



# СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДОУ

Понятие **«здоровьесберегающие образовательные технологии»** появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет и до сих пор воспринимается многими педагогами как аналог **санитарно-гигиенических мероприятий**:

- Так, **К.В.Дубов** (2002) определяет их как «полноценное медицинское обеспечение работы образовательного учреждения»
- **А.Н.Акимова** (2002) включает в это понятие своевременное проведение прививок и профилактику “школьных заболеваний”.



## **Здоровьесберегающие образовательные**

### **технологии**

– системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участников; качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровье учащихся и педагогов; технологическая основа здоровьесберегающей педагогики.





# КАКИЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДОЛЖНЫ СТАТЬ ПРИОРИТЕТНЫМИ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ?



# СУЩНОСТЬ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ:

**Ю.К. Бабанский**



1. Укрепление здоровья и закаливание, содействие правильному физическому развитию и повышению работоспособности.
2. Формирование двигательных умений и навыков.
3. Развитие основных двигательных качеств.
4. Привитие гигиенических навыков, сообщение знаний по гигиене.
5. Воспитание воли, смелости, дисциплины.
6. Формирование привычки и интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями.
7. Привитие организационных навыков.



## Т.И. Осокина

1. Охрана жизни.
2. Укрепление здоровья.
3. Совершенствование организма ребенка, содействие его правильному физическому развитию.
4. Повышение работоспособности.





# В.И. Логинова

1. Охрана жизни и укрепление здоровья.
2. Обеспечение современного полноценного развития всех органов и функций организма.
3. Формирование основных движений и двигательных навыков, ловкости, гибкости, смелости и т.п.



## А.В. Кенеман, Г.В.Хухлаева

1. **Оздоровительные** – развитие и укрепление костной, мышечной, сердечно – сосудистой, дыхательной, нервной систем, внутренних органов: развитие движений, закаливание организма.
2. **Образовательные** – формирование навыков выполнения основных движений; привитие навыков правильной осанки, навыков гигиены, освоение знаний о своем организме, о здоровье; формирование представлений о режиме, активности и отдыхе.
3. **Воспитательные** – формирование нравственно-физических навыков; выработка у детей привычки к ежедневным занятиям физическими упражнениями как потребности в физическом совершенстве; воспитание культурно-гигиенических качеств.





## М.А. Васильева

1. Охрана и укрепление здоровья, особенно нервной системы
2. Совершенствование функций организма ребенка, полноценное физическое развитие.
3. Воспитание интереса у различных доступным детям видам двигательной деятельности.
4. Формирование положительных нравственно-волевых черт личности.



## Е.Н. Вавилова

1. Охрана и укрепление здоровья
2. Полноценное физическое развитие
3. Своевременное формирование у дошкольников двигательных навыков и умений
4. Совершенствование всех функциональных систем организма.



**Таким образом,** задача оздоровления ребенка в дошкольном возрасте в работах вышеуказанных ученых признается одной из наиболее важных.

Так же выделяются средства физического воспитания как средства оздоровления ребенка.



# Средства физического воспитания

## Гигиенические и социально – бытовые факторы:

- режим
- сон
- питание
- инвентарь
- одежда
- игрушки

## Естественные силы природы:

- солнце
- воздух
- вода

## Физические упражнения:

- гимнастика
- спортивные и подвижные игры
- праздники, развлечения
- простейший туризм (зимний и летний)

# ***Успешное решение поставленных задач возможно при условии комплексного использования всех средств физического воспитания.***

**Физическое воспитание** – педагогический процесс, направленный на достижение хорошего здоровья, физического и двигательного развития ребенка.

**Физическое развитие** – процесс изменения форм и функций организма под воздействием условий жизни и воспитания (\* рост, вес, окружность грудной клетки, состояние осанки, жизненная емкость легких; \* выносливость, ловкость, быстрота, сила, гибкость, равновесие, глазомер).

**Физическая подготовленность** – уровень развития двигательных умений и навыков, физических качеств человека.





**Физическая подготовка** – профессиональная направленность физического воспитания.

**Физическое образование** – одна из сторон физического воспитания, направленная на овладение профессиональными знаниями, двигательными навыками.

**Физические упражнения** – движения, двигательные действия, отдельные виды двигательной деятельности, которые используются для решения задач физического воспитания.

**Двигательная деятельность** – деятельность, основным компонентом которой является движение и которая направлена на физическое и двигательное развитие ребенка.

# ОБЗОР МЕТОДИК ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ

**Т.Н.Доронова** - кандидат педагогических наук – в своей программе обращает внимание на воспитание и развитие детей детского сада, одним из основных компонентов она считает физическую культуру.

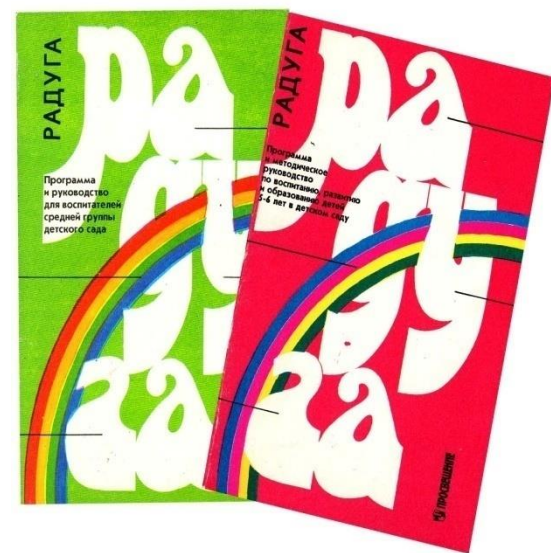
В главе «Растим здорового ребенка» – определены основные формы работы с детьми по двигательному режиму, закаливанию, физкультурно-оздоровительной работе.





Вся работа отражена в разделах **«Формируем привычку к здоровому образу жизни», «Суточный режим жизни», «Бодрствование», «Сон», «Питание», «Навыки здоровья», «Формируем культуру движений».**

Ею освещены важные на современном этапе вопросы поведения в ситуациях, угрожающих жизни и здоровью детей, умению избегать или предотвращать их. Раскрыты формы и средства физического воспитания – гигиенические факторы, гигиена нервной системы, физические упражнения; профилактическая, развивающая, лечебная, реабилитационная направленность в подборе физических упражнений.





В основу программы заложены 2 теоретических положения: теория А.В. Запорожца о самооценности дошкольного периода развития, перехода от утилитарного понимания дошкольного детства к гуманистическому пониманию и концепция Л.А. Венгера о развитии способностей, которые понимаются как универсальные действия ориентировки в окружающем с помощью специфических для дошкольника образных средств решения задач.

Данная программа не содержит задач по физическому развитию ребенка. **М.Д. Маханева** и доктор психологических наук **О.М.Дьяченко** в 2000 году в дополнение к программе разработали методические **рекомендации** по воспитанию здорового ребенка.

Они **содержат в себе:** общую характеристику средств, обеспечивающих здоровье ребенка и конкретные описания физкультурных занятий, проводимых в зале.

**М.Д.Маханевой** критикуется общепринятая система физического воспитания, «которая не может решить проблемы на современном этапе, так как не учитывает конкретных условий в детских учреждениях регионов России, не предусматривает дифференцированного подхода к детям в соответствии с их индивидуальными особенностями и здоровьем, не реализует потребности детей в движении».





Доктор психологических наук **В.Т.Кудрявцев** и кандидат педагогических наук **Б.Б.Егоров** определили идею комплексного междисциплинарного подхода к вопросу физического воспитания дошкольника, и в 2000 году возникла развивающая педагогика оздоровления.



***Программно-методическое пособие отражает 2 линии оздоровительно-развивающей работы:***

- приобщение к физической культуре;
- развивающая форма оздоровительной работы.

**Общая цель** данного программно-методического материала состоит в формировании двигательной сферы и создании психолого-педагогических условий развития здоровья детей на основе их творческой активности.





## ***Развивающая педагогика оздоровления***

состоит из 4 разделов и постепенно оформляется на стыке возрастной физиологии педиатрии, педагогики, детской психологии. Одним из зачинателей этого подхода был **Ю.Ф.Змановский**. Названному направлению присущ ряд отличительных черт:

1. Представление о здоровом ребенке как эталоне и практически достижимой норме детского развития.
2. Здоровый ребенок рассматривается в качестве «целостного телесно-духовного организма».
3. Оздоровление трактуется не как совокупность лечебно-профилактических мер, а как форма развития, расширения психофизиологических возможностей детей.
4. Индивидуально-дифференцированный подход является ключевым, системообразующим средством оздоровительно-развивающей работы с детьми.







Автор : кандидат педагогических наук, доцент **Н.Н.Ефименко**. Программа выпущена **в 1999** году и предназначена для детей дошкольного и младшего школьного возраста. В ней сформулированы основные принципиально новые системы физического воспитания и оздоровления детей первых 10 лет жизни. Автор предлагает превратить однообразные занятия в занятия – спектакли, дарящие детям радость и приносящие пользу их физическому, интеллектуальному развитию, формированию межличностных отношений.





В системе **Н.Н.Ефименко** можно выделить 10 профессиональных заповедей, которые отличают данную систему от других – Т.И. Осокиной, Е.А. Тимофеевой, Д.В. Хухлаевой, Ю.Ф. Змановского, Л.В. Карманова:

1. Следуй логике природы (педагогика должна быть естественной).
2. Физическое воспитание дошкольников должно происходить по развивающей спирали.
3. Педагогический спидометр, или О так называемых общеразвивающих упражнениях – подбирай подготовительную часть в соответствии с «эволюционной гимнастикой».
4. Деление занятия на 3 части должно быть не формальным, а по физиологической сути.
5. Театр физического воспитания дошкольников, играя – оздоравливать, играя – воспитывать, играя – развивать, играя – обучать.
6. Физическое воспитание «должно заряжать детей положительными эмоциями».
7. Двигательный портрет дошкольника «рисует» методика игрового тестирования.
8. Создавай тренажеры сам.
9. Здоровье здоровых требует профилактики и коррекции.
10. Через движение и игру – к воспитанию Человека будущего.





В программе **«Основы безопасности жизнедеятельности детей дошкольного возраста»**, разработанной кандидатами психологических наук **Н.Н.Авдеевой, Р.Б.Стеркиной** и кандидатом педагогических наук **О.Л.Князевой**, авторы отмечают, что безопасность и здоровый образ жизни – это не просто сумма усвоенный детьми знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных жизненных ситуациях, в том числе и неожиданных.

# ***Основное направление работы авторы предлагают строить по нескольким направлениям:***

1. Ребенок и другие люди.
2. Ребенок и природа.
3. Ребенок дома.
4. Эмоциональное благополучие ребенка.
5. Ребенок на улицах города.
6. Здоровье ребенка.

Содержание последнего раздела **«Здоровье ребенка»** представляет научный интерес, поскольку направлено на формирование у ребенка представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни. Ребенок должен знать свое тело, научиться заботиться о нем, не вредить своему организму.



# СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

**Технология** – системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения знаний с учетом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящий своей задачей оптимизацию форм образования (ЮНЕСКО).

**Педагогическая технология** – строго научное прогнозирование (проектирование) и точное воспроизведение педагогических действий, которые обеспечивают достижение запланированных результатов (В.А.Сластенин).

**Образовательная технология педагогики здоровьесбережения** – процесс воспроизведения педагогических действий из арсенала педагогического и методического инструментариев в рамках связи «Педагог – учащийся», осуществляемых посредством системного использования форм, средств и методов, которые обеспечивают достижение запланированных результатов с учетом целей и задач педагогики здоровьесбережения.

**Здоровьесберегающая технология** – 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 (ВОЗ).



***Здоровьесберегающие образовательные технологии*** наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей. Главный их признак – использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем. Их можно выделить в **три группы:**


- Организационно-педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующую предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;
- Психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми (сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса);
- Учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся.

***Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий зависит от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий дошкольного образовательного учреждения, профессиональной компетентности педагогов, а также показаний заболеваемости детей***




Виды здоровьесберегающих технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
-------------------------------------	-------------------------------	---------------------------------	---------------

## 1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья

<p>Стретчинг</p> 	<p>Не раньше, чем через 30 мин после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин со среднего возраста в физкультурном, музыкальном залах, групповой комнате, в хорошо проветриваемом помещении</p>	<p>Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием. Опасаться непропорциональной нагрузки на мышцы.</p>	<p>Руководитель физического воспитания.</p>
<p>Ритмопластика</p>	<p>Не раньше чем через 30 мин после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин со среднего возраста</p>	<p>Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка</p>	<p>Руководитель физического воспитания, музыкальный руководитель, педагог ДОУ</p>



<p>Динамические паузы</p> 	<p>Во время занятий, 2-5 мин по мере утомляемости детей</p>	<p>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</p>	<p>Воспитатели</p>
<p>Подвижные и спортивные игры</p>	<p>Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате – малой и со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех групп</p>	<p>Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используются лишь элементы спортивных игр</p>	<p>Воспитатели, руководитель физического воспитания</p>
<p>Релаксация</p>	<p>В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп</p>	<p>Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов и др.), звуки природы</p>	<p>Воспитатели, руководитель физического воспитания, психолог</p>

Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста индивидуально, либо с подгруппой ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Воспитатели, логопед
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 мин в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога	Все педагоги
Гимнастика дыхательная 	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги
Гимнастика бодрящая	Ежедневно после дневного сна, 5 – 10 мин	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное	Воспитатели

		<p>умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни комнаты в групповую комнату с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ</p>	<p>Воспитатели</p>
<p>Гимнастика корректирующая</p>	<p>В различных формах физкультурно-оздоровительной работы</p>	<p>Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей</p>	<p>Воспитатели, руководитель физического воспитания</p>
<p>Гимнастика ортопедическая</p>	<p>В различных формах физкультурно-оздоровительной работы</p>	<p>Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы</p>	<p>Воспитатели, руководитель физического воспитания</p>
<p><b>2. Технологии обучения здоровому образу жизни</b></p>			
<p>Физкультурное занятие</p>	<p>2- раза в неделю в спортивном или музыкальном залах,</p>	<p>Занятие проводится в соответствии с программой, по которой</p>	<p>Воспитатели, руководитель физического</p>


	1 раз в неделю на улице. Ранний возраст – 2 раза в неделю в групповой комнате – 10 – 15 мин; младший возраст - 15 – 20 мин; средний возраст – 20 – 25 мин; старший возраст – 25 – 35 мин.	работает ДОУ. Перед занятием необходима влажная уборка и проветривание помещения	воспитания
Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)	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	Воспитатели, психолог
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.	Воспитатели, психолог



Занятия из серии «Здоровье»	1 раз в неделю по 30 мин со старшего возраста	Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития	Воспитатели, руководитель физического воспитания, педагог - валеолог
Самомассаж	В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами, либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму	Воспитатели, старшая мед. сестра, руководитель физического воспитания
Точечный самомассаж 	Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды, в любое, удобное для педагога время, со старшего возраста	Проводится строго по специальной методике. Показан детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР - органов. Используется наглядный материал	Воспитатели, старшая мед. сестра, руководитель физического воспитания
Биологическая обратная связь	От 10-15 сеансов работы с компьютером по 10-15	Необходимы соблюдения правил	Педагог – валеолог,

(БОС)	в специальном помещении. Рекомендуется со старшего возраста	работы за компьютером. Рекомендуется специальная методика для дошкольников	специально обученный педагог
-------	--	---	------------------------------

### 3. Коррекционные технологии

Арттерапия	Сеансами по 10 – 12 занятий по 30 – 35 мин со средней группы	Занятия проводятся по подгруппам 10 – 13 человек, программа имеет диагностический инструментарий и предполагает протоколы занятий	Воспитатели, психолог
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.	Все педагоги 
Сказкотерапия	2 – 4 занятия в месяц по 30 мин со старшего возраста	Занятия используются для психологической, терапевтической и развивающей работы.	Воспитатели, психолог



		Сказку может рассказывать взрослый, может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является группа детей	
Технологии воздействия цветом	Как специальное занятие 2 – 4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач	Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьера ДОО. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка	Воспитатели, психолог
Технологии коррекции поведения	Сеансами по 10 – 12 занятий по 25 – 30 мин со старшего возраста	Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6 – 8 человек. Группы составляются не по 1 признаку – дети с разными проблемами занимаются в 1 группе.	Воспитатели, психолог



		Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический инструментарий и протоколы занятий	
Психогимнастика	1 – 2 раза в неделю со старшего возраста по 25 – 30 мин	Занятия проводятся по специальным методикам	Воспитатели, психолог
Фонетическая ритмика	2 раза в неделю с младшего возраста не раньше, чем через 30 мин после приема пищи. В физкультурном или музыкальном залах. В младшем возрасте – 15 мин; в старшем возрасте – 30 мин	Занятия рекомендованы детям с проблемами слуха, либо в профилактических целях. Цель занятий – фонетическая грамотная речь без движений	Воспитатели, руководитель физического воспитания, логопед

Целенаправленное и комплексное изучение  
состояния здоровья детей



Проблемы здоровья детей

---

Проблемы речи



Здоровье сберегающие технологии



Диагностика результативности работы



