

Опыт работы
"Здоровьесберегающие технологии
в практике педагога "

Старший воспитатель
МБДОУ д/с №33 «Гнёздышко»
города Ставрополя
Гуренцова Мария Алексеевна.





Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №33
«Гнездышко»

- Счастливое детство – мечта всех взрослых. И эта мечта может стать реальностью, если наши дети будут здоровы и физически, и нравственно. Мы не сомневаемся, что каждая мама, каждый папы хотят, чтобы их дети были счастливы, здоровы.
- Многих проблем у взрослых людей можно было бы избежать, если бы с детства родители закаливали детей, приучали к правильной здоровой еде, привили бы любовь к спорту и двигательной активности. При этом, безусловно, на первом месте – личный пример со стороны взрослых членов семьи в плане ведения здорового образа жизни в семье.
- **Внимание должно быть уделено следующим моментам:**
- 1. Дети должны знать, как устроен наш организм, части тела, чем больной человек отличается от здорового; для чего принимаются лекарства и когда. Взрослые своим примером и пояснениями учат детей всем гигиеническим навыкам: мытье рук, чистка зубов, соблюдение режима дня.
- 2. Особое внимание уделяется питанию. Как правильно кушать, какими приборами, почему надо мыть фрукты и овощи и т.п.
- 3. Важно научить ребенка основам безопасности: улица – переходы – транспорт, соблюдение правил безопасности при занятиях спортом: коньки, санки и т.п. Ребенок должен знать, что делать, если случаются травмы или другие непредвиденные ситуации.



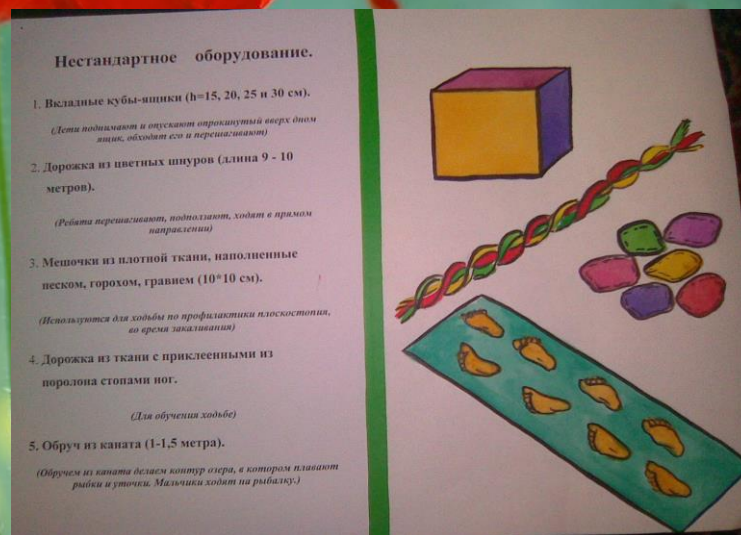
● Видеть здоровыми детей хотят и педагоги нашего дошкольного образовательного учреждения. В дошкольном образовательном учреждении большое внимание уделяется взаимодействию с семьёй по формированию культуры здоровья. Все усилия коллектива направлены на оздоровление детей посредством здоровьесберегающих технологий. Задачи здоровьесбережения и здоровьеобогащения пытаемся провести через воспитательно-образовательный процесс:

- *непосредственно образовательную деятельность,
- *организацию режимных моментов,
- *совместную деятельность взрослого и ребёнка,
- а также через родительский клуб «К здоровой семье через детский сад».

Программно-методическое обеспечение

- *«Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ», О.Н.Моргунова
- *«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ», Л.В.Гаврючина
- *«Весёлая физкультура для детей и их родителей», О.Б.Казина
- *«Игры, которые лечат», А.С.Галанов
- *«Развивающие игры для малышей», А.С.Галанов
- *«Занимательная физкультура в детском саду», К.К.Утробина
- *«Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками», Е.Н.Борисова
- *«Физическое развитие и здоровье детей», С.С.Прищепа
- *«Я и моё тело», С.Е.Шукшина
- *«Путешествие в страну Здоровья», Н.З.Белашова

Пособия, изготовленные в МБДОУ



Развивающая среда дошкольного образовательного учреждения.

