

## 1.2 Применение здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе.

### Отчёт об использовании здоровьесберегающих технологий

Современная система образования ставит перед собой целый ряд задач. Одна из которых – охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Полноценное физическое развитие и здоровье ребёнка – это основа формирования личности. Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Исходя из принципа «*Здоровый ребёнок – успешный ребёнок*», считается невозможным решение проблемы воспитания социально адаптированной личности без осуществления системы мероприятий по оздоровительной работе и физическому воспитанию детей.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

Основная цель моей работы по использованию здоровьесберегающих технологий – создание условий для формирования устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья дошкольника как важного фактора здоровья человека в целом.

Задачами являются:

1. Сохранение и укрепление здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания, оптимизации двигательной деятельности на свежем воздухе.
2. Обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни.
3. Конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении их здоровья, развитии творческого потенциала.

Для реализации здоровьесберегающих технологий в физкультурно – оздоровительной деятельности использую валеологические приемы для мотивации к здоровому образу жизни; использую ИКТ для более наглядной демонстрации преимущества здорового образа жизни.

Для обеспечения комплексного подхода к охране и улучшению здоровья воспитанников, требуемого по ФГОС, использую различные виды современных здоровьесберегающих технологий :

- *медико-профилактические* (проведение медосмотров, контроль состояния здоровья детей, противоэпидемиологическая работа, организация специализированных коррекционных групп, профилактика многих заболеваний, санитарно-гигиеническая работа, контроль качества организации питания и т. д.);
- *физкультурно-оздоровительные* (проведение подвижных игр, спортивные мероприятия, валеологические занятия, процедуры закаливания, организация прогулок и т. д.)



- **валеологическое образование родителей** (мотивация родителей к ведению здорового образа жизни, обучение родителей способам взаимодействия с детьми по формированию у них валеологической культуры);

- **здоровьесберегающее образование детей** (формирование валеологических знаний и навыков, первичная профилактика рисков опасных для здоровья (курение, алкоголь)).

Только реализовав все указанные виды здоровьесберегающих технологий можно достигнуть тесного взаимодействия основных факторов, влияющих на здоровье дошкольников.

В своей работе я подбираю такие двигательные ситуации, которые способствуют формированию у детей двигательных качеств, как гибкость, ловкость, силу, выносливость, быстроту.

Разнообразие содержания и форм работы с детьми, а также реализация принципов вариативности позволяют ребёнку на основе индивидуальных интересов и способностей успешно реализовывать собственное устремление к совершенствованию здоровья. При этом ребёнок имеет реальную возможность продвигаться в развитии собственных устремлений в индивидуально заданном темпе.

На моих занятиях физической культурой дети с удовольствием занимаются с нестандартным оборудованием, выполняют элементы самомассажа себе и друг другу (это доставляет им огромную радость, выполняют упражнения на развитие физических качеств, профилактические упражнения для профилактики плоскостопия и сколиоза.

Благодаря здоровьесберегающему направлению в моей работе у ребятшек сформировано осмысленное отношение к здоровью как важной жизненной ценности.

В своей практике спользую следующие здоровьесберегающие технологии:

1. Методы предупреждения психоэмоционального напряжения у детей (психогимнастика);
2. Упражнения на снятие нервного напряжения у детей (игры -релаксации);
3. Упражнения на развитие эмоциональной сферы;
4. Оздоровительная гимнастика (корректирующая, ортопедическая и др.);
5. Разные виды массажа и самомассажа;
6. Физкультминутки, динамические паузы;
7. Упражнения для глаз, дыхания, пальцев рук и т. д.

Музыкальный руководитель МКДОУ  
«Детский сад «Солнышко» с.Каякент:

Будайчиева Д.А.

Заведующая МКДОУ  
«Детский сад «Солнышко» с.Каякент:



Мусаева Б.Э.