

# **Система здоровьесберегающей работы в ДОО**

**Здоровьесберегающие технологии  
в рамках внедрения ФГОС**

***Котельникова И. А. - воспитатель  
МАДОУ детский сад № 6 «Дюймовочка»***

# **«Физическое воспитание — это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость»**

**Кретен**



В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье — это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое и психическое и социальное благополучие

**“Здоровый ребенок дошкольного возраста - это жизнерадостный, активный, любознательный, устойчивый к неблагоприятным внешне - средовым факторам, выносливый и сильный, с высоким уровнем физического и умственного развития”.**



**Рациональное  
питание**



**Искоренение  
вредных привычек**

# «Береги здоровье смолоду!»

**Закаливание и  
занятие спортом**



**Правильный режим  
труда и отдыха**





# Структура основных нормативных документов в образовании

**Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ  
«Об образовании в Российской Федерации»**

**ФГОС ДОО  
от  
17.10.2013  
№ 1155**

ФГОС  
НОО  
22.09.2011  
№ 2357

ФГОС ОО  
17.12.2010  
№1897

ФГОС  
НОО для  
детей с  
ОВЗ

ФГОС  
СПО

ФГОС  
ВПО

**Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» от 18.10.2013 г. № 544н**

**Система СанПиНов  
(универсальных)**

**Система СанПиНов  
(специализированных)**

**ФГОС ДОО от 17.10.2013 г. № 1155**

**Примерная основная  
общеобразовательная программа  
дошкольного образования  
(25.05.2015, № 2/15)**

**СанПин 2.4.1.3049-13**

**Нормативные и  
рекомендованные  
документы по  
организации ЗСД в  
ДОО**

# Архитектура здоровьесберегающей деятельности в контексте ФГОС ДОУ

***Стандарт направлен на решение следующих задач:***



- 1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места жительства, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- 3) обеспечения преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее - преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);
- 4) создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;

- 5) объединения обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- 6) формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
- 7) обеспечения вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учетом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;
- 8) формирования социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
- 9) обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

