ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДОУ

Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии».

Дошкольное образовательное учреждение уже несколько лет осваивает этот комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Здоровьесберегающие педагогические технологии в ДОУ

Формы работы	Время проведения в режиме дня, возраст детей	Особенности методики проведения	Ответственные
1	2	3	4
<i>Технологии сохранения и стимулирования здоровья</i>			
Остеопатическая гимнастика	После сна в постелях каждый день. Старшая и подготовительная к школе группы	«Техническая» простота применения, взаимное дополнение методов при отсутствии дублирующего воздействия и взаимное усиление эффекта	Воспитатель
Ритмика	Один раз в неделю во второй половине дня. Музыкальный зал, начиная со средней группы	По программе И. Бурениной	Музыкальный руководитель
Игровой час (бодрящая гимнастика)	После сна в группе каждый день. Первая и вторая младшая группы	Комплекс, состоящий из подвижных игр, игровых упражнений, основных движений	Воспитатель
Динамические паузы	Во время занятий 2-5 мин по мере утомляемости детей, начиная со второй младшей группы	Комплексы физкультминуток могут включать дыхательную гимнастику, гимнастику для глаз	Воспитатели
Подвижные и спортивные игры	Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно. Все возрастные группы	Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивных игр	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели
Пальчиковая гимнастика	С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой ежедневно	Рекомендуется детям с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.	Воспитатели
Дорожки здоровья	После сна вся группа ежедневно, начиная с	Обучение правильной ходьбе, формирование	Воспитатели, инструктор по

	младшего возраста. На физкультурном занятии	правильной походки	физической культуре
Кинезотерапия	Один раз в неделю, вся группа в первой или второй половине дня, начиная со средней группы. Комплексные занятия	Комплексное применение различных движений для оздоровления детей	Воспитатель
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин в любое свободное время, в зависимости от интенсивности нагрузки, начиная с младших групп	Рекомендуется использование наглядного материала, показ педагога	Воспитатели
Дыхательная гимнастика	В разных формах физкультурно-оздоровительной работы, начиная с младшего возраста	Проветривание помещения и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур	- // -
Технологии обучения здоровому образу жизни			
Физкультурные занятия	Три раза в неделю в спортивном и музыкальном залах, в группе, на улице, начиная с раннего дошкольного возраста	Занятия проводятся в соответствии с программой, по которой работает детский сад	инструктор по физической культуре, воспитатели
Утренняя гимнастика	Ежедневно в музыкальном и физкультурном залах, в группе. Все возрастные группы	Комплексы подбираются в соответствии с возрастными особенностями детей	Воспитатели
Спортивные игры (баскетбол)	Один раз в неделю в физкультурном зале, начиная со старшего дошкольного возраста. Подгруппа	По программе Э.Й. Адашквичене, «Баскетбол для дошкольников»	Инструктор по физической культуре
Занятия по здоровому образу жизни	Один раз в неделю в режимных процессах, как часть и целое занятие по познанию, начиная со второй младшей группы	Технологии Л.Ф. Тихомировой «Уроки здоровья»	Воспитатель
Точечный самомассаж	Сеансы или в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Проводится по специальной методике, показан детям с частыми ОРЗ. Используется наглядность	Старшая медсестра, воспитатели
Веселые страты	Один раз в неделю во второй половине дня в физкультурном и музыкальном залах, на прогулке, начиная со второй младшей группы	Подвижные игры, игры-эстафеты, игровые упражнения в занимательной, соревновательной форме	Инструктор по физической культуре
ОФП (общая физическая подготовка)	Один раз в неделю в физкультурном зале, подгруппа одаренных детей. Старший дошкольный возраст	Сверх программы, упражнения на кольцах, канате, силовые гимнастические упражнения	- // -
Физкультурные досуги, праздники	Один раз в квартал в физкультурном и музыкальном залах, в группе, на прогулке, начиная с младшего	Эффективная форма активного отдыха. Развивает физические качества, формирует	Инструктор по физической культуре, музыкальный

	дошкольного возраста	социально-эмоциональное развитие	руководитель, воспитатели
СМИ (ситуативные малые игры)	Два раза в месяц в группе в музыкальном и спортивном залах. Младший дошкольный возраст	Ролевая подражательная имитационная игра	Воспитатель
Коррекционные технологии			
ЛФК	Сеансы по 10-12 занятий, начиная со средней группы по медицинским показателям	По специальной методике по показаниям отклонений здоровья	Старшая медсестра
Арт-терапия	Сеансы по 10-13 человек в группе в музыкальном зале, в группе. Старший дошкольный возраст	Оздоровление психосферы средствами воздействия различных видов искусств (музыка, ИЗО)	Воспитатель
Технология музыкального воздействия	Сеансы по 10-13 человек в группе во второй половине дня в музыкальном зале. Старший дошкольный возраст.	Можно использовать спокойную классическую музыку (П.И. Чайковский, С.В. Рахманинов), звуки природы	Музыкальный руководитель
Сказкотерапия	Два занятия в месяц во второй половине дня, начиная со среднего дошкольного возраста	Использование мнемотаблиц, с помощью которых сказка выполняется, как единый двигательный комплекс	Воспитатели групп
Психогимнастика	Один раз в месяц, по 10-12 человек в группе в музыкальном и физкультурном залах, начиная со средней группы	Проводится по методике Е.А. Алябьевой	Воспитатель
Артикуляционная гимнастика	Два раза в неделю в первой половине дня, в музыкальном и физкультурном залах, в группе, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста	Цель – фонематическая грамотная речь без движений	Воспитатели групп
Библиотерапия	Сеансы по 6-8 человек в группе, по 10-12 занятий в музыкальном зале, в группе, начиная с младшего дошкольного возраста	Лечение книгой, формирование поведенческой реакции	Воспитатель
Массаж с помощью сухого обтирания	После сна ежедневно в группе или спальне в постелях, начиная со средней группы	Объяснить серьезность процедуры и дать детям элементарные знания, как не нанести вред своему организму	Воспитатели
Технология коррекции поведения	Сеансы по 8-10 человек в группе, по 10 занятий в группе, на прогулке, начиная со средней группы	Программы «Познай себя», «Давайте познакомимся»	Воспитатель, психолог