**"Технологии сохранения и стимулирования здоровья в развитии двигательной активности детей"**

1 слайд Охрана и укрепление здоровья детей – по-прежнему остаются одной из приоритетных задач дошкольного образования.

2 слайд В наш модернизированный и автоматизированный век, человек все меньше двигается. Автомобиль, телевизор, компьютер, – все это обуславливает малоподвижный образ жизни. Двигательная активность, различные формы ее целенаправленной организации занимают более чем скромное место в жизни современного ребенка- дошкольника. Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают статистические данные.

3слайд «Гипокинезия» всё больше «молодеет» она отмечается и у дошкольников. В первую очередь страдает мышечная система: снижается тонус мышц, работоспособность, выносливость, снижается устойчивость организма к простудным заболеваниям, идет нарушение обмена веществ.

Сейчас практически не встретишь абсолютно здорового ребенка. В связи с ухудшающимся уровнем здоровья воспитанников, существует необходимость организации образовательного процесса с акцентом на решение оздоровительных задач физического воспитания, не нарушая при этом образовательной составляющей процесса.

В период дошкольного детства у ребёнка закладываются основы здоровья, всесторонней двигательной подготовленности и гармоничного физического развития.

Поэтому возникает проблема, актуальная как для педагогической науки, так и для практики: как эффективно организовать воспитательно-образовательный процесс без ущерба здоровью дошкольников?

4 слайд В связи с этим, одной из актуальных задач воспитательно-образовательного процесса в ДОУ является совершенствование физического воспитания детей посредством внедрения здоровьесберегающих технологий. Двигательная активность в свою очередь является мощным биологическим стимулятором жизненных функций растущего организма. Движение в любой форме выступает как оздоровительный фактор.

5 слайд Поставленные задачи и эффективность здоровьесберегающих технологий будут успешно решаться только при использовании открытых педагогических принципов и методов обучения, а именно:

Систематические проведение дисциплинируют ребенка, приучают его к методичной и регулярной работе.

Принцип постепенного повышения требований заключается в постановке перед ребенком все более трудных заданий и их выполнения. Для этого целесообразно чередовать нагрузки с отдыхом.

Принцип наглядности является основным в обучении движению. Для каждого задания, выбирает наиболее эффективный путь объяснения данного задания – это такие методы как показ, словесный, игровой, иллюстративно-наглядный.

Принцип доступности и индивидуальности - предусматривает учет возрастных особенностей и возможностей ребенка.

Т. о. создаются условия мотивации к занятиям физической культурой необходимо создать такие условия, чтобы у ребенка понял полезность движений для своего здоровья.

6 слайд Для достижения целей здоровьесберегающих технологий применяются различные средства, силы и факторы

7 слайд Формы работы с детьми по физической культуре в ДОУ, рационально организованная повседневная жизнь имеют реальный шанс положительно влиять на все сферы, так как, здоровьесберегающие технологии предполагают комплексный подход к укреплению здоровья.

8 слайд Исходя из условий нашего дошкольного учреждения, профессиональной компетентности педагогов, а также показаний заболеваемости детей, мы продолжаем активно использовать в системе физкультурно-оздоровительной работы, следующие здоровьесберегающие технологии:

9 слайд Это конечно же технологии здорового образа жизни, что является неотемливой частью нашей работы.

10 слайд Следующими технологиями больше используют в своей работе психологи, музыканты, воспитатели но некоторые их элементы можем применять и мы исходя из темы наших занятий.

11 слайд Считаю, что на сегодняшний день активнее нужно использовать технологии сохранения и стимулирования здоровья.

12 слайд Это подвижные и спортивные игры –многие ребята отдают предпочтение малоподвижным видам деятельности: телеиграм, просмотру мультфильмов. А для ребёнка малоподвижный образ жизни – это потеря здоровья, нарушение физического и интеллектуального развития. Ведь именно в подвижных играх ребёнок получает уникальную возможность максимально проявить собственную активность и творчество, ликвидировать дефицит движений, реализоваться и утвердить себя, получить массу радостных эмоций и переживаний.

13 слайд Наряду с подвижными играми, проводятся спортивные игры с целью оздоровления, формирования жизненно важных двигательных навыков и умений, развития физических способностей. Активная двигательная деятельность в подвижных играх и вызываемые ими положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем.

