**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**

**УЧРЕЖДЕНИЕ«БЕРЕЗОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД №4»**

**Сообщение к педсовету на тему:**

«**Использование современных здоровьесберегающих**

**технологий с дошкольниками»**

Воспитатель

1 кв.категории,Назарян Л.М

Н о я б р ь

2015 г.

«Я не боюсь ещё и ещё раз повторять:

забота о здоровье – это важнейший

труд воспитателя. От жизнерадостности,

бодрости детей зависит их духовная жизнь,

мировоззрение, умственное развитие,

прочность знаний, вера в свои силы».

В. А. Сухомлинский

Задачей здоровьесберегающих технологии в дошкольном образовании является сохранение, поддержание и обогащение здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

**Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании**

* медико-профилактические;
* физкультурно-оздоровительные;
* технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
* здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;
* валеологического просвещения родителей;

***Сегодня мне бы хотелось более подробно остановиться на двух видах здоровьесберегающих технологий, которые мы используем в образовательном процессе ДОУ.***

***Физкультурно-оздоровительная технология***  – технология, направленная на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников.

***Технология, обеспечивающая социально-психологическое благополучие ребенка***

Основная задача этой технологий- обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду .

**Реализациятехнологий и решение** поставленных задач в данных технологиях осуществляется в специально **организованных формах работы.**

В группе существуетсистемаспециально организованных форм, согласно этой системе мы выстраиваем свою работу с детьми.

Особую роль для укрепления здоровья ребёнка, его всестороннегопсихического и физического развития, играет **развивающая предметно-пространственная среда.**

В группе, создан уголок здоровья и психологический уголок.

Наряду с заводскими пособиями в нашей группе мы используем нестандартное оборудование (разные массажёры, дорожки для ходьбы и бега, устройства для развития ловкости, координации и др.). Это оборудование особенно эффективно для формирования у детей интереса к физической культуре.

**Формы и средства**

**Музыкотерапия**

Прослушав рекомендации музыкального руководителя ДОУ, мы начали использовать в своей практике утренний прием под музыку.Ведь музыка располагает к тесному контакту между взрослым и ребенком, создает атмосферу уюта, тепла, любви и обеспечивает психологическое благополучие.

Дневной сон, пробуждение и постепенный подъем детей проходит под тихую, спокойную музыку.

В минутки тишины- под прекрасную музыкудети могут посидеть и полюбоваться светящимися игрушками, помечтаем под прекрасную музыку.

**В «**Минутку шалости**»**мы используем танцевальныедвижения под музыку

Что доставлят немыслимую радость и удовольствие детям

Используем музыкальное сопровождение и в НОД в продуктивной деятельности(рисовании, лепке, аппликации).

Продолжительность прослушивания должна составлять не более 10 минут одновременно.

**Экран настроения**

Для создания эмоционально комфортной обстановки в группе был создан «Уголок настроения» с целью сохранения и укрепления психического здоровья детей.

Здесь мы учим детей отслеживать свое эмоциональное состояние .То есть с каким настроением утром ребенок приходит в детский сад и вечером уходит домой.

**Самомассаж-** мы проводим 2-3 раза в день

до 5 минут, в самостоятельной деятельности, но под нашим наблюдением (самомассаж кистей и пальцев рук, ног) и как физ. минутки.

Самомассаж кистей и пальцев рук состоит из трёх типов упражнений:

1.Самомассаж тыльной стороны кистей рук.

2.Самомассаж ладоней.

3.Самомассаж пальцев рук.

Для самомассажа ног используем нестандартное оборудование и массажные дорожки.

**Песочная терапия**

Есть такие игры« Песочный ящик» и «Прятки» где дети могут рисовать и находить более крупные предметы в песке тем самым происходит массаж и развитие мелкой моторики рук .

**Утренняя гимнастика**

Одним из важнейших компонентов укрепления и оздоровления детского организма,

И поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей, является **утренняя гимнастика.**  Ежедневное выполнение физических упражнений способствует проявлению определённых волевых усилий, вырабатывает у детей полезную привычку начинать день с утренней гимнастики.

Наряду с традиционными комплексами мы планируем использовать танцевальный комплекс- в пятницу поскольку конец недели и у детей накопилась усталость и в

понедельник игровую гимнастику для того что бы лучше организовать детей.

**Физкультурные занятия**

И.И использует разнообразные формы- пальчиковые, дыхательные, артикуляционные гимнастики, массаж, музыкальное сопровождение…

**Физкультминутки**

С целью – предотвратить развитие утомления у детей, снятия эмоциональногонапряженияв перерывах между занятиями и в НОД мы проводим физкультминутки. Физкультминутки проводим в виде упражнений (движения головы, рук, туловища, ног; подвижной игры; танцевальных движений, пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика)

**Закаливание**

Как таковой закаливающей технологии у нас в группе нет , но все же мы используем некоторые закаливающие процедуры

Одной из самых действенных закаливающих процедур в повседневной жизни является прогулка. Для того, чтобы прогулка давала эффект, нами меняется последовательность видов деятельности детей, в зависимости от характера предыдущего занятия и погодных условий. Так же используем оздоровительные пробежки.

Хождение босиком- заключается в закаливании кожи стоп(после сна и перед тем как выйти на прогулку)

**Просыпательная гимнастика**

Наряду с различными оздоровительными мероприятиями в группе проводится и гимнастика после дневного сна, которая помогает улучшить настроение детей, поднять мышечный тонус, а также способствует профилактике нарушений осанки и стопы.

Начинаем мы разминку в постели. Дети постепенно просыпаются под звуки приятной музыки и, лёжа в постели на спине поверх одеяла, выполняют 4-5 упражнений общеразвивающего воздействия. Упражнения выполняются из разных положений: лёжа на боку, на животе, сидя. После выполнения упражнений дети встают и затем все переходят из спальни в хорошо проветренную групповую комнату, где идут в быстром темпе по массажным дорожкам и плавно переходят на бег (1-1.5мин.) и снова переходят на спокойную ходьбу с дыхательными упражнениями.Это способствует развитию выносливости, координации движений, формированию стопы и укреплению организма детей.

**Дыхательная гимнастика**.

Дыхательную гимнастику, мы использую в течение всего дня, а именно: в проведении утренней гимнастики, в подвижных играх на прогулке, в проведении физкультминуток, в различных форм активного отдыха, самомассажа, пальчиковой гимнастики, в выполнении звуковых дыхательных упражнениях при переездах в рамках Программы «Детский сад – Дом радости».

**Уголок уединения »** в группе - это место, где ребёнок ощущает себя в полной безопасности, здесь он может побыть наедине с собой, успокоиться и расслабиться, поиграть с любимым предметом или игрушкой, рассмотреть фото альбом с семейными фотографиями или просто помечтать.уголок уединения, помогает детям расслабится, полежать на подушечке, а затем снова пойти на встречу своему коллективу!

**Перспективы работы:**

* установить преемственность семейного и дошкольного воспитания в ДОУ в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей: продолжить работу по активному вовлечению родителей в педагогическую деятельность группы с целью укрепления чувства их личной ответственности за развитие ребёнка, его здоровье через совместные формы: «Дни прихода пап и мам», физкультурные досуги, портфолио, презентации и обмен опытом семейного воспитания;
* укрепление и развитие тесной связи и взаимодействия с медиком – посредством участия в занятиях, беседах;
* продолжить обогащение РПП среды группы по сохранению здоровья наших воспитанников с учетом требований программы «Детский сад – Дом радости»;
* систематически использовать для профилактики простудных заболеваний **данные технологии.**