

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Излучинский детский сад комбинированного вида «Сказка»

**ТЕСТИРОВАНИЕ**  
для педагогов ДОУ

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ  
ПЕДАГОГОВ ДОУ**

Руководители физ.воспитания:  
Лагвилава Н.А.  
Кузьмина С.Н.

2016 год

# ТЕСТИРОВАНИЕ

для педагогов ДОУ

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ ПЕДАГОГОВ ДОУ

### Цель:

Систематизация знаний педагогов в вопросах физического воспитания, здоровьесбережения в ДОУ.

### Ход тестирования

Уважаемые коллеги, просим Вас ответить на вопросы. Правильный ответ отметьте любым знаком (правильных ответов может быть несколько)

#### 1. Здоровьесберегающая технология – это:

- система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.
- строго научное прогнозирование (проектирование) и точное воспроизведение педагогических действий, которые обеспечивают достижение запланированных результатов.
- это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов (ВОЗ).

#### 2. Закаливание – это:

- это комплексная система оздоровительных воздействий, направленных на достижение устойчивости, невосприимчивости организма к вредным для здоровья метеорологическим и другим факторам.
- древнеиндийская система, направленная на физическое и нравственное оздоровление организма человека.
- снятие психического напряжения, расслабление, отдых.

#### 3. Основной формой организационного систематического обучения физическим упражнениям является:

- физминутка
- физкультурное занятие
- прогулка
- подвижная игра

#### 4. Как называется наука, занимающаяся изучением ЗОЖ?

- Анатомия
- Социология
- Валеология
- Методология

#### 5. Виды здоровьесберегающих технологий

- технологии сохранения и стимулирования здоровья
- технологии обучения здоровому образу жизни
- коррекционные технологии
- технология активного обучения

#### 6. Формы двигательной активности дошкольников в течение дня:

- физкультурные занятия,
- оздоровительный бег,
- гимнастика,
- прогулки с включением подвижных игр,
- продуктивная деятельность
- беседа

#### 7. Компоненты ЗОЖ:

- рациональный режим,
- систематические физкультурные занятия,
- закаливание,
- компьютерные игры,
- правильное питание,
- благоприятная психологическая обстановка в ДОУ и семье

**8. Технологии обучения здоровому образу жизни:**

- физкультурное занятие
- игротерапия
- точечный самомассаж
- социодинамика
- организованная образовательная деятельность

**9. От чего зависит здоровье детей?**

- организация оптимального двигательного режима;
- прогулка;
- проветривание;
- профилактика простуды;
- утомляемость;
- безопасно организованная среда;
- соблюдение режима дня

**10. Какие закалывающие процедуры, на Ваш взгляд, наиболее приемлемы для ребенка?**

- облегченная форма одежды для прогулок;
- облегченная одежда в группе (носки, короткий рукав);
- обливание ног водой контрастной температуры;
- систематическое проветривание группы;
- прогулка в любую погоду;
- полоскание горла водой комнатной температуры и ниже;
- сон в непроветренном помещении;
- умывание лица, шеи, рук до локтя водой комнатной температуры.

**11. Какие виды здоровьесберегающих технологий в ДОО вы используете?**

**А) Технологии сохранения и стимулирования здоровья:**

- Стретчинг
- Ритмопластика
- Динамические паузы
- Подвижные и спортивные игры
- Релаксация
- Гимнастика пальчиковая
- Гимнастика для глаз
- Гимнастика дыхательная
- Гимнастика бодрящая
- Гимнастика корригирующая
- Гимнастика ортопедическая
- Технологии эстет. Направленности

**Б) Технологии обучения ЗОЖ:**

- Физкультурное занятие
- Игротренинги, игротерапия
- Коммуникативные игры
- Занятия из серии «Здоровье»
- Самомассаж
- Точечный массаж
- Утренняя гимнастика
- Бассейн

**В) Коррекционные технологии:**

- Технологии музыкального воздействия
- Сказкотерапия
- Психогимнастика
- Технология воздействия цветом
- Технология коррекции поведения
- Фонетическая ритмика