***«Характеристика здоровьесберегающей технологии в детском саду» (1 слайд)***

 ***«Здоровье - это состояние полного физического,***

***психического и социального благополучия,***

***а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.»***

(Всемирная Организация Здравоохранения)

***(2 слайд)***

 В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда ранее актуальной. Это объясняется тем, что к ним предъявляются весьма высокие требования, соответствовать которым могут только здоровые дети. А о здоровье можно говорить не только при отсутствии каких-либо заболеваний, но и при условии гармоничного нервно-психологического развития, высокой умственной и физической работоспособности.

 Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До 7 лет ребенок проходит огромный путь развития, именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Очень важно именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

***(3 слайд)***

 Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи современного дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей. Неслучайно именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования.

 Существует разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс мероприятий получил в настоящее время – ***«здоровьесберегающие технологии».***

 **Здоровьесберегающая технология** **в дошкольном образовании** – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и медицинского работника.

***(4 слайд)***

 Физическая культура и оздоровление является приоритетным направлением нашего дошкольного отделения. Вся работа строится на основе Программы «Радуга» Т.Н.Дороновой; **Программы «Воспитываем детей здоровыми» Ю.Ф.Змановского; Программы «Как воспитывать здорового ребенка» В.Г.Аглямовской и парциальной пограммы «Здоровый малыш»** разработанной коллективом ДОУ, которая представляет целую систему физкультурно-оздоровительных, коррекционных и закаливающих мероприятий.

 **Цель** здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

 - сохранение и укрепление здоровья детей;

 -сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни.

***(5 слайд)***

 Основной **задачей** работы коллектива является:
- совершенствовать условия для организации образовательного процесса в целях сохранения укрепления здоровья воспитанников;
- создать условия для их своевременного и полноценного психического развития;
- обеспечить каждому ребенку возможность радостно и содержательно прожить период дошкольного детства.

***(6 слайд)***

 Здоровьесберегающие педагогические технологии применяются в различных видвх деятельности и представлены как:

- технологии сохранения и стимулирования здоровья детей;

- технологии обучения ЗОЖ;

- коррекционные технологии.

 Итак, ***технологии сохранения и стимулирования здоровья дошкольников***, которые внедрены в практику работы нашего дошкольного отделения.

**1.Утренняя гимнастика.  *(7 слайд)***

 Регулярная утренняя гимнастика укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета детей. Утренняя гимнастика с детьми проводится ежедневно 10-15 мин. в группах. Музыка сопровождает каждое упражнение. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки, способствует улучшению психологического и физиологического состояния организма ребёнка.

 Каждое утро в нашем саду начинается с оздоровительного бега *по системе Ю.Ф. Змановского,* который утверждает об эффективности бега для воспитания выносливости, улучшения физических работоспособности детей. Бег – важнейшее средство для развития координации движений, улучшается работа сердца и органов дыхания. В летний период оздоровительный бег проводится на свежем воздухе до -10 градусов (на спортивной площадке). В холодный период в группах босиком в одних шортах при температуре +17 градусов.

**2. Корригирующая гимнастика. *(8 слайд)***

 Для профилактических целей изготовлены дорожка с ракушками, камушками разной величины, пуговицами, морской солью. Дети с удовольствием ходят по нему после утренней гимнастики босиком. Дорожка или мини «тропа здоровья» прекрасно массажирует ступни детей, укрепляет мышцы и связочный аппарат стопы, защищая организм в целом.

 Мы убедились, что хождение босиком по «тропе здоровья» оказывает благоприятное воздействие на закаливание детского организма. Рекомендуется детям с нарушением осанки, плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы.

**3.** **Динамический «час» или игры на прогулке. *(9 слайд)***

 Проводятся на дневной прогулке на свежем воздухе как разнообразные спортивные и подвижные игры (малой, средней и высокой степени подвижности). Они направлены на обучение двигательным умениям и навыкам (ходьбы, бега, прыжкам, упражнения для профилактики осанки и плоскостопия).

**5. Подвижные игры. *(10 слайд)***

 Подвижные и народные игры проводятся ежедневно, на прогулке и групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка. В игре развиваются силы ребенка, выносливее ноги, гибче тело, развивается находчивость, ловкость, сообразительность, стимулируется переход детского организма к более высокой ступени развития.

Изучив методическую литературу и опыт работы нашего региона *(г. Стриживой)* был разработан комплекс закаливающих мероприятий для дошкольников, с использованием *нетрадиционных методов закаливания*:

 - «Тропа здоровья»;

 - обмывания тела – руки, ноги, грудь, спина;

 - полоскание зева после еды;

 - «Оживлялки»;

 - точечный массаж;

 - дыхательная гимнастика.

**6.Полоскание зева после еды. *(11 слайд)***

Полоскание рта после еды содо-солевым раствором или отварами трав (фито-, витамонотерапия; прием настоек в соответствии с комплексным планом оздоровления и лечебно-профилактических мероприятий для детей) - это лечебно-профилактическое направление работы по здоровьесбережению детей в детском саду.