# Направления физического развития:

## **Приобретение детьми опыта двигательной деятельности:**

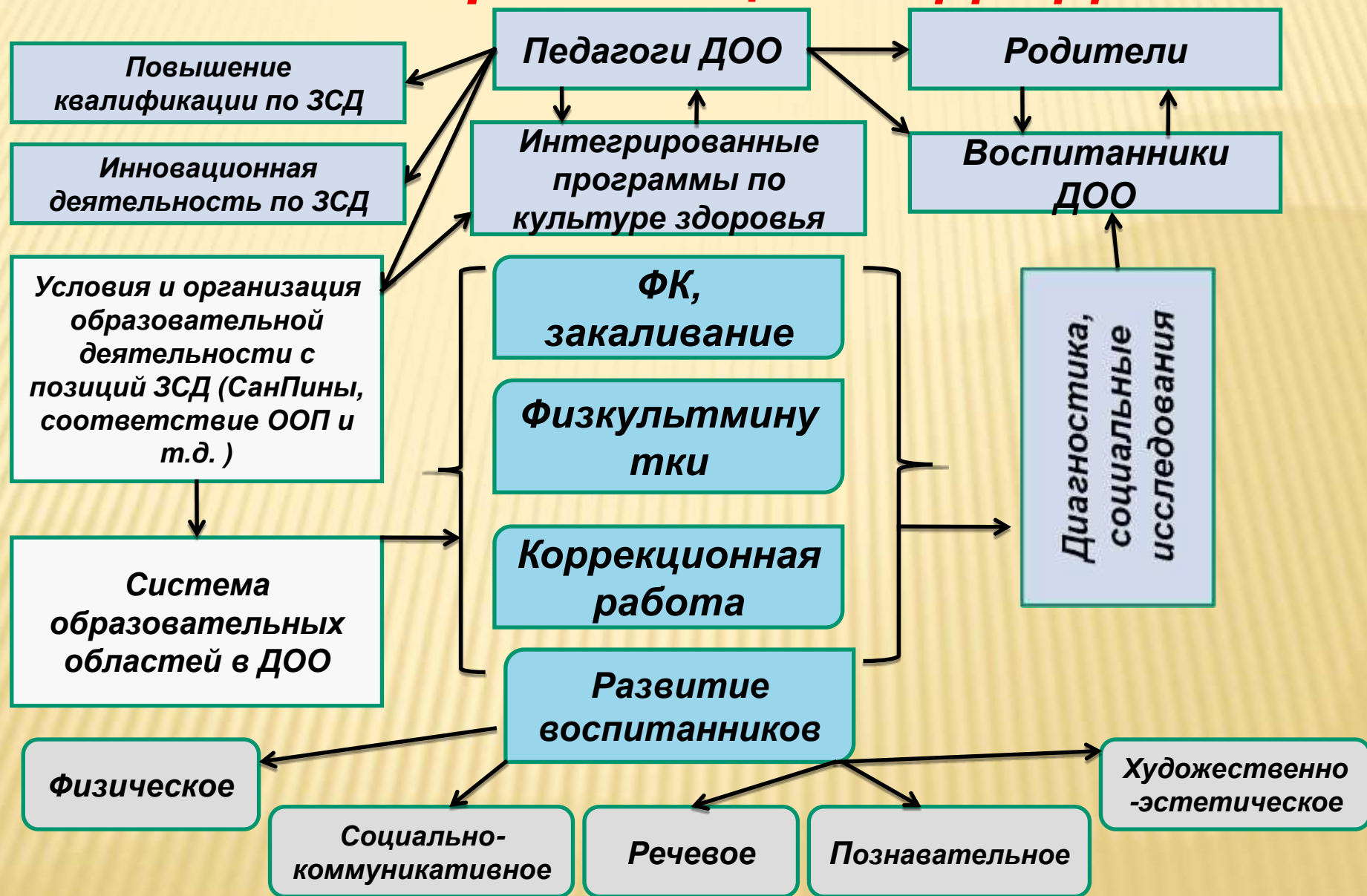
- связанной с выполнением упражнений, направленный на развитие таких физических качеств как гибкость и координация,
- способствующей правильному формированию опорно-двигательной системы, развитию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики,
- связанной с правильной, не наносящих вреда организму, основных движений (ходьба, бег, прыжки, повороты)

## **• Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере**

- Становление ценностей здорового образа жизни:**  
овладение элементарными нормами и правилами (питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

