

1.2. Результативность использования здоровьесберегающих технологий

Справка о результатах использования здоровьесберегающих технологий

Подтверждает, что руководитель физического воспитания Сат Елена Анатольевна большое внимание уделяет на сохранение и укрепление здоровья детей, формированию здорового образу жизни. Данный педагог в своей педагогической деятельности использует следующие здоровьесберегающие технологии:

- Утренняя гимнастика
- Дыхательная гимнастика;
- Пальчиковая гимнастика;
- Физкультурные минутки;
- Подвижные игры;
- Занятие на свежем воздухе;
- Релаксация;
- Использование нестандартных оборудования.

Утренняя гимнастика - является одним из важнейших компонентов двигательного режима детей. Двигательная активность является мощным стимулятором растущего организма. Потребность в движениях составляет одну из основных физиологических особенностей ребенка, особенностью ребенка раннего дошкольного возраста именно по - этому я выбрал это направление в работе с детьми.



Дыхательная гимнастика - дыхательная система детей несовершенна, и чем меньше ребенок, тем уже все дыхательные пути, а слизистая оболочка, их выстилающая, очень нежная, легко воспаляющаяся, даже под действием частиц пыли; при этом и без того узкие ходы становятся еще уже, и ребенку становится трудно дышать.

Дыхательная гимнастика проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. В результате использования дыхательной гимнастики у детей укрепляется дыхательная мускулатура, повышает сопротивляемость детского организма к простудным заболеваниям, повышается выносливость при физических нагрузках.



Пальчиковая гимнастика - что мы, знаем о детских пальчиках? То, что они необычайно трогательные, крошечные и нежные. Пальчиковая гимнастика, проводимая ежедневно, способствует развитию мелкой моторики, речи, основных психических процессов, а также коммуникативной. Для этого чтобы работа проводилась эффективно нужно тесно взаимодействовать с родителями, а для этого они должны быть ознакомлены с методикой проведения пальчиковых игр.



Физкультурные минутки - как форма активного отдыха дошкольников, проводится на протяжении всей непосредственной образовательной деятельности, с целью предупреждения и снятия утомления, повышения активного внимания и работоспособности.



Подвижная игра - незаменимое средство пополнения знаний и представлений ребенка об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. Именно благодаря

этому мы не только улучшаем физическое развитие, но и воздействуем на психику ребенка, корректируя его поведенческую, эмоциональную и смысловую деятельность.



Занятие на свежем воздухе - выполнение физических упражнений на свежем воздухе усиливает их эффективность. Посильная физическая нагрузка и свежий воздух укрепляют здоровье детей, повышает их работоспособность, закаливанию организма, снижению простудных заболеваний.

При проведении занятий на воздухе дети получают возможность проявить большую активность, самостоятельность и инициативу в действиях. Многократное повторение упражнений в условиях большого пространства в теплое и холодное время года способствует более прочному закреплению двигательных навыков и развитию физических качеств.



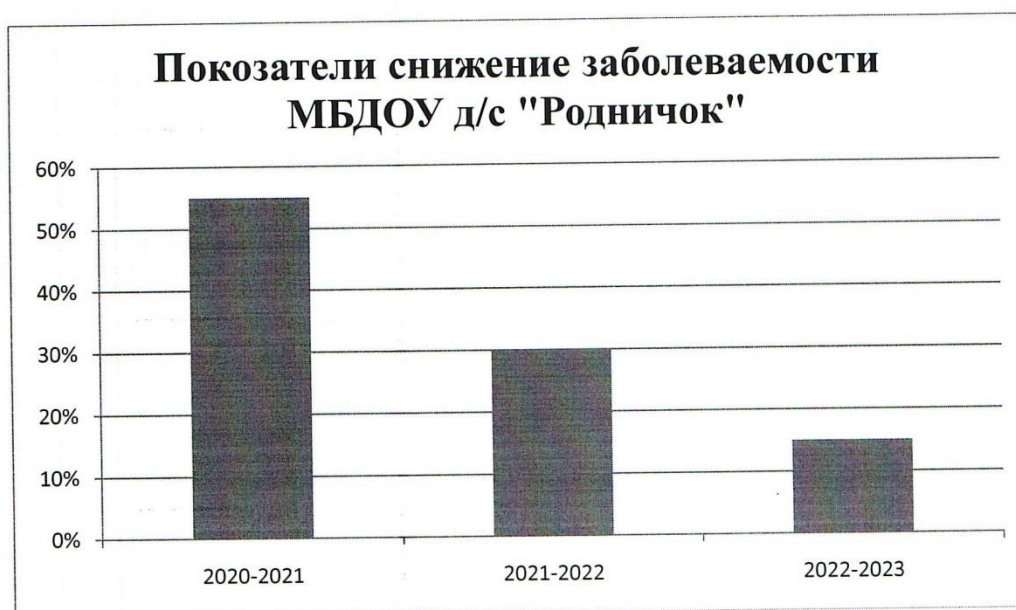
Релаксация - для формирования эмоциональной стабильности ребенка важно научить его управлять своим телом. Умение расслабляться позволяет устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстанавливает силы, увеличивает запас энергии. Выполнение таких упражнений очень нравится детям, т. к. в них есть элемент игры.



Использование нестандартных оборудования – применение нестандартных оборудования (массажные веревки) способствуют укреплению здоровья, коррекции осанки и для плоскостопия.

Снижение заболеваемости

Годы	Показатели снижения заболеваемости
2020 – 2021	40%
2021 – 2022	45%
2022 - 2023	15%



Вывод:

В результате использования здоровьесберегающих технологий во время организационной и свободной деятельности, по наблюдениям за составлением здоровья детей, просматривается динамика роста числа здоровых в среднем на 85%

Справку составила
старший воспитатель МБДОУ д/с «Родничок» г. Чадаана
Салчак /Салчак А-К.Б./
«22» мая 2023г.

Мед.сестра ДОУ
Монгуш А.Б. /
«22» мая 2023г.