**7. Взбадривающая гимнастика после дневного сна. *(12 слайд)***

 «Оживлялки» или взбадривающая гимнастика по системе В.Т.Кудрявцевой целесообразны для поднятия мышечного тонуса детей, позволяющие быстро встряхнуть с себя остатки сна. Игровая оздоровительная гимнастика проводится ежедневно после дневного сна 5-10 минут в постелях. Сон у детей без маечек и пижам. Во время сна проветривается помещение.

**8. Закаливающие процедуры после сна. *(13 слайд)***

Это водная процедура после дневного сна. Обширное умывание тела - лицо, руки, грудь, шея, ноги.

**9. Дыхательная гимнастика. *(14 слайд)***

 Дыхательная гимнастика (Ильи Муромца) - это комплекс упражнений, основанный на принципе задержки дыхания. Разработан А.Стрельниковой и К.Бутейко для избавления от недугов и укрепления здоровья, как средство против кашля, для профилактики и лечения болезней, для укрепления здоровья. Эти упражнения являются прекрасным средством для развития правильного дыхания органов дыхания, укрепляет основную дыхательную мышцу (диафрагму), мышцы брюшного пресса.

**10. Точечный массаж. *(15 слайд)***

 Точечный массаж (по методике А.А.Уманской) как элемент психофизической тренировки способствует расслаблению мышц и снятию нервно-эмоционального напряжения. Самомассаж или «Гимнастика маленьких волшебников» проводится в игровой форме в виде пятиминутки. Делая массаж определенной части тела, ребенок воздействует на весь организм в целом. Самомассаж - улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов. Упражнения точечного массажа является профилактикой простудных заболеваний.

**11. Динамические паузы во время занятий. *(16 слайд)***

 Динамические паузы проводятся во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

**12. Пальчиковая гимнастика. *(17 слайд)***

 Проводится в любой удобный отрезок времени индивидуально, с подгруппой и всей группой ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции.Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами.

Оздоровительно-профилактическая работа с детьми, для сохранения и укрепления их здоровья, ведется под наблюдением медицинской сестрой нашего дошкольного отделения. ***(18 слайд)***

 Медицинская сестра в нашем ДОУ, осуществляет контроль за соблюдением санитарно-противоэпидемического режима, санитарным состоянием помещения и участка детского дошкольного учреждения, готовит детей к врачебному осмотру, проводит антропометрические измерения (вес, рост ребенка), профилактические прививки. Периодически ею проводятся беседы с родителями, даются необходимые рекомендации воспитателям групп и другим сотрудникам, работающим с детьми.

Работа с родителями по здоровьесберегающей деятельности. ***(19 слайд)***

 Наглядные стенды знакомят родителей с жизнью группы, с возрастными физиологическими особенностями детей. Широко используется информация в родительских уголках, в папках-передвижках (консультации на разные темы: «Развитие ребёнка и его здоровье», «Игры с движениями» «Движение - основа здоровья», «Формирование правильной осанки и профилактика её нарушений», «Зимние игры с ребенком» и т.д.), которые позволяют привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении.

 Действуя целенаправленно и совместно с родителями, мы добились систематического посещения закаливающих мероприятий, что положительно сказывается на здоровье детей.

 Накопительная папка по здоровьесберигающей технологии. ***(20 слайд)***

 В накопительную папку входит практический материал по воспитательно-оздоровительной работе: фотографии и компьютерный вариант по здоровье сберегающим технологиям; конспекты физкультурных занятий и праздников; конспекты занятий по ОБЖ; сюжетно-игровых занятий по физкультуре; комплексы дыхательных упражнений; динамические паузы и физкультурные минутки для малышей. Комплексы бодрящей гимнастики: минутки-пробудки для малышей и т.д.

***(21 слайд)***

 **ВЫВОД:** Таким образом, мы пришли к выводу, что сохранение и улучшения здоровья ребенка в один из самых ответственных периодов его жизни, необходимо комплексное внимание к состоянию здоровья детей со стороны воспитателей, инструктора по ФИЗО, медицинского персонала и родителей дошкольного образовательного учреждения.

**Перечень здоровьесберегающей технологий**

в образовательном процессе дошкольного образовательного учреждения:

Программа «Здоровый дошкольник» Ю.Ф. Змановский.

Авторская программа «Как воспитывать здорового ребенка» В.Г.Аглямовский.

«Развивиающая педагогика оздоровления» В.Т.кудрявцев.

«Профилактика психоэмоционального напряжения детей средствами физического воспитания» В.А. Аглямовская.

«Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ» М.Н. Кузнецова.

«Игровой самомассаж» Т.В.Нестерюк.

«Диагностика культуры здоровья дошкольников» В.А.Дергунская.

«Здоровьесберегающая система ДОУ» Павлова М.А., Лысогорская М.В.

 Программа «Здоровый малыш» разработанная коллективом ДОУ.