Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в детском саду.

Виды здоровьесбере-гающих педагогических технологий Время проведения в режиме дня Особенности методики проведения Ответственный

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья

Ритмопластика Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка Воспитатель

физического воспитания, музыкальный руководитель, педагог ДО

Динамические паузы

(физкультминутки) Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей во всех возрастных группах Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия Воспитатели

Подвижные и спортивные игры Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой и со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДУЗ используем лишь элементы спортивных игр. Воспитатели, воспитатель физического воспитания

Релаксация В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы Воспитатели, руководитель физического воспитания, психолог

Технологии эстетической направленности Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др. Для всех возрастных групп Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса Все педагоги ДОУ

Гимнастика пальчиковая С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время) Воспитатели, логопед

Гимнастика для глаз Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога Все педагоги

Гимнастика дыхательная В различных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры Все педагоги

Гимнастика пробуждения Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. во всех возрастных группах. Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ Воспитатели

Гимнастика корригирующая, ортопедическая В различных формах физкультурно-оздоровительной работы во всех возрастных группах Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей

Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы и опорно-двигательного аппарата. Воспитатели, воспитатель физического воспитания

Оздоровительный бег Со старшего возраста в теплый период в утренний прием на улице или на прогулке. Необходимость проведения бега в физкультурной форме и спортивной обуви. Воспитатели, воспитатель физического воспитания

2. Технологии обучения здоровому образу жизни

Физкультурное занятие 2 раза в неделю в спортивном зале, 1 раз – на улице. Все возрастные группы.

Ранний возраст - в групповой комнате или физ.зале - 10 мин. Мл. возраст- 15-20 мин., ср. возраст - 20-25 мин., ст. возраст - 25-30 мин. Занятия проводятся в соответствии с программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение Воспитатели, руководитель физического воспитания

Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия) В свободное время, можно во второй половине дня.

В зависимости от задач, поставленных педагогом .

Со старшего возраста.

Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности Воспитатели, психолог

Коммуникативные игры 1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др. Воспитатели, психолог

Занятия из серии «Здоровье» 1 раз в неделю по 30 мин. со старшего возраста Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития Воспитатели

Самомассаж В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы с младшего возраста Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму Воспитатели, ст. медсестра, руководитель физического воспитания

3. Коррекционные технологии

Технологии музыкального воздействия В различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей во всех возрастных группах Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр. Все педагоги

Музыкальный руководитель

Технологии воздействия цветом Как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач со среднего возраста Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка Воспитатели, психолог

Технологии коррекции поведения Сеансами по 10-12 занятий по 25-30 мин. со старшего возраста Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек. Группы составляются не по одному признаку - дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический инструментарий и протоколы занятий Воспитатели, психолог