

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад КВ №1 «Солнышко»**

Круглый стол для педагогов ДОО
**«Современные здоровьесберегающие
технологии, используемые в детском саду в
соответствии с ФГОС ДО»**

**Подготовила:
старший воспитатель
Е.В.Коровина**

Цель: систематизировать знания педагогов по вопросам оздоровления дошкольников и формирования у них навыков здорового образа жизни.

Задачи:

1. Расширять и систематизировать знания педагогов с учетом современных и социальных изменений по использованию современных здоровьесберегающих технологий в ДОУ.
2. Систематизировать работу по здоровьесбережению в ДОУ путем выработки новых форм сотрудничества педагогического коллектива, медперсонала и родителей (законных представителей) воспитанников ДОУ.

Предварительная работа:

1. Проведение педагогического часа «Нетрадиционные методы оздоровления детей и здоровьесберегающие технологии в ДОУ» стар.воспитатель
2. Анкетирование родителей «Здоровый образ жизни» воспитатели
3. Анкетирование педагогов «Здоровьесберегающая деятельность в ДОУ» стар.воспитатель
4. Консультация для педагогов «Методика проведения утренней гимнастики с включение в нее элементов дыхательной гимнастики» инструктор по физической культуре
5. Консультации для родителей: «Красивая осанка-залог здоровья», «Мы здоровью скажем да!» воспитатели
6. Выставка детских рисунков «Будь здоров!», семейная фотовыставка «Спортивный активный отдых» стар.воспитатель, воспитатели
7. Смотр-конкурс центров физического развития «Самый лучший спортивный центр группы»
8. Тематический контроль «Организация работы по физической культуре и здоровьесбережению с учетом ФГОС ДО» стар.воспитатель

План проведения круглого стола:

1. Мини-драматизация «Красная шапочка и бабушка» (выявление причин болезней и плохого настроения) воспитатель Н.Е.Гладышева, муз.руководитель О.Н.Любимова
2. Педагогическая диагностика воспитанников ДОУ в области «Физическое развитие» инструктор по физической культуре А.А.Киенкова
3. Сообщение «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ, как средство сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста» старший воспитатель Е.В.Коровина

4. Аналитическая справка по итогу тематического контроля «Организация работы по физической культуре и здоровьесбережению с учетом ФГОС ДО» заведующий И.Н.Шмоница
5. Сообщение с видеороликом «Организация центра здоровья и физического развития в условиях реализации ФГОС ДО» воспитатель Л.Ю.Прыткова
6. Сообщение с презентацией «Прогулка как естественная потребность ребенка быть здоровым» воспитатель О.А.Абрамова
7. Подведение итогов, принятие решения старший воспитатель Е.В.Коровина

Ход проведения

По лесу идет Красная шапочка у нее звонит телефон (*диалог между внучкой и бабушкой*)

-Здравствуй бабушка!

-Бабушка, бабушка, а почему у тебя такое морщинистое лицо?

-Это все потому что я не любила умываться по утрам и вечерам, моя внученька

-бабушка, а почему у тебя такие желтые зубы?

-потому что я не чистила их, внученька моя

-бабушка, бабушка почему у тебя такие тусклые глаза?

- потому что я не любила есть морковь, внученька моя.

- бабушка, бабушка а почему ты вся дрожишь и медленно ходишь?

-Это потому что по утрам я не делала зарядку, Ой (кричит бабушка), волк не ешь меня...

Красная шапочка заплакала от безысходности.

Голос за кадром: Если не хочешь, чтоб тебя съел волк, как бабушку, веди **ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!**

Вступительное слово старшего воспитателя: Что же такое **ЗДОРОВЬЕ** и **ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**? (вопрос к педагогам на сенсорной доске появляются понятия)

ЗДОРОВЬЕ-это состояние физического, психического, социального благополучия

Выделяется несколько компонентов здоровья:

СОМАТИЧЕСКОЕ здоровье-текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития

ФИЗИЧЕСКОЕ здоровье- уровень роста и развития органов и систем организма

ПСИХИЧЕСКОЕ здоровье- состояние психической сферы, основу которого составляет состояние общего душевного комфорта.