- Спортивный модуль.
- Обручи (маленького и среднего размера).
- Гимнастические палки.
- Маты.
- Мячи гимнастические.
- Мячи резиновые, баскетбольные.



В дошкольном образовательном учреждении выработана система работы по оздоровлению всех участников образовательного процесса.

Физкультурно-оздоровительная работа



**Использование
инновационных подходов в**



**Технология обучения здоровому о
бразу жизни.**



**Коррекционные
технологии**



**Использование
инновационных подходов в
работе с педагогами:**



Учитель-логопед

- Проводит подгрупповые и индивидуальные занятия по исправлению отклонений в речевом развитии, восстановлению нарушенных функций:
- *формирование и развитие фонематического слуха у детей с нарушениями речи;
- *коррекция нарушений звуковосприятия и звукопроизношения;
- *своевременное предупреждение и преодоление трудностей речевого развития;
- *привитие детям навыков коммуникативного общения.



Для достижения цели: «Формирование основ мотивации и воспитание потребности здорового образа жизни с самого раннего возраста» необходимо решение следующих задач:

- 1.Объединить стремление педагогов и родителей к сотрудничеству, направленному на формирование знаний о здоровом образе жизни детей и потребности в здоровом образе жизни.**
- 2.Выработать единые требования детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, культурно-гигиенических процедур, развития двигательных навыков.**
- 3.Систематизировать работу по внедрению здоровьесберегающих технологий.**



Ежедневная работа с детьми по созданию благоприятной психологической обстановки.

Психологические настрои.

Улучшение настроения

Настрой на проявление эмоций

Настрой на образовательную деятельность

Фольклор

Музыкотерапия

Настрой на закрепление материала
(технологии Ш.А.Амонашвили)



Одной из форм работы с семьёй является проведение родительского клуба «К здоровой семье через детский сад», где учитываются тип семьи, её воспитательные ценности, характер семейных отношений.

Нетрадиционные формы работы:

- Проект «Дерево здоровья».



Читательская конференция «Витамины»



Презентация нестандартного оборудования. Информирование о проведении закаливания с использованием нестандартного оборудования.



Диалог «Здоровые дети в здоровой семье». Обмен опытом.



Семейная гостиная: пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика, дыхательная гимнастика, коррегирующая гимнастика.



Участие в викторине: «Что полезно, а что вредно»:

- *Чистить зубы по утрам и вечерам.
- *Кушать чипсы и пить газированную воду.
- *Мыть руки перед едой.
- *Гулять на свежем воздухе.
- *Гулять без шапки под дождём.
- *Объедаться конфетами, пирожным и мороженым.
- *Делать по утрам зарядку.
- *Закаляться.
- *Кушать овощи и фрукты.

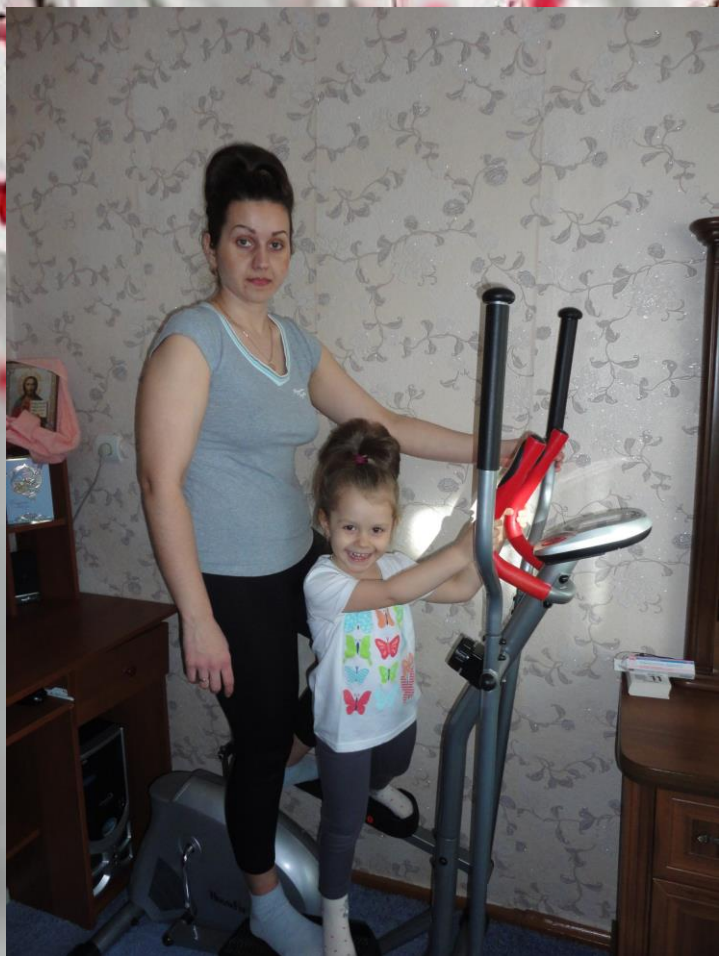


• **Систематическая, ежедневная работа даёт свои положительные результаты:**

Родители проявляют желание присутствовать на педагогических советах, с целью обмена опытом.
увеличилось число родителей на заседаниях родительского клуба «К здоровой семье через детский сад».



следуя рекомендациям воспитателей, родители стараются соблюдать дома режим дня, выполнять упражнения для бодрости, закаливающие процедуры



появилась заинтересованность родителей и детей
присутствовать на мероприятиях дошкольного
образовательного учреждения, принимать участие в
спортивных праздниках ДОУ





Зарядка вместе с мамой.



I. Ходьба в колонне по одному с выполнением задания для рук – в стороны, на пояс, за голову; ходьба и бег врассыпную.

ОРУ

1. И. п. — стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 — руки в стороны; 2 — руки за голову; 3 — руки в стороны; 4 — исходное положение
2. И. п. — основная стойка, руки за голову. 1 — поворот вправо, руки в стороны; 2 — исходное положение; 3—4 — влево (6 раз) .
3. И. п. — основная стойка, руки в стороны. 1 — присесть руки на пояс; 2 — исходное положение (6 раз) .
4. И. п. — сидя, ноги врозь, руки на пояс. 1 — руки в стороны; 2 — наклон вперед, коснуться носка правой (левой) ноги; 3 — выпрямиться, руки в стороны; 4 — исходное положение (6—8 раз) .
5. И. п. — лежа на спине, руки вдоль туловища. Имитация езды на велосипеде (1—8 раз, пауза и повторить) (3-4 раза) .
6. И. п. — стойка ноги вместе, руки на пояс. 1—8 — прыжки на правой ноге; 1—8 — прыжки на левой, пауза и повторить.

Ходьба в колонне по одному. Упражнение на дыхание.

Родительская газета

№ 1

**« Я ЗДОРОВЫМ БЫТЬ
МОГУ,
САМ САБЕ Я ПОМОГУ!»**



**Со спортом нужно подружиться.
Всем тем, кто с ним еще не дружен.
Поможет вам он всем взбодриться.**

**Он для здоровья очень нужен.
Ни для кого секрета нету,
Что может дать всем людям спорт.**

Поможет всем он на планете

Добиться сказочных высот.

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ – один из основных
компонентов общего воспитательного процесса, без которого
невозможно гармоничное развитие ребенка. Регулярные
занятия физкультурой и спортом в семье и образовательном
учреждении позволяют повышать сопротивляемость
детского организма внешним неблагоприятным
воздействиям, содействовать оздоровлению ослабленных
рождения детей.**



В результате систематической работы:

- 1. Удалось создать общий эмоционально-положительный настрой родителей на оздоровление детей.**
- 2. Установились более тесные отношения между педагогами, специалистами, родителями. Появилась потребность делиться друг с другом проблемами в области оздоровления, воспитания, развития ребенка, совместно их решать.**
- 3. Родители стали заинтересованными участниками жизни детского сада.**
- 4. Проявление познавательного интереса у детей старшего возраста к теме здоровья**
- 5. Создание собственной библиотеки здоровья: художественная литература, сюжетные картинки, рисунки, сказки, стихи о здоровье.**