# Выступление на всероссийской конференции: «Здоровьесберегающие технологии в ДОО»

**Подготовила:**

**воспитатель МБДОУ «Детский сад № 16 ст. Архонская»**

**Писаренко Наталья Алексеевна**

**14 февраля 2018 год**

**Здоровьсберегающие технологии в ДОО.**

Оздоровительная работа с дошкольни­ками в последние десятилетия приоб­рела особую актуальность, что связано со стабильной тенденцией ухудшения здо­ровья всего населения России, в том числе и детей. Причин тому много: это социальные, экологические, политические факторы и пр. В связи с этим ныне принимаются меры для изменения ситуации: развивается сеть оздо­ровительных центров и спортивных клубов, разрабатываются и апробируются на прак­тике новые оздоровительные методики, адаптируются к современным условиям хо­рошо известные, но забытые методы, формы и средства оздоровления.

В детских садах используются инновационные технологии, вариативные и дополнительные программы, направленные на здоровьесбережение детей. Но пока на настоящий момент невозможно утверждать, что здоровье детей – это уже не проблема. Это задача, которая требует постоянного поиска новых форм и методов работы, поиска механизмов, позволяющих изменить эту ситуацию.

Поэтому для решения задачи сохранения и укрепления здоровья ребенка необходимо обеспечить оптимальный двигательный режим в детском саду, достаточное время в режиме дня для осуществления оздоровительных мероприятий.

На улучшение здоровья малышей, их благоприятное физическое развитие влияет весь уклад жизни ребёнка в детском саду, заботливое и внимательное отношение к нему взрослых, высокое чувство ответственности всего коллектива за каждого воспитанника.

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

* медико-профилактические (проведение медосмотров, контроль состояния здоровья детей, противоэпидемиологическая работа, 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);
* валеологическое просвещение педагогов (ознакомление воспитателей с инновационными здоровьесберегающими технологиями и способами их внедрения, мотивация к здоровому образу жизни, расширение знаний о возрастных и психологических особенностях дошкольников);
* здоровьесберегающее образование детей (формирование валеологических знаний и навыков).

С детьми старшей группы, в которой я работаю, применяю следующие виды здоровьесберегающих технологий:

1.Ритмопластика

2.Динамические паузы (физкультминутки)

3.Подвижные и спортивные игры

4.Релаксация Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы

5.Гимнастика пальчиковая

6.Гимнастика для глаз

7.Гимнастика дыхательная

8.Гимнастика пробуждения

9.Оздоровительный бег

10.Физкультурное занятие

11.Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)

12.Коммуникативные игры

13.Самомассаж

14.Технологии музыкального воздействия. Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя и пр.

15.Технологии воздействия цветом

Для осуществления обогащенного физического развития и оздоравливания детей в моей группе использую нетрадиционные приемы работы. В группе оборудован уголок здоровья. Он оснащен как традиционными пособиями (массажными ковриками, массажерами, спортивным инвентарем и т.д.), так и нестандартным оборудованием, сделанным своими руками и с помощью родителей:

«Сухой аквариум», который способствует снятиюнапряжения, усталости, расслаблению мышц плечевого пояса.

**«Паутина»,**  способствует развитию мускулатуры рук, координации движений рук, ловкость, быстроту движений, упорства, настойчивости, позитивного духа соперничества.

* - Коврики из пробок и пуговиц, верёвки с узелками, простая ходьба босиком, где происходит массаж стопы ног и развитие координации движений.
* Для развития речевого дыхания и увеличения объема легких, используются традиционное и нетрадиционное оборудование (султанчики, вертушки).
* Общеизвестно, что на ладонях рук, находится много точек, массируя которые можно воздействовать на различные точки организма. Для этого используются различные массажеры ( Су-джок), в том числе и самодельные.

Мною был разработан и внедрен краткосрочный проект для детей старшей группы «Использование Су – Джок терапии для развития тонкой моторики и сохранения здоровья у детей дошкольного возраста». Целью проекта было внедрение инновационных технологий для развития мелкой моторики и внедрение в педагогический процесс здоровьсберегающих технологий для сохранения здоровья у детей дошкольного возраста путем воздействования на биологически активные точки по системе Су –Джок

После применения самомассажа шариками Су – Джок заметно снизилась заболеваемости у детей. Отмечается улучшение координации речи с движением, развивается мелкая моторика. Су – Джок терапия является одним из эффективных приемов, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие познавательной, эмоционально-волевой сфер ребенка и плодотворно воздействует на весь организм в целом. По данным анкеты родители положительно относятся к применению метода Су – Джок терапии в работе с детьми. Многие из родителей приобрели массажеры для использования этого метода в домашних условиях.

**Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий в ДОУ**

1. Сформированные навыки здорового образа жизни воспитанников, педагогов и родителей  ДОУ.

2.   Взаимодействие специалистов ДОУ в организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками..

3.   Проявление толерантности всех участников внедрения здороваьесберегающих технологий в педагогический процесс ДОУ.

4.   Формирование нормативно-правовой базы по вопросам оздоровления дошкольников.

5.   Внедрение научно-методических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ и семье;

6.   Улучшение и сохранение соматических показателей здоровья дошкольников.

**ЛИТЕРАТУРА:**

* Волошина Л. Организация здоровье сберегающего пространства//Дошкольное воспитание.-2004.-N1.-С.114-117.
* Терновская С.А., Теплякова Л.А. Создание здоровье сберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении// Методист.-2005.-N4.-С.61-65.
* Новые здоровье сберегающие технологии в образовании и воспитании детей. С.Чубарова, Г. Козловская, В. Еремеева // Развитие личности.-N2.-С.171-187.