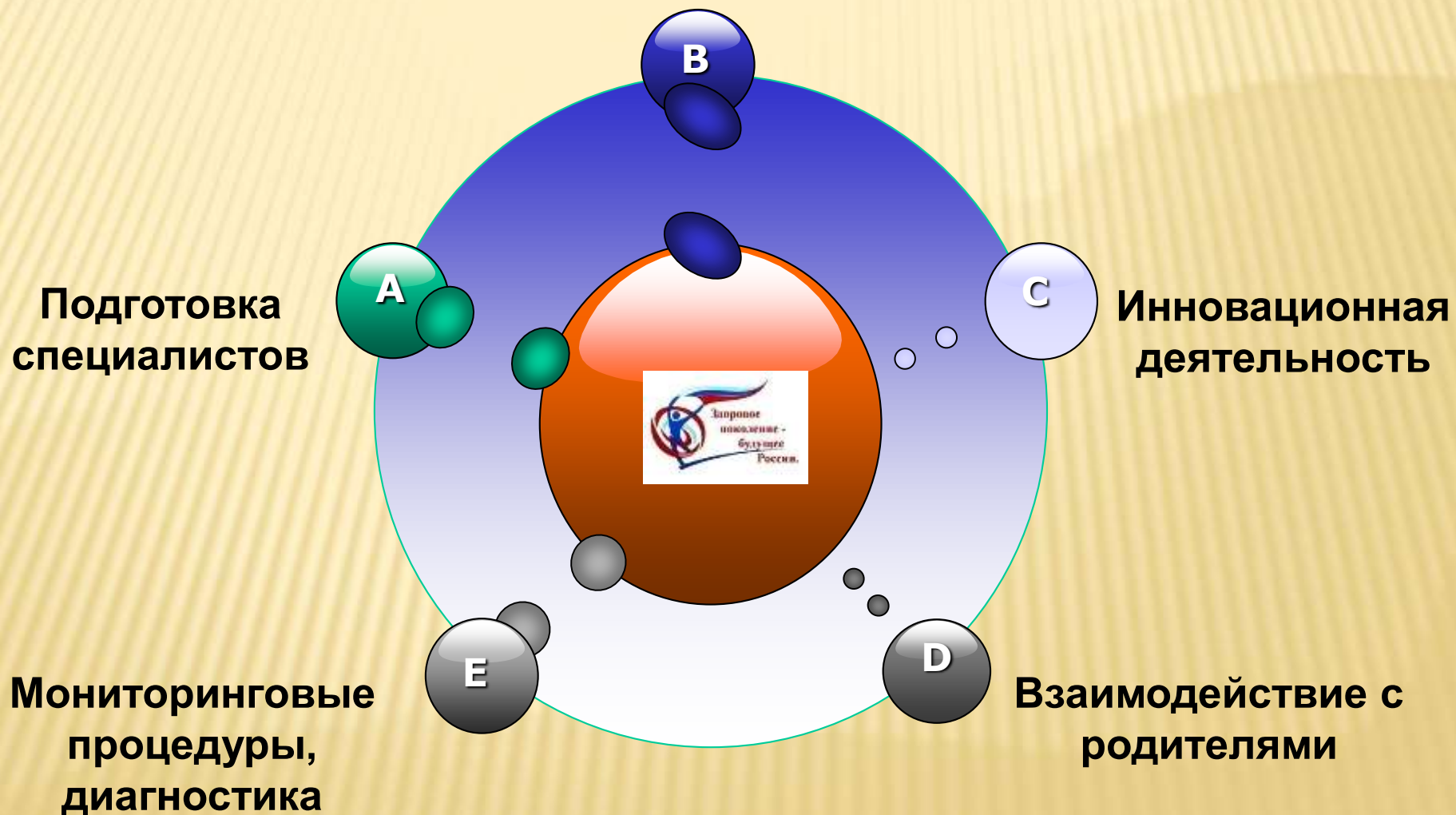


# Модель организации ЗСД в ДОО



# Основные элементы модели

## Программы ЗСД в ДОО



# Организационно-содержательная модель деятельности по направлению ЗОЖ в ДОУ

Превентивная организационная деятельность

Формирование у воспитателей ценностных ориентаций на ЗОЖ

Подготовка педагогов к работе над программой

Формирование у педагогов навыков ЗОЖ

Формирование у воспитанников ценностных ориентаций на ЗОЖ в ходе работы по программе

Использование ЗСТ на занятиях

Использование функциональных приемов на занятиях

Различные направления коррекционной деятельности на занятиях

Диагностика результативности и мониторинг приращений



**Технология** - это инструмент профессиональной деятельности педагога, научное прогнозирование и точное воспроизведение педагогических действий, которые обеспечивают достижение запланированных результатов.

### ***Здоровьесберегающие образовательные технологии -***

- системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участников;
- качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровье обучающихся и педагогов;
- технологическая основа здоровьесберегающей педагогики.



# ***Цель здоровьесберегающих технологий в ДОО:***

## **Применительно к ребенку –**

- обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитанников детского сада;
- воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека;
- знания о здоровье и умения оберегать, поддерживать и охранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни;
- безопасное поведение, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

**Применительно к взрослым –** содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОО и валеологическому просвещению родителей.

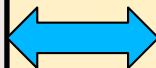
## **Основные средства ЗСТ в ДОУ**

Средства двигательной направленности;  
Природные факторы;  
Гигиенические факторы;  
Педагогические приемы и методы.

