуальной работы с детьми и организации их самостоятельной двигательной активности. При планировании прогулки учитывается, какие занятия предшествовали прогулке:

- если они носили подвижный характер (физкультурное, музыкальное), то прогулку лучше начать с наблюдения,

- если на занятиях дети были ограничены в движениях, то прогулку лучше начать с подвижных и спортивных игр.

**Структура примерного планирования прогулки**

* Самостоятельная деятельность детей.
* Наблюдение.
* Игры на развитие коммуникативных умений.
* Дидактические игры и упражнения на развитие познавательных способностей.
* Трудовые поручения.
* Подвижные игры средней и малой подвижности.
* Дыхательные упражнения.

***После занятий с высокой физической нагрузкой***

***После занятий с интеллектуальной нагрузкой***

* Подвижные игры.
* Наблюдение.
* Самостоятельная деятельность детей.
* Трудовые поручения
* Индивидуальная работа над ОВД (по рекомендациям инструктора по физвоспитанию)
* Спортивные игры и упражнения.
* Дыхательные упражнения.

Все эти компоненты хорошо знакомы педагогам и используются в работе с дошкольниками. Сейчас проведем тест для самооценки профессиональной подготовки по теории и методике физического воспитания дошкольников.

**Тест профессиональной подготовки по теории и**

**методике физического воспитания дошкольников.**

**1. Какие задачи предполагают формирование двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств, развитие двигательных способностей.**

1-воспитательные

2-оздоровительные

**3-образовательные**

4-коррекционно-развивающие

**2.Какое положение выражает готовность к действию и создает наиболее выгодные условия для правильного выполнения упражнений?**

1-рациональное

**2-исходное**

3-обычное

4-простое

**3. К какой группе методов относятся перечисленные приемы: показ, подражание, зрительные ориентиры, фотографии, рисунки, схемы.**

1-физические

**2-наглядные**

3-дидактические

**4. Сознательная, активная деятельность ребенка, характеризующаяся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательным для всех играющих правилом - это..**

**1**-двигательный режим

**2**-основные движения

**3-подвижная игра**

**5. Основной формой организованного систематического обучения физическим упражнениям является…**

1-подвижная игра

2-утренняя гимнастика

**3-физкультурное занятие**

 4-физкультминутка

5-утренняя прогулка

**6.Обучение дошкольников спортивными играми начинают с…**

1-соревнований между отдельными детьми

2-вопросов к детям

3-раздачи пособий

**4-разучивания отдельных элементов техники игры**

**7. К какой категории физического воспитания относятся гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения?**

1-задачи физического воспитания

2-принципы физического воспитания

3-формы физического воспитания

4-методы физического воспитания

**5-средства физического воспитания**

1. **Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду**– это технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников.

Цель этих технологий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

**Компоненты:**

* Занятия из серии «Здоровье» по программе «Детство» Бабаевой
* Занятия из серии «Безопасность» по программе «Детство» Бабаевой
* Образовательные занятия по парциальным программам и методикам: Н.А.Авдеева, Н.Л.Князева, Р.Б.Стеркина «Безопасность: Учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста» и др.
* Личностно - ориентированная модель обучения дошкольников (построение педагогического процесса с ориентацией на личность ребенка способствует его благополучию и здоровью)
* Игротренинги и игротерапия.
* Самомассаж.
* Точечный массаж.

По тому, как ребенок (так же, как и взрослый) относится к своему здоровью и здоровью окружающих, можно судить о его гигиенической и общей культуре, ценностях и привычках. **Развитие навыков здорового образа жизни, безопасности происходит не самопроизвольно, а в процессе систематического, целенаправленного воспитания и обучения**. В основе знаний, лежат представления об организме человека и его отдельных органах, их функционировании, о влиянии физических упражнений на рост и развитие человека. В основу знания так же входят вопросы здорового образа жизни и его влияние на состояние здоровья, начальные знания в области медицины и гигиены. Важно, чтобы педагог творчески относился к сообщению знаний, используя для этого не только занятия, но и режимные моменты .Так, для прочного усвоения детьми основ здорового образа жизни, важно проводить с ними беседы и игры соответствующей тематики и использовать с этой целью разнообразные виды детской деятельности в течение дня.

Формирование навыков личной гигиены неразрывно связано с воспитанием культуры поведения. Приобретенные детьми первоначальные навыки гигиены целесообразно закреплять в тематических играх соответствующего содержания. Тематические игры должны предусматривать возможность постепенного усложнения сюжета и способствовать совершенствованию приобретенных навыков, знаний и умений. При организации игр необходимо использовать разнообразные иллюстративные материалы к сказкам и рассказам, наглядные пособия, игрушки, муляжи. Для усвоения гигиенических навыков можно использовать дидактические и сюжетно-ролевые игры «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!», « Аптека», «Больница» Можно использовать потешки, например: « Водичка, водичка, умой мое личико!» Интересными для детей могут быть такие литературные произведения, как « Мойдодыр», « Федорино горе», « Доктор Айболит» К. И. Чуковского и др.

Благодаря внедрению образовательных технологий дошкольники смогут:

* Знать основы здорового образа жизни.
* Сознательно относиться к собственному здоровью и использовать доступные способы его укрепления.
* Получить представления о действии некоторых профилактических процедур.
* Активно участвовать в разных видах занятий по физической культуре, самостоятельно организовывать игры.
* Самостоятельно выполнять гигиенические процедуры, владеть навыками самообслуживания.
* Осуществлять контроль за своим самочувствием.
1. **Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка**– это технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника.

Основная задача этих технологий обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника.

