

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 15 пгт. Шахтёрск  
694910 Сахалинская область, Углегорский городской округ, пгт. Шахтёрск, ул.  
Интернациональная, д.1 тел/факс 31-716, тел.31-366

## Справка

об использовании современных здоровьесберегающих технологий  
в воспитательно-образовательном процессе

воспитателя МБДОУ № 15  
Поленцова Ю. Н.

Согласно современным представлениям, целью образования в соответствии с ФГОС ДО, является всестороннее развитие ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья, включающего физический, социально-психологический и духовно-нравственный аспект.

Одной из главных задач нашего ДОУ является – создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья воспитанников. Воспитание уважительного отношения к здоровью мы начинаем с раннего детства. Воспитатель должен использовать такие психолого-педагогические технологии, которые позволяют работать так, чтобы не наносить ущерба здоровью своим воспитанникам на занятиях (в первую очередь, **образовательная среда должна быть здоровьесберегающей и здоровьесберегающей.**)

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. Цель здоровьесберегающих технологий – обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни, воспитать валеологическую культуру для формирования осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни как собственных, так и других людей.

Для создания целостной системы двигательной активности детей, для реализации здоровьесберегающих технологий в нашем детском саду созданы следующие условия:

1. Условия для укрепления здоровья детей, гармоничного физического развития - спортивная площадка, спортивный зал, оборудованный тренажерным уголком, оснащенный стандартным и нестандартным оборудованием, необходимым для проведения физкультурных

занятий; для каждой возрастной группы составлен режим двигательной активности, разработана система закаливания с учётом сезона, возраста детей.

2. В средней группе Б (воспитатель Поленцова Ю.Н.) оборудован уголок двигательной активности, который оснащен согласно возрасту воспитанников традиционным и нетрадиционным физкультурным оборудованием. В своей работе Юлия Николаевна старается в каждый вид деятельности включать упражнения, игры, которые направлены на укрепление и здоровьесбережение детей, дозировку, темп подбирает в зависимости от настроения детей, индивидуальных особенностей.

В своей практической деятельности педагог использует следующие здоровьесберегающие технологии:

**1. Технология сохранения и стимулирования здоровья** (медико-профилактические технологии, технологии обеспечения эмоционально-психологического здоровья - релаксация, тренинги на разгрузку эмоционального напряжения, динамические паузы, минутки-шалости на занятиях. физкультурно-оздоровительные, разнообразные игры - подвижные, музыкальные, малоподвижные, технологии эстетической направленности - ритмопластика, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, гимнастика пробуждения).

Подвижные игры проводятся ежедневно, как на физкультурном, музыкальном занятиях, так и на прогулке. В процессе НОД, по мере утомляемости детей, включаю динамические паузы, используя минутки - шалости, гимнастику для глаз, дыхательную и пальчиковую гимнастику. Осуществляет профилактику простудных заболеваний; проводит динамическую гимнастику пробуждения, которая включает в себя босохождение в сочетании с воздушными ваннами, массаж для профилактики плоскостопия и нарушения осанки; проводит зарядку, оздоровительные процедуры, игры с водой, «тропа здоровья» и т. д., игровые физкультурные занятия и упражнения на свежем воздухе в разные периоды года.

**2. Технология обучения здоровому образу жизни** (игротренинги, коммуникативные игры, технология валеологического просвещения - беседы, интегрированные занятия из серии "Здоровье - наше богатство", технология обучения здоровому образу жизни - самомассаж, точечный самомассаж).

В технологии здоровьесберегающего обучения, Юлия Николаевна решает следующие задачи:

- обучить детей простейшим нормам и способам поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья,
- сформировать положительное отношение к собственному здоровью, здоровому образу жизни,
- закреплять полученные навыки, способствующие усвоению основ здорового образа жизни в группе, семье.

С этой целью педагогом в творческом сотрудничестве с музыкальным руководителем, психологом разрабатывается и реализуется серия интегрированных занятий, праздников, развлечений «Здоровье – наше богатство».

В работе по привитию основ здорового образа жизни и физического развития Юлия Николаевна использует не только традиционные формы и методы, но и изготовленное нетрадиционное физкультурное оборудование совместно с родителями и детьми («дорожки здоровья» для массажа стоп, рук, игры и атрибуты для дыхательной гимнастики и др.)

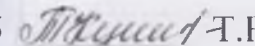
Таким образом, у воспитанников формируется осмысленное отношение к здоровью, как важной жизненной ценности.

**3. *Коррекционные технологии*** (использует в совместной работе с музыкальным руководителем психологом арттерапию, технологию музыкального воздействия, технологию воздействия цветов, сказотерапию, технологию коррекции поведения, психогимнастику).

**4. *В работе с родителями*** основным направлением является конструктивно-информационная работа. Юлия Николаевна рассматривает вопросы сохранения здоровья и профилактических мероприятий для дошкольников на родительских собраниях, в индивидуальных беседах, открытые просмотры и показы с использованием оздоравливающих технологий, активное участие родителей в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, проведение занятий с детьми с использованием оздоровительных технологий.

Все эти технологии направлены на воспитание физически и психически здоровых детей.

Таким образом, **здоровьесберегающие технологии** в средней группе направлены на решение приоритетной задачи сохранения, поддержания здоровья детей и родителей.

Заведующий МБДОУ №15  Т.Ю.Кучерова