14 слайд Динамическая пауза - кратковременный активный отдых, смена видов деятельности, активизация умственных способностей.

15 слайд В релаксации – эффективно использование спокойной классической музыки, звуков природы. Используются специально подобранные упражнения на расслабление определенных частей тела и всего организма. Выполнение таких упражнений очень нравится детям, т. к. в них есть элемент игры. Они быстро обучаются этому непростому умению расслабляться.

16 слайд Тренировка движений пальчиков и кистей рук является мощным средством развития мышления ребенка. В момент этой тренировки повышается работоспособность коры головного мозга. То есть при любом двигательном тренинге упражняются не руки, а мозг.

17 слайд Гимнастика для глаз – способствует снятию статического напряжения мышц глаз, улучшению кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога.

18 слайд Дыхательная гимнастика используется – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

19 слайд Проведение бодрящей гимнастика развивает у детей мотивацию к сохранению и укреплению здоровья; формирует правильную осанку, является профилактикой плоскостопия.

20 слайд Ритмопластика - проводится в форме кружковой работы. Ритмопластика помогает реализовать потребность в сохранении как - физического так и психологического здоровья, позволяют насытить образовательный процесс положительными эмоциями, увеличить двигательную активность детей, которая является мощным фактором интеллектуального и эмоционального развития ребенка.

21 слайд Во время занятий у детей развивается чувство ритма, гибкость и пластичность, формируется правильная осанка. В структуру ритмопластики включаю все виды технологий стимулирования и сохранения здоровья: это и дыхательные, динамические, пальчиковые гимнастики, релаксация, и главный показатель двигательной активности подвижная игра.

22 слайд Для реализации поставленных задач работа проводилась поэтапно:

Разработаны планы оздоровительной работы по каждой возрастной группе, которые воспитатели реализуют в режимных моментах, во время непосредственно образовательной деятельности. В соответствии с планом в группах были составлены подробные папки по оздоровительным мероприятиям, в которых содержатся не только описание и методика проведения оздоровительных мероприятий, но и различные комплексы этих упражнений. Разработаны картотеки игр и упражнений, которые отражают календарно- тематический план, составлены диски с релаксирующей музыкой, музыкально подвижными играми.

Новизна всех технологий заключается в использование информационно-коммуникативных технологий. В нашем детском саду имеется подборка презентаций упражнений для глаз, двигательные паузы которые педагоги активно применяют в своей работе.

23 слайд Анкетирование родителей выявило, что большинство родителей готовы активно участвовать в физическом развитии своих детей, но этому мешает отсутствие у них необходимых умений. Именно поэтому планирование работы с родителями является важным разделом работы.

Эффективными формами взаимодействия зарекомендовали себя информационные стенды, папки – передвижки и т. д., которые решают задачи ознакомления родителей с условиями, содержанием и методами по оздоровлению детей.

Для формирования мотивации к совместной двигательной активности детей и их родителей в нашем саду организуются совместные с детьми мероприятия. Дети показывают высокий уровень развития физических качеств, отдельных качественных сторон двигательных возможностей человека.

24 слайд

Таким образом, одним из приоритетных направлений нашего образовательного учреждения «Физическое развитие детей» и применение в своей работе ЗОЖ, мы достигли следующих результатов:

-положительная динамика состояния здоровья, снижение уровня заболеваемости,

-повышение уровня физического развития детей, физической работоспособности, общей выносливости,

развитие основных психических процессов (памяти, мышления, воображения, восприятия,

- преодоление трудностей, проявление силы воли.

25 слайд На достигнутых результатах не останавливаюсь и продолжаю совершенствовать работу по формированию здорового образа жизни, здоровьесбережению и здоровьеобогащению детей. Главное помочь детям проявить их собственные потенциальные возможности, чтобы, взрослея, каждый из них осознал свою индивидуальность, был готов вести здоровый образ жизни, ценил свое здоровье и здоровье окружающих.

26 слайд Считаю, что созданная в детском саду система по здоровьюсбережению позволяет качественно решать цель развития физически развитой, социально-активной, творческой личности. Ориентация на успех, высокая эмоциональная насыщенность занятий, постоянная опора на интерес, все это дает положительный эффект в работе: у большинства детей наметилась тенденция сознательного отношения к своему здоровью и использованию доступных средств для его укрепления, стремления к расширению двигательного опыта.

27 слайд Спасибо