Реализацией данных технологий занимается психолог посредством специально организованных встреч с детьми, а также воспитатели и специалисты дошкольного образования в текущем педагогическом процессе ДОУ.

**Компоненты:**

* Специально организованные встречи, игровые тренинги с детьми;
* Релаксация;
* [Музыкотерапия;](http://ipklabdo.lanta-net.ru/ipk_mediawiki/index.php/%D0%98%D0%B7%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%3ADetki_na_kovrike.jpg)
* Сказкотерапия;
* Рисорография;
* Психогимнастика;
* Фонетическая ритмика.
1. **Технологии валеологического просвещения родителей -** это технологии, направленные на обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОУ, обретение ими валеологической компетентности.

**Работа с родителями** строится по двум направлениям:

* Первое направление – ***просвещение*** родителей, передача им необходимой информации по тому или иному вопросу. Знакомим родителей с результатами диагностики состояния здоровья ребенка и его психомоторного развития; информационными листами: “Движения и здоровье”, “Физкульт-ура!”, “Для чего нужна зарядка?”; с содержанием физкультурно-оздоровительной работой и лечебно-профилактическими мероприятиями.
* Второе направление – ***организация продуктивного общения*** всех участников образовательного пространства, создание условий для общения по вопросам физического воспитания детей. Совместно с родителями организуем и проводим физкультурные праздники, досуги, где происходит непосредственное общение взрослых с ребенком.
1. **Технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения**педагогов дошкольного образования – технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.

**Во многом здоровье воспитанников дошкольного учреждения определяется педагогом, его здоровьем – не только физическим, но и психологическим.**

**Современная жизнь с её многочисленными трудностями** как экономического, так и психологического характера требует от человека любой профессии напряжения всех его нравственных и физических сил. Представители педагогического труда оказываются в наиболее сложной ситуации: они испытывают двойные нагрузки в связи с тем, что их труд, даже в стабильные времена, отличается высокой эмоциональной напряженностью и **стрессонасыщенностью.**

**Профессиональная деятельность педагога дошкольного учреждения характеризуется значительными нагрузками на психоэмоциональную сферу личности. Большая часто его рабочего дня протекает в эмоционально-напряженной обстановке:** эмоциональная насыщенность деятельности, постоянная концентрация внимания, повышенная ответственность за жизнь и здоровье детей. Напряженные факторы такого рода оказывают влияние на эмоциональное и физическое самочувствие педагога: появляется нервозность, раздражительность, усталость, разного рода недомогания.

Отрицательно окрашенные психологические состояния педагога снижают эффективность воспитания и обучения детей, повышают конфликтность во взаимоотношениях с воспитанниками, родителями, коллегами, способствуют возникновению и закреплению в структуре характера и профессиональных качеств негативных черт, разрушают психическое здоровье. Многие педагоги обладают недостаточной сформированностью адекватных способов эмоционального реагирования на трудности непрогнозируемых сложных ситуаций, обнаруживают низкий показатель степени социальной адаптации. Большинство не умеют снимать чрезмерное эмоциональное напряжение, предотвращать его развитие. Это проявляется в разрушительных последствиях для их психоэмоционального и физического самочувствия, а также негативно сказывается на эмоциональном благополучии детей.

Здоровье педагога … Оно необходимо не только для его профессионального долголетия, но и здоровья детей, наших воспитанников.

**Релаксационные техники в работе с педагогами (воспитатель Данилова О. А.)**

**Творческой группой №1 к педсовету были разработаны различные комплексы (по профилактике плоскостопия, по профилактике нарушения зрения, комплексы упражнений, направленных на ощущение осанки, гимнастики - побудки) Все эти комплексы вы можете использовать с детьми в режимные моменты в течение дня.**

**Итоги смотра – конкурса физкультурных уголков**

**Решение педсовета:**

* 1. Разработать стратегию организации работы ДОУ по здоровьесбережению воспитанников (программа «Растем здоровыми»)

Ответственный: Ст. воспитатель Орехова Л. В., творческая группа №1.

Срок: до 31.05.14г.

* 1. Дополнить картотеку здоровьесберегающих технологий.

Картотека подвижных и спортивных игр – Бачегова Е. А.

Стретчинг (упражнения под музыку) – Бачегова Е. А., Дергачева М. Ю.

Комплексы дыхательной гимнастики – Павлова Н. В.

Комплексы пальчиковой гимнастики – Козлова Ю. А.

Комплексы физкультминуток – Гаврилова Л. И.

Массаж и самомассаж (самомассаж – зарядка, самомассаж кистей рук, ушных раковин, самомассаж после дневного сна, точечный массаж) – Горюшина Н. Н.

Ответственные: творческая группа №1.

Срок: до 1 марта 2014г.

* 1. Максимально увеличить время пребывания детей на свежем воздухе с обязательной организацией двигательной активности.

Ответственный: Ст. медсестра Цапкова С. Н., воспитатели групп.

* 1. Рационально сочетать физкультурные занятия с технологиями здоровьесбережения.

Ответственный: инструктор по физкультуре Бачегова Е. А.

* 1. Использовать здоровьесберегающие образовательные технологии в образовательном процессе.

Ответственные: воспитатели групп.

* 1. Через родительские собрания и информационные стенды продолжать рекламировать здоровый образ жизни среди родителей.

Ответственные: воспитатели групп.

* 1. Систематически проводить анализ состояния физкультурных уголков, пополнять необходимыми материалами и оборудованием исходя из возрастного принципа, принципа необходимости и материальных возможностей.

Ответственные: воспитатели групп.

.