**Современные здоровьесберегающие педагогические технологии**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Виды здоровьесбере-гающих педагогических технологий** | **Время проведения в режиме дня** | **Особенности методики проведения** | **Ответственный** |
| **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 | Инструктор по ФИЗО, музыкальный руководитель, педагоги ДОУ |
| **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 | Педагоги ДОУ |
| **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 ДОУ используем лишь элементы спортивных игр. | Инструктор по ФИЗО, педагоги ДОУ |
| **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 | Инструктор по ФИЗО, педагоги ДОУ, 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** | Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время) | С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. | Все педагоги ДОУ, 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 ДОУ |
| **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 ДОУ |
| **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. | Педагоги ДОУ |
| **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. | Инструктор по ФИЗО, педагоги ДОУ |
| **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. Младший возраст- 15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший возраст - 25-30 мин. | Занятия проводятся в соответствии с программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение | Инструктор по ФИЗО, педагоги ДОУ |
| **Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)** | В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом со старшего возраста | Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности | Психолог, педагоги ДОУ |
| **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. | Психолог, педагоги ДОУ |
| **Занятия из серии «Здоровье»** | 1 раз в неделю по 30 мин. со старшего возраста | Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития | Педагоги ДОУ |
| **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 | Инструктор по ФИЗО, педагоги ДОУ |
| **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. | Педагоги ДОУ, 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 | Педагоги ДОУ, 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 | Педагоги ДОУ, психолог |
| **Сказкотерапия** | 2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста | Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, группа детей, а остальные дети повторяют за рассказчиками необходимые движения. | Педагоги ДОУ, психолог |