

Автономная некоммерческая дошкольная образовательная организация
«Золотой петушок»

Консультация

На тему: «Здоровьесберегающие технологии в работе воспитателя»
(для педагогов).

Выполнила: зам дир по ВОР
Самсонкина Н.Ю.

Москва
Сентябрь 2019 год

Тема здоровья детей на современном этапе считается не только актуальной, но общечеловеческой. Здоровье детей, его охрана и обогащение является приоритетным направлением не только образовательных и медицинских учреждений, но и всего общества в целом, поскольку лишь здоровые дети в состоянии должным образом заниматься разными видами деятельности, обучаться, развиваться. Только полноценное здоровье способствует становлению гармонически развитой личности.

Исследование социологов выявили следующие факты:

1. Если лечить заболевание (временное, приобретённое), то здоровье сохраниться на 8-10%.
2. Идеальные условия проживания сохраняют и улучшают здоровье на 20-25%.
3. 50% здоровья целиком и полностью зависит от образа жизни, его правильном воспитании с детства, стремление беречь и умножать своё здоровье, активно заниматься оздоровительными видами деятельности.

Актуальность здоровья людей говорит о необходимости принятия неотложных мер по здоровьесбережению, оздоровлению детей, по профилактике и коррекции различных отклонений в здоровье. В связи с этим особо востребованными на сегодня является создание специальных педагогических методик, программ, направленных на сохранение и укрепление здоровья, которые в современной педагогике называются здоровьесберегающими.

Использование здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании имеет огромную ценность для здоровья детей, так как от рождения до семи лет идёт процесс становления всех функций и систем организма, закладываются основы физического, умственного, психического, нравственного, духовного здоровья человека, формируется фундамент будущего здоровья, человеческой жизни во всех её сферах.

Здоровьесберегающая технология – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития.

Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»

В.А. Сухомлинский.

Цель – обеспечить дошкольнику возможность здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Задачи:

- сохранение здоровья детей;
- повышение двигательной активности и умственной работоспособности;
- создание положительного эмоционального настроения;
- снятие психоэмоционального напряжения;

- создание адекватных условий для развития, обучения оздоровления детей.

Виды здоровьесберегающих технологий в ДОО:

- медико – профилактические;
- физкультурно – оздоровительные;
- технологии обеспечения социально – психологического благополучия ребёнка;
- здоровьесбережение и здоровьесобогащение педагогов дошкольного образования;
- здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду;
- технологии валеологического просвещения родителей.

Медико – профилактические технологии.

В дошкольном образовании технологии, обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОО в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств.

К ним относятся следующие технологии:

- организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья;
- организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста;
- организация физического развития дошкольников, закаливание;
- организация профилактических мероприятий в детском саду;
- организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов;
- организация здоровьесберегающей среды в ДОО.

Физкультурно – оздоровительные технологии.

Технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребёнка:

- развитие физических качеств;
- развитие двигательной активности и становление физической культуры дошкольников;
- неделя здоровья, соревнования;
- культурно – гигиенические навыки;
- спортивные праздники;
- закаливание;
- дыхательная гимнастика;
- массаж и самомассаж;
- профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки;
- прогулка;
- оздоровительные процедуры на тренажёрах;
- воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

Реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОО в условиях специально организованных форм оздоровительной работы. Отдельные приёмы этих технологий широко используются педагогами дошкольного образования в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимных моментах и в свободной деятельности детей, в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребёнком и др.

Технологии социально – психологического благополучия ребёнка.

Технологии, обеспечивающие техническое и социальное здоровье ребёнка – дошкольника. Основная задача этих технологий – обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально – эмоционального благополучия дошкольника. Реализацией данных технологий занимается психолог посредством специально организованных встреч с детьми, а также воспитатель и специалисты дошкольного образования в текущем педагогическом процессе ДОО. К этому виду технологий можно отнести технологии психологического и психолого – педагогического сопровождения развития ребёнка в педагогическом процессе ДОО.

Здоровьесберегающие образовательные технологии.

Это технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников. В дошкольной педагогике к наиболее значимым видам технологий относятся технологии личностно – ориентированного воспитания и обучения дошкольников. Ведущий принцип таких технологий – учёт личностных особенностей ребёнка, индивидуальной логики его развития, учёт детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения. Построение педагогического процесса с ориентацией на личность ребёнка закономерным образом содействует его благополучному существованию, а значит здоровью.

Технологии валеологического просвещения родителей.

Это технологии, направленные на обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОО, обретение ими валеологической компетентности. Валеологическое образование родителей надо рассматривать как непрерывный процесс валеологического просвещения всех членов семьи.

Формы здоровьесберегающей работы:

- утренняя гимнастика;
- физкультурные занятия;
- самостоятельная деятельность;

- подвижные, спортивные игры;
- питание и гигиена;
- бодрящая гимнастика, закаливание;
- пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз;
- технологии музыкальной релаксации;
- работа с родителями;
- ритмопластика;
- динамические паузы (физкультурные минутки);
- коммуникативные игры;
- сказкотерапия.

Использование здоровьесберегающих технологий в ДОО имеет огромное значение в процессе оптимизации двигательной активности, способствует разностороннему развитию, укреплению здоровья детей к овладению навыками самооздоровления. Поэтому в ДОО необходим поиск, изучение и внедрение эффективных технологий и методик оздоровления.