## **Основные направления ЗСТ в ДОУ**

Организация рационального питания детей;  
Обеспечения оптимального уровня двигательной активности;  
Предупреждение вредных и формирование полезных привычек;  
Повышение психоэмоциональной устойчивости;  
Мониторинг здоровья детей.

**Медико-профилактические  
здоровьесберегающие  
технологии**



**Физкультурно-оздоровительные  
здоровьесберегающие  
технологии**

**Психологическая безопасность**



**Оздоровительная направленность  
воспитательно-образовательного  
процесса**

**Виды здоровьесберегающих технологий**

**Технологии сохранения и  
стимулирования  
здоровья:**

*Стретчинг  
Динамические паузы  
Ритмопластика  
Подвижные и  
спортивные игры  
Релаксация  
Различные гимнастики*

**Технологии обучения  
здоровому образу жизни:**

*Физкультурные занятия  
Проблемно-игровые  
занятия  
Коммуникативные игры  
Занятия из серии  
«Здоровье»  
Самомассаж  
Биологически обратная  
связь (БОС)*

**Коррекционные технологии:**

*Арттерапия  
Технологии музыкального  
воздействия  
Сказкотерапия  
Цветотерапия  
Психогимнастика  
Фонетическая ритмика*

**Для реализации задач ЗОЖ необходимо постоянно создавать новые условия для лечебно-профилактической и физкультурно-оздоровительной работы**

**Медицинский кабинет  
оснащен современным  
оборудованием (спирометр,  
динамометр, ингалятор  
секундомер, бактерицидная лампа)**





# Сенсорная комната





**Музыкальный, физкультурный, тренажёрный зал**







**Спортивная площадка**



**Прогулочные участки**



**Физкультурные центры с оборудованием для развития физических качеств, двигательной активности и хорошего настроения**





## Кинезиологический метод



Технология В.Ф. Базарного и Л.П.  
Уфимцевой





**Подвижные и спортивные игры**



**Ритмопластика**



**Физкультминутки и динамические паузы**



## Пальчиковая и дыхательная гимнастика







## Релаксация



## Психогимнастика



**Маматерапия**



**Музыкотерапия**



**Методика Соу-Джок**



## **Цветотерапия**

### **Режим зрительных горизонтов**



**Желтый** - уменьшает  
чувство страха

**Синий** - тонизирует  
умственную активность

**Красный** - активизирует  
умственные способности

**Зелёный** - для успокоения,  
если дети расшумелись

**Оранжевый** - цвет  
творчества, будит  
фантазию.

# ***Взаимодействие ДОО с семьей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей***

- Информационные стенды для родителей в каждой возрастной группе работают рубрики, освещающие вопросы оздоровления без лекарств (комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры).
- Информационные стенды медицинских работников о медицинской профилактической работе с детьми в ДОО
- Приобщение родителей к участию в физкультурно-массовых мероприятиях ДОО (соревнования, спортивные праздники, дни открытых дверей, Дни и Недели здоровья, встречи детей ДОО с родителями-спортсменами и др.).
- Родительский клуб «ЗОЖ и Ко», консультации, буклеты, беседы с родителями по вопросам здоровьесбережения.

# **Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий в ДОО**

- **Сформированные навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей ДООУ.**
- **Взаимодействие специалистов ДООУ в организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками специализированных групп.**
- **Проявление толерантности всех участников внедрения здоровьесберегающих технологий в педагогический процесс ДООУ.**
- **Формирование нормативно-правовой базы по вопросам оздоровления дошкольников.**
- **Внедрение научно-методических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в ДООУ и семье;**
- **Улучшение и сохранение соматических показателей здоровья дошкольников.**



# УЧАСТИЕ ДЕТЕЙ В СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЯХ Г.О.ГОРОД БОР И РАЗВЛЕЧЕНИЯХ





**Спасибо за внимание!**