



**ТОМСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ИНСТИТУТ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ И  
ПЕРЕПОДГОТОВКИ РАБОТНИКОВ ОБРАЗОВАНИЯ**

# **Здоровьесбережение детей ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**



**Слушатель:  
Ефимова Г.Н.**

**МКОУ «Баткатская СОШ» ГДО**

**Г. ТОМСК**

**2019г.**

**Целью** здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку является обеспечение ребенку возможности сохранения здоровья, формирование у него необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни.





***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.

---



**Можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:**

- **медико-профилактические;**
- **физкультурно-оздоровительные;**
- **технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;**
- **здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;**
- **здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду;**
- **технологии валеологического просвещения родителей.**





**В своей работе с детьми дошкольного возраста от 3 до 5 лет я  
использую следующие здоровьесберегающие технологии:**



**Пальчиковая гимнастика  
Дыхательная гимнастика  
Ритмопластика  
Песочная терапия  
Сказка терапия  
Арт терапия  
Музыкотерапия.**



Проанализировав оздоровительную работу в нашей группе ДО, мы выявили противоречие между необходимостью формирования осознанного отношения ребёнка к своему здоровью и отсутствием целостной системы физкультурно-оздоровительной работы, основанной на современных оздоровительных технологиях и учитывающей местные условия.

Актуальность опыта состоит в решении проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников. Одним из путей решения является комплексный подход к оздоровлению детей через использование здоровьесберегающих технологий, без которых немислим педагогический процесс современного детского сада. Их внедрение строится на формировании осознанного отношения ребёнка к своему здоровью, которое должно стать основой физкультурно-оздоровительной деятельности современного детского сада.



**Необходимо организовать рациональный режим дня, в соответствии с возрастными и индивидуальными потребностями;**

**создать условия для оптимального двигательного режима;**

**организовать полноценное питание;**

**осуществлять оздоровительные и закаливающие мероприятия;**

**обеспечивать благоприятную гигиеническую обстановку и условия для культурно -гигиенического воспитания детей;**

**создать атмосферу психологического комфорта и предупреждения травматизма; обеспечить безопасность;**

**реализовать индивидуально – дифференцированный подход к детям.**

Анкетирование родителей детей, которые посещают группы ДО, выявило следующую проблему: родители имеют недостаточные знания о том, как укрепить здоровье ребёнка с помощью физических упражнений, закаливания, подвижных игр. Они зачастую оберегают своих малышей от физических усилий.

И в начале этого учебного года на совете педагогов было принято решение о необходимости в разработке целостной системы физкультурно-оздоровительной работы с детьми и родителями, на основе современных здоровьесберегающих технологиях и методиках.





**С педагогами детского сада проводится целенаправленная работа по повышению профессиональной культуры, по организации физкультурно - оздоровительной работы. На педагогических советах и семинарах по вопросам здоровья, педагоги и ранее знакомились с современным педагогическим и медицинским опытом по оздоровлению детей, с эффективными методиками и технологиями, принимали участие в деловых играх, тренингах. Открытые просмотры и взаимопосещения, помогали педагогам освоить методы и формы оздоровительной работы с дошкольниками.**

**Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду – это прежде всего технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников.**

**В дошкольной педагогике к наиболее значимым видам технологий относятся технологии лично- ориентированного воспитания и обучения дошкольников.**

**Ведущий принцип таких технологий – учёт личностных особенностей ребёнка, индивидуальной логики его развития, учёт детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения.**



Необходимость использования здоровьесберегающих технологий подчёркивают исследования В.В.Колбановой, Л.Г.Татарниковой и В.П.Петленко, подтверждающих, что здоровье человека более чем на 60% зависит от его образа жизни. В работах В.Г.Алямовской, М.Л.Лазарева и Г.А. Баранчукова отмечается, что становление валеологической культуры обусловлено прежде всего процессом воспитания, педагогическим взаимодействием взрослого и ребёнка. широким спектром



**Усилия работников ДООУ сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка- дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Не случайно именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования.**





# Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий в конкретном ДОУ зависит от:



- типа дошкольного учреждения
- конкретных условий дошкольного образовательного учреждения
- организации здоровьесберегающей среды
- от программы, по которой работают педагоги
- продолжительности пребывания детей в ДОУ
- от показателей здоровья детей
- профессиональной компетентности педагогов.



**В настоящее время ДОУ чаще всего используют здоровьесберегающие технологии по следующим направлениям:**

- 1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья.**
- 2. Технологии обучения здоровому образу жизни.**
- 3. Коррекционные (компенсирующие) технологии.**





Применение в работе ДОО здоровьесберегающих педагогических технологий значительно повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Если будут созданы условия для возможности корректировки технологий, в зависимости от конкретных условий и специализации ДОО, если, опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку, то будут сформированы положительные мотивации у педагогов ДОО и родителей детей.

