****

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 25» города Кызыла Республики Тыва**

|  |
| --- |
| 667003, г. Кызыл, ул. Калинина, зд. 2г, тел: 6-05-78, 6-12-28; e-mail: mdou25@rtyva.ru |

**Выступление на тему**

**«Здоровьесберегающие образовательные технологии, используемые в ДОУ»**

Подготовила:

воспитатель старшей группы

Шалык Органа Сояновна

Кызыл - 2024

Слайд 1. *Начать свое выступление хочется со слов*Василия Александровича Сухомлинского *«Забота о здоровье —*это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

Здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей.

Слайд 2. Здоровьесберегающие образовательные технологии в ДОУ – это 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. В связи с этим актуальной становится интегрированное включение здоровьесберегающих технологий в образовательное пространство ДОУ. Назначение таких технологий – объединить педагогов, медицинских работников, родителей и самое главное – самих детей на сохранение, укрепление и развитие здоровья.

Здоровьесберегающая технология – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребенка и педагога, ребенка и родителей, ребенка и медицинского работника.

Слайд 3.

**Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании**

***Применительно к ребенку****–*обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической помощи   себе и другим.

***Применительно к взрослым****–*содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.

    Слайд 4.

Основными задачами являются:

1)    Сохранение и укрепление здоровья детей на основе комплексного и системного использование 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 укрепление их здоровья, развитии творческого потенциала.

Слайд 5.

**Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:**

* медико-профилактические;
* физкультурно-оздоровительные;
* технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
* здоровье сбережения и здоровье обогащения педагогов дошкольного образования;
* валеологического просвещения родителей;
* здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

Слайд 6.

Здоровьесберегающие образовательные технологии  наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения для детей дошкольного возраста.

Слайд 7.

Слайд 8.

Здоровьесберегающая деятельность в нашем ДОУ осуществляется в следующих видах:

- технологии сохранения и стимулирования здоровья;

- технологии обучения здоровому образу жизни;

- коррекционные технологии.

Слайд 9.

1. **Технологии сохранения и стимулирования здоровья:**

Слайд 10.

**- Динамические паузы**проводятся во время непосредственно образовательной деятельности, 2-5 минут, по мере утомляемости детей.

Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой и других в зависимости от вида деятельности.

Слайд 11.

- **Подвижные и спортивные игры**проводятся ежедневно как часть физкультурного занятия, а также на прогулке, в групповой комнате — со средней степенью подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.

Слайд 12.

- **Релаксация.**Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Выполнение таких упражнений очень нравится детям, т. к. в них есть элемент игры. Они быстро обучаются, этому непростому умению расслабляться и в этом им помогает спокойная классическая музыка (Чайковский, Рахманинов), звуки природы.

Слайд 13.

- **Пальчиковая гимнастика**проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, но особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

Слайд 14.

**- Гимнастика для глаз**проводится в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время ее проведения используется наглядный материал, показ педагога.

 Слайд 15.

**- Дыхательная гимнастика**проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

Слайд 16.

**- Ритмопластика.** Во время занятий у детей развивается музыкальный слух, чувство ритма, гибкость и пластичность, формируется правильная осанка. Обращается внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показаниям ребенка.

Слайд 17.

**- Гимнастика после сна**проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В ее комплекс входят упражнения на пробуждение, коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, обширное умывание.

Слайд 18.

**2. Технологии обучения здоровому образу жизни:**

Слайд 19.

**- Утренняя гимнастика**проводится ежедневно 8-10 минут с музыкальным сопровождением. Музыка сопровождает каждое упражнение. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки.

Слайд 20.

**- Физкультурные занятия**проводятся в 3 раза в неделю в соответствии с образовательной программой. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета.

Слайд 21.

**- Самомассаж** - это массаж, выполняемый самим ребенком. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, способствует не только физическому укреплению здоровья, но и оздоровлению его психики. Самомассаж проводится в игровой форме.

Слайд 22.

**- Активный отдых.**При проведении досугов, праздников все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют задания.

Слайд 23. **Коррекционные технологии:**

Слайд 24.

**- Артикуляционная гимнастика**- упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения, помогает быстрее «поставить» правильное звукопроизношение, преодолеть уже сложившиеся нарушения. С детьми, имеющие дефекты звукопроизношения, занимается логопед.

Слайд 25.

**- Сказкотерапия**– используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами не осознают или стесняются обсуждать их со взрослыми.

Слайд 26.

**- Коррекционные занятия с использованием тренажеров.**Ориентированы на развитие различных систем организма ребенка путем оптимального подбора объема физической нагрузки.

Слайд 27.

**-** Эмоционально-личностная сфера детей корректируется благодаря **использованию в режимных моментах тихой, успокаивающей музыке,**звукам природы, приятным ароматам, способным подарить душевный комфорт.

Слайд 28.

**- Цветотерапия.** Используется воздействие цветовой гаммы на психоэмоциональное состояние дошкольника, на его самочувствие. Использовать в работе с детьми цветотерапию педагоги начинают с раннего возраста. Можно использовать **«Сухой дождь»,**изготовленный из атласных лент семи цветов радуги.

Слайд 29.

Приоритетными в ДОУ являются такие формы организации работы с родителями по формированию навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста, как дни здоровья, физкультурные досуги и спортивные праздники с участием родителей и сотрудников ДОУ.

В работе с родителями можно использовать: консультации, индивидуальные беседы, тематические родительские собрания, папки передвижки, профилактические беседы по пропаганде здорового образа жизни, выставки и пр.

Слайд 30.

Важно понимать, что забота о здоровье наших детей сегодня – это полноценный потенциал нашей страны в ближайшем будущем. Ведь здоровье – это бесценный дар.

Здоровья вам!