О состоянии здоровья мы чаще всего судим по отсутствию болезней или хронических заболеваний, не учитывая критерии предрасположенности к

заболеваниям, а также уровень физического и психического состояния, состояние сопротивляемости, уровень иммунитета и другие критерии. Поэтому главной задачей по укреплению здоровья воспитанников в детском саду является формирование у них привычки к здоровому образу жизни.

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ-это максимальное количество биологических и социально целесообразных форм и способов жизнедеятельности, адекватных потребностям и возможностям человека, обеспечивающих формирование, сохранение и укрепление здоровья.

В содержании ЗОЖ выделяют следующие компоненты:

- мотивационно-ценностный (система побуждений к ЗОЖ)
- содержательно-профессиональный (система знаний о ЗОЖ)
- эмоционально-практический (система умений и желание вести ЗОЖ)
- волевой (качества личности, эмоциональный настрой способствующие достижению ЗОЖ)

В настоящее время для всех ДОУ и для нашего в том числе приоритетным направлением является повышение уровня состояния здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни, а также устойчивой потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями. Сегодня за круглым столом у нас пойдет речь о здоровьесберегающих технологиях в ДОУ в контексте реализации ФГОС ДО.

Успех любого направления деятельности педагога невозможна без анализа исходной проблемной ситуации. Предлагаю ознакомиться с итогами тематического контроля «Организация работы по физической культуре и здоровьесбережению в ДОУ с учетом ФГОС ДО» (*аналитическая справка*)

Итогами анкетирования педагогов и родителей, выставками детских рисунков «Будь здоров!» и семейной фотовыставкой «Спортивный активный отдых».

По результатам анкетирования можно сделать следующие выводы, что при активности участия родителей (80%), около 70% поддерживают и ведут здоровый образ жизни, много знают и читают о данном направлении, в домашних условиях стараются прививать детям культурно-гигиенические навыки, организуют правильное питание, привлекают к спортивному образу жизни: катаются на велосипедах, роликах, лыжах, коньках, плавают, делают утреннюю зарядку. Анкетирование педагогов показало, что применение здоровьесберегающих технологий происходит не регулярно, хотя трудностей в применение их не составляет. Систематической работы по ЗОЖ с родителями (законными представителями) тоже нет. В выставках детских рисунков наибольшую активность проявили воспитанники средней и подготовительной группы, ребята в рисунках изображали любимые виды спорта, чем питаются, где живут витамины и другое. Это говорит о том что ребята знакомы с направлениями ЗОЖ.

Сообщение «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ, как средство сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста»

В рамках выделенного приоритета здоровьесбережения в ДОУ проводится работа в направлениях:

ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ- обеспечение благоприятной адаптации, выполнение санитарно-гигиенического режима, решение оздоровительных задач всеми средствами физической культуры, проведение мер по профилактике и распространению инфекционных заболеваний.

ОРГАНИЗАЦИОННОЕ- организация здоровьесберегающего воспитательно-образовательного процесса и здоровьесберегающей среды ДОУ:

- определение показателей физического развития, двигательной подготовленности, представлений о своем здоровье и способах его сохранения с использованием игровых методик, диагностических заданий, наблюдений.
- изучение педагогического опыта по оздоровлению детей
- отбор и внедрение эффективных здоровьесберегающих технологий и методик
- пропаганда ЗОЖ и методов оздоровления в коллективе детей, родителей и сотрудников.

В настоящее время одной из главных задач по данному направлению стоящим перед педагогами, является необходимость разработки и использования здоровьесберегающих технологий в педагогическом процессе ДОУ, стимулирующих приобретение опыта ценностного отношения к своему здоровью уже в дошкольные годы.

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ направление включает физическое воспитание, систему различных видов гимнастик и др.

Первое направление — это прерогатива медицинского персонала, но так как такого персонала нет в ДОУ, ряд мероприятий ложится также на плечи сотрудников ДОУ и не всегда соблюдается или выполняется на 100%, поэтому пока заболеваемость в ДОУ не снижается. Но администрация много усилий прилагает к тому чтобы дети меньше болели.

Организационное и физкультурно-оздоровительное направление раскроют наши педагоги.

Начнем с педагогической диагностики, как одного из направлений педагогической деятельности, которая позволяет проанализировать развитие воспитанников и спланировать последующую работу. Сейчас инструктор по физической культуре познакомит с результатами педагогической диагностики воспитанников по образовательной области «Физическое развитие» *(аналитическая справка по итогам диагностики)*

Необходимым условием развития детей в соответствии с ФГОС ДО является развивающая предметно-пространственная среда созданная в группах детского сада. Об организации центра здоровья и физического развития в условиях реализации ФГОС ДО расскажет и покажет воспитатель средней группы.

Подведение итогов смотра-конкурса центров физического развития «Самый лучший спортивный центр группы».

«День проведенный ребенком без прогулки потерян для его здоровья» (Г.А.Сперанский) Прогулки не только удовлетворяют естественную биологическую потребность каждого ребенка в движении, но и позволяют вырабатывать двигательные умения и навыки, укреплять мышечную и костную систему, решать задачи умственного, нравственного, физического, трудового и эстетического развития путем интеграции всех образовательных областей выделенных ФГОС ДО. С докладом на тему «Прогулка как естественная потребность ребенка быть здоровым» выступит воспитатель старшей группы.

Подведение итогов работы круглого стола проводит старший воспитатель. Для того чтобы добиться положительных результатов в деле здоровьесбережения детей, нужна целенаправленная комплексная система здоровьесберегающей деятельности как в детском саду, так и в семье. В соответствии с ФГОС ДО современный педагог в массе инновационных преобразований должен уметь определять проблему физического развития и выстраивать индивидуальные траектории развития для каждого ребенка.

Решение:

1. Продолжать уделять большое внимание укреплению здоровья воспитанников через рациональное использование здоровьесберегающих технологий и приобщение детей к здоровому образу жизни.

Ответственные: воспитатели. Срок-постоянно

2. С целью создания комплексной системы здоровьесберегающей деятельности в ДОУ разработать проект по формированию культурно-гигиенических навыков у детей раннего и младшего дошкольного возраста.

Ответственные: воспитатели Гладышева Н.Е., Майорова Н.С.. Срок-

3. Для установления продуктивного взаимодействия педагогов с родителями (законными представителями), популяризации здорового образа жизни организовать выпуск ежеквартальной газеты «будь здоров, малыш!»

Ответственные: творческая группа Срок: в течении года

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад КВ №1 «Солнышко»

Сообщение для круглого стола
«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ, как средство
сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного
возраста»

Сообщение подготовила:
старший воспитатель
Е.В.Коровина

Здоровье человека – это всегда актуальная тема. Дошкольный возраст – решающий этап в формировании основ психического и физического здоровья детей. Именно в эти годы интенсивно формируются органы и развиваются функциональные системы организма. В последние годы замечена устойчивая тенденция снижения уровня здоровья дошкольников.

Одной из основных задач каждого дошкольного образовательного учреждения, обозначенных в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования, является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Проблема здоровья детей в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях актуальна, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества. В любом возрасте человек должен заботиться о своем здоровье, но особенно это важно в детстве. Детство является ключевым периодом жизни, когда формируются все морфологические и функциональные структуры, определяющие потенциальные возможности взрослого человека.

По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков, Научного центра здоровья детей РАМН, «...за последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в 5 раз и составляет лишь 10% среди детей, поступающих в школу». Поэтому актуально значимым и востребованным сегодня становится поиск технологий повышения эффективности оздоровительной работы в дошкольном образовании. Технологии, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей, получили название «здоровьесберегающие технологии».

Так что же такое «здоровьесберегающие образовательные технологии»?

«Здоровьесберегающая технология» - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные педагогические технологии задачами здоровьесбережения.

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 самопомощи и помощи. Применительно к взрослым - содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.

Задачи здоровьесберегающих технологий:

1. Обеспечить условия для физического и психологического благополучия, здоровья – всех участников воспитательно-образовательного процесса.

2. Сформировать доступные представления и знания о ЗОЖ, пользе занятий физическими упражнениями, об их основных гигиенических требованиях и правилах.

3. Реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей.

4. Формировать основы безопасности жизнедеятельности.

5. Оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни.

5 слайд

Классификация здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании – определяется по доминированию целей и решаемых задач, а также ведущих средств здоровьесбережения и здоровьеобогащения субъектов педагогического процесса в детском саду.

В связи с этим можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

- медико-профилактические;
- физкультурно-оздоровительные;
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;

- здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;

- валеологического просвещения родителей;

- здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании

Медико-профилактические технологии в дошкольном образовании – технологии, обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ 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, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

Реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОУ в условиях специально организованных форм оздоровительной работы.

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка – технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка-дошкольника. Основная задача этих технологий – обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье. К ним относятся: технологии психологического или психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в педагогическом процессе ДОУ

Технологии здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов – технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни.

Технологии валеологического просвещения родителей – задача данных технологий – обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДОУ.

6 слайд

Существующие здоровьесберегающие образовательные технологии можно выделить в три подгруппы:

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Динамические паузы – во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. 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.

Ритмопластика – это пластичные движения, которые носят оздоровительный характер, они выполняются под музыку в спокойном, медленном темпе, с максимальной амплитудой и растяжением мышц.

Подвижные и спортивные игры – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате – малой, средней и высокой степени

подвижности Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В детском саду мы используем лишь элементы спортивных игр.

Различные виды гимнастики:

Гимнастика утренняя - ценное средство оздоровления и воспитания детей, проводится ежедневно утром, до завтрака, в хорошо проветренном зале. У детей, систематически занимающихся утренней гимнастикой, пропадает сонливое состояние, появляется чувство бодрости, наступает эмоциональный подъем, повышается работоспособность. Утренняя гимнастика длится не более 7 минут.

Гимнастика после сна – важная составляющая микроцикла двигательной деятельности, проводится ежедневно после дневного сна 5-10 минут. Главная цель – профилактика нарушений осанки. Также способствует быстрому пробуждению, поднятие мышечного и психического тонуса, создание хорошего настроения на вторую половину дня.

Гимнастика ортопедическая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Рекомендуются детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы

Гимнастика пальчиковая – с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуются всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).

Гимнастика дыхательная – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.

Гимнастика зрительная – ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуются использовать наглядный материал, показ педагога.

Гимнастика артикуляционная – это комплекс специальных упражнений для тренировки органов артикуляции (губ, щек, языка, нижней челюсти), необходимых для правильного звукопроизношения. Основное назначение артикуляционной гимнастики - развитие, укрепление и совершенствование артикуляционной моторики.

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. В нашем детском саду создан специальный релаксационный кабинет.

Технологии обучения здоровому образу жизни

Физкультурное занятие – 2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Ранний возраст - в групповой комнате, 10 мин. Младший

возраст – 15-20 мин., средний возраст – 20-25 мин., старший возраст – 25-30 мин. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.

Проблемно-игровые технологии:

Игротренинги и игротералия – в свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом. Занятие может быть организовано незаметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности.

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.

Занятия «Уроки здоровья» -1 раз в неделю по 30 мин. со старшего возраста. Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития.

Точечный массаж - проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое время дня. Проводится строго по специальной методике. Рекомендуются детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями органов дыхания. Используется наглядный материал (специальные модули).

Коррекционные технологии

Технологии музыкального воздействия – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей. Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.

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.

Технологии воздействия цветом – как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач. Правильно подобранные цвета интерьера в нашей группе снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка.

Психогимнастика - курс специальных занятий (этюдов, игр, упражнений), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (как его познавательной, так и эмоционально-личностной сферы). Прежде всего, такие занятия показаны детям с чрезмерной утомляемостью, замкнутым, с невротами, нарушениями характера, легкими нервно-психическими расстройствами, находящимися на границе здоровья и болезни.

Су-Джок терапия – это высокоэффективный, универсальный, доступный и абсолютно безопасный метод самооздоровления и самоисцеления путем воздействия на активные точки, расположенные на кистях и стопах, специальными массажными шарами, использование которых в сочетании с упражнениями по коррекции звукопроизношения и развитию лексико-грамматических категорий способствует повышению физической и умственной работоспособности детей, создает функциональную базу для сравнительно быстрого перехода на более высокий уровень двигательной активности мышц и возможность для оптимальной целенаправленной речевой работы с ребенком, оказывая стимулирующее влияние на развитие речи.

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально, духовно. Есть поговорка: “В здоровом теле – здоровый дух”. Но не ошибётся тот, кто скажет, что здоровый дух порождает здоровое тело.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

Спасибо за внимание!