**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение**  
 **«Детский сад № 3 "Улыбка»**  
**г. Калача-на-Дону Волгоградской области**

**Использование**

**здоровьесберегающих технологий в организации**

**деятельности воспитателя.**

|  |
| --- |
| Выполнила:  Воспитатель 12гр  Небабина Алина Игоревна |

Содержание

Введение………………………………………………………………….. 3

1. Общая характеристика здоровьесберегающих технологий ………..4-5
2. Использование здоровьесберегающих технологий в организации -развивающей деятельности воспитателя……………….5
   1. Особенности организации коррекционно-развивающей деятельности воспитателя с использованием здоровьесберегающих технологий……………………………………………………….6-7
   2. Здоровьесберегающие технологии в работе воспитателя и результаты их применения……………………………………...7-8

Заключение………………………………………………………………….9

Список использованной литературы……………………………………...10

**Ведение**

В последние годы выявилась устойчивая тенденция к существенному снижению показателей здоровья и темпов развития детей дошкольного возраста, что обусловлено ухудшением социально-экономических и экологических условий. В связи с этим в настоящее время все более востребованными становятся такие педагогические технологии, которые помимо педагогического эффекта предполагают сбережение здоровья детей.

Кризисные явления в обществе способствовали изменению мотивации образовательной деятельности у детей разного возраста, снизили их творческую активность, замедлили их физическое и психическое развитие, вызвали отклонения в социальном поведении.

В силу этих причин проблемы сохранения здоровья взрослых и детей становятся особенно актуальными во всех сферах человеческой деятельности и особенно остро - в образовательной области, где всякая практическая работа, направленная на укрепление здоровья детей разного возраста путем совершенствования службы здравоохранения, не принесла ощутимых результатов.

**1. Общая характеристика здоровьесберегающих технологий**

Под здоровьесберегающими технологиями в широком смысле слова следует понимать все те технологии, использование которых идет на пользу здоровья.

Здоровьесберегающие технологии связаны с различными формами деятельности людей (в сфере образования, здравоохранения, в правовой, социально-экономической, культурной сферах), которые направлены на формирование здорового образа жизни человека и минимизацию факторов, приносящих вред его здоровью.

Здоровьесберегающие технологии – это комплекс медицинских, логопедических, психологических и педагогических мер, направленных не только на защиту детей, но и на формирование у них ценностного и осознанного отношения к состоянию своего здоровья.

Одна из основных целей применения здоровьесберегающих технологий – формирование культуры здорового образа жизнии здоровьесберегающего поведения.

Понятие «здоровьесберегающие технологии» появилось в сфере педагогики. До сих пор это понятие воспринимается многими педагогами как аналог санитарно-гигиенических мероприятий. Это свидетельствуют об искаженном понимании термина «здоровьесберегающие технологии», примитивных представлениях о содержании работы, которую должны проводить дошкольные образовательные учреждения для осуществления важнейшей задачи – сохранения и укрепления здоровья воспитанников..

Функции здоровьесберегающих технологий:

**-** Формирующая**:** осуществляется на основе биологических и социальных закономерностей становления личности. В основе формирования личности лежат наследственные качества, предопределяющие индивидуальные физические и психические свойства.

- Информативно - коммуникативная**:** обеспечивает трансляцию опыта ведения здорового образа жизни, преемственность традиций, ценностных ориентации, формирующих бережное отношение к индивидуальному здоровью, ценности каждой человеческой жизни;

 - Диагностическая**:** заключается в мониторинге здоровья индивидов в конкретных учреждениях, обеспечивает инструментально выверенный анализ состояния здоровья человека и подбор необходимых технологий здоровьесбережения.

- Рефлексивная:заключается в переосмыслении предшествующего личностного опыта, в сохранении и приумножении здоровья, что позволяет соизмерить реально достигнутые результаты с перспективами;

**-** Интегративная**:** объединяет народный опыт, различные научные концепции и системы воспитания, направляя их по пути сохранения здоровья подрастающего поколения.

**2. Использование здоровьесберегающих технологий в организации коррекционно-развивающей деятельности воспитателя**

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании – 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.

 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, валелогической 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.

**2.1. Особенности организации коррекционно-развивающей деятельности воспитателя с использованием здоровьесберегающих технологий**

Дошкольный возраст является благоприятным периодом для выработки правильных привычек и формирования здорового образа жизни, которые в сочетании с обучением дошкольников приемам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

Только здоровый ребенок может быть успешен в процессе личностного и интеллектуального развития, а значит, успешен в обучении. От того насколько грамотно организована работа с детьми по физическому воспитанию, насколько эффективно используются для этого условия дошкольного учреждения, зависит здоровье ребенка.

Работа по созданию здоровьесберегающей среды в детском саду строится на основе комплексного подхода, направленного на всестороннее развитие личности ребенка, на принципах гуманизации педагогического процесса, с опорой на единство требований дошкольного учреждения и семьи.

Здоровьесберегающая среда в дошкольном учреждении должна создаваться с учетом индивидуально-дифференцированного подхода. В дошкольных учреждениях должны функционировать физкультурный зал, музыкальный зал, медицинский кабинет, изолятор, экологическая и сенсорная комнаты.

В самих группах ДОУ созданы здоровьесберегающие условия: воспитательно-образовательный процесс строится в соответствии с санитарными нормами и гигиеническими требованиями, высвобождено пространство для организации двигательной активности детей, созданы спортивные уголки с нетрадиционным и физкультурным оборудованием, что позволяет проводить индивидуальную и подгрупповую работу.

В ДОУ используются следующие здоровьесберегающие технологии:

- физкультурно-оздоровительные технологии: такие как воздушное закаливание, самомассаж, дыхательная гимнастика (А.Н. Стрельниковой), гимнастика для глаз, витаминотерапия, гимнастика после дневного сна;

- технологии, обеспечивающие социально-психологическое здоровье: психогимнастика (Е.А. Алябьева), пальчиковая гимнастика, логоритмика .

Исходным звеном работы с детьми по здоровьесберегающим технологиям в ДОУ является комплексная оценка состояния здоровья и физического развития каждого ребенка, а также динамическое наблюдение за изменениями.

Диагностика позволяет определить технику овладения основными двигательными умениями, выработать индивидуальную нагрузку, определить необходимые физкультурно-оздоровительные мероприятия, учитывая недостатки в работе по физическому воспитанию.

**2.2. Здоровьесберегающие технологии в работе воспитателя и результаты их применения**

Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий зависит от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий ДОУ , профессиональной компетентности педагогов, а также показаний заболеваемости детей.

**Оздоровительная работа** в ДОУ представляет собой комплекс мероприятий, направленных на восстановление функционального состояния детского организма.

Центральное место в этом комплексе занимает режим дня, который предусматривает максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующую возрасту продолжительность сна и других видов отдыха. Вся деятельность, связанная с физическими нагрузками (подвижные игры, труд, занятия физической культурой) проводятся в часы наименьшей инсоляции.

Здоровьесберегающие технологии применяемые в работе воспитателя:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья: Стретчинг, ритмопластика, динамические паузы ("Ленивая кошечка", "Озорные щечки"), подвижные и спортивные игры , релаксация, гимнастика пальчиковая ("Наши пальчики устали", "Дождик" "Солнце"), гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная ("Ладошки", "Маятник", "Повороты головы" и др.), гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни: Физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротреннинги и игротерапия), коммуникативные игры, занятия из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж (су-джок) ("Пальчики-мальчики", "Сказка Ёжик") , биологическая обратная связь (БОС).

3. Коррекционные технологии: Арттерапия, технологии музыкального воздействия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика, артикуляционная гимнастика ("Улыбка", "Птенцы", "Вкусное варенье", "Заборчик")

Здоровьесберегающие технологии на прогулке в теплый период года, способствующие закаливанию и укреплению детского организма: соблюдение теплового режима; дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз; соблюдение двигательного режима; физических нагрузок, упражнение для укрепления осанки; релаксационные паузы, арттерапия, динамическая пауза, соблюдение питьевого режима, босохождение.

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

**Заключение**

Сознательное и ответственное отношение человека к здоровью к общественной ценности должно быть нормой жизни и поведения каждого человека.

К сожалению, здоровый образ в жизни не занимает первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Однако, если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физическим, но и личностно, интеллектуально, духовно.

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

**Список литературы**

1. Ахутина, Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. N2. С.21 – 28.
2. Буденная Т.В. Логопедическая гимнастика. Методическое пособие. Санкт-Петербург: «Детство-Пресс», 2001 г.
3. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2007.
4. Сухарев А.Г. “Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России”
5. “Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях” /А.М. Сивцова //Методист. – 2007.
6. Леонова С.В. «Веселая разминка. Комплекс дыхательных физических упражнений под чтение стихотворных текстов». Логопед. 2004. N6. с. 83.
7. Методические рекомендации: Здоровьесберегающие технологии : методология анализа, формы, методы, опыт применения /Под ред. М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. -М., 2002.
8. Педагогика и психология здоровья /Под ред. Н.К. Смирнова. — М.:АПКиПРО, 2003.
9. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. - М., 2002.
10. Ткачева В.И. Играем каждый день //Методические рекомендации. - Мн.: НИО, 2001.