



Здоровье сберегающие образовательные технологии в ДОУ – это технологии воспитания культуры здоровья детей. Цель этих технологий – становление осознанного отношения ребенка к здоровью человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его.

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать нам, педагогам дошкольных учреждений. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Задачи:

1. Анализировать состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности детей, их валеологических умений и навыков, а также здоровьесберегающей среды ДОУ.
2. Организовать здоровьесберегающее образовательное пространство в ДОУ.
3. Установить контакты с социальными партнёрами ДОУ по вопросам здоровьесбережения.
4. Освоить педагогам ДОУ методики и приёмы здоровьесбережения детей и взрослых ДОУ.
5. Внедрить разнообразные формы работы по сохранению и укреплению здоровья для разных категорий детей и взрослых.
6. Провести работа валеологической направленности с родителями ДОУ.

Предметно – развивающая среда:

- в группе имеется спортивный центр, где дети занимаются как самостоятельно, так и под наблюдением педагогов;

-развивающие игры, центр воды и песка;

- информационный стенд с консультациями для родителей от узких специалистов: педагог – психолог; учитель – логопед; инструктор по физическому воспитанию.

Формы реализации: беседы, самостоятельная деятельность детей, спортивный досуг «Поможем зайчику быть здоровым», гимнастики, нетрадиционные методы работы с детьми по профилактике заболеваний, игры, соляная комната, работа с родителями, анкетирование, диагностика.

Закаливающие мероприятия:

1. Соблюдение температурного режима в течение дня;
2. Правильная организация прогулки и ее длительности;
3. Соблюдение сезонной одежды во время прогулок с учетом индивидуального состояния здоровья детей;
4. Облегченная одежда в детском саду
5. Сон в трусах
6. Дыхательная гимнастика после сна
7. Мытье прохладной водой рук по локоть, шеи.

Создание условий организации оздоровительных режимов для детей:

1. Соблюдение режимных моментов: время приема пищи, укладывание на дневной сон, общая длительность пребывания ребенка на свежем воздухе и в помещении при выполнении физических упражнений.
2. Достаточный по продолжительности дневной и ночной сон детей.
3. Организация режима дня детей в соответствии с сезонными особенностями.
4. Санитарно – просветительная работа с сотрудниками и родителями.



Современные формы закаливания:

Солевое закаливание с младшего возраста (после динамической гимнастики на дорожки выкладываются мокрые одеяла, и дети проходят, притопывая по дорожке).

В процессе душирования происходит повышение работоспособности всех систем, обеспечивающих терморегуляцию. Благодаря воздушным процедурам ребенок становится более уравновешенным, спокойным, незаметно исчезает повышенная возбудимость, улучшает сон.

ЗАКАЛЯЙТЕСЬ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫМИ!