

## **2. Результативность использования здоровьесберегающих технологий**

### **Аналитическая справка**

О результативности использования в образовательном процессе  
здоровьесберегающих технологий воспитанниками в межтестационный период  
воспитателя Маады Зоя Дажыевны.

Воспитатель Зоя Дажыевна использует в образовательном процессе здоровьесберегающие технологии в непосредственной образовательной деятельности: физкультурные минутки, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, пальчиковая гимнастика, музыкатеатр. Все перечисленные технологии формируют у детей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья.

Применение здоровьесберегающих технологий имеет особое значение, так как здоровьесберегающая деятельность формирует у детей стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное развитие, повышает результативность воспитательно-образовательного процесса.

Зоя Дажеевна использует в своей работе следующие здоровьесберегающие технологии, которые реализует с помощью различных форм и методов.

Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание, ходьба по массажным коврикам, легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий детского сада.

Занятие организуется не заметно для ребенка, посредством включения себя в процесс игровой деятельности.

Нельзя не отметить и то, что у воспитанников воспитателя остается стабильным посещение детей. Укреплению и сохранению здоровья, снижению заболеваемости способствует эффективное применение воспитателем здоровьесберегающих технологий.

В воспитательно – образовательном процессе осуществляемом педагогом, Зоей Дажыевной можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий:

**Динамические паузы.** Проводятся во время образовательной деятельности, 2 – 5 минут, по мере утомляемости детей. Рекомендуются для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятий.

**Подвижные игры** – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате – малой со средней степенью подвижности. Игры подобраны в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем проведения.

**Релаксация.** Задача состоит в том, чтобы научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слушать свое тело.

**Пальчиковая гимнастика** (с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно). Проводится со всеми детьми, особенно с речевыми проблемами. Проводит в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).

**Гимнастика бодрящая** (ежедневно после дневного сна 5 – 10 минут). Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание, ходьба по массажным коврикам, легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ.

**Гимнастика ортопедическая** (в различных формах физкультурно – оздоровительной работы). Проводится с детьми для профилактики плоскостопия болезни опорного свода стопы.

**Гимнастика для глаз.** Ежедневно по 3 – 4 минут, в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки.

**Гимнастика дыхательная.** Активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

**Утренняя гимнастика.** Проводится ежедневно 6 – 8 минут, с музыкальным сопровождением каждого упражнения. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки.

**Самомассаж.** Проводится в игровой форме.

Также педагогом применяются здоровьесберегающие технологии в работе с родителями:

- Консультации с родителями, беседы, рекомендации по поводу профилактики болезней, о пользе дополнительных прогулок, по поводу соблюдения личной гигиены;
- Оформление папок передвижек;
- Анкетирование;
- Распространение буклетов, памятки.

**Формы и методы оздоровления детей применяемое воспитателем:**

1. Обеспечение здорового ритма жизни – щадящий режим (адаптационный период);
- Организация гигиенических условий в соответствии с медицинскими требованиями;
- Организация режима дня и учебной непосредственной образовательной деятельности в соответствии с СанПиН.

2. Физические упражнения

- утренняя гимнастика;
- физическая образовательная деятельность;
- подвижные игры;
- профилактическая гимнастика;
- гигиеническая гимнастика после сна;

3. Свето – воздушные ванны

- проветривание помещений;
- сон при открытых форточках;
- прогулки на свежем воздухе;
- обеспечение температурного режима и чистоты воздуха;

4. Гигиенические и водные процедуры

- умывание;
- мытье рук;
- игры с водой;

5. Витаминизация – витамин С

6. Закаливание – ходьба босиком;

- умывание прохладной водой;
- дыхательная гимнастика;

7. Активный отдых – развлечение;

- праздники;
- игры – забавы;
- дни здоровья

8. Психогимнастика

- игры и упражнения на развитие эмоциональной сферы;
- игры тренинги на подавление отрицательных эмоций;
- коррекция поведения;

Перечисленные формы и методы оказывают большое влияние на повышение уровня знаний и умений детей по физическому воспитанию, где дети проявляют выдержку, творчество в двигательной деятельности.

В группе у воспитателя оборудован физкультурный центр, где представлены разнообразные физкультурные оборудования, а также пособия, изготовленные своими руками, которые повышают интерес к физической культуре, развивать жизненно – важные качества, увеличивает эффективность непосредственно – образовательной деятельности. Богат и разнообразен материал для профилактики плоскостопия. У

### Вывод:

Заведующий МБДОУ детского сада  
«Чодураа» с. Чаа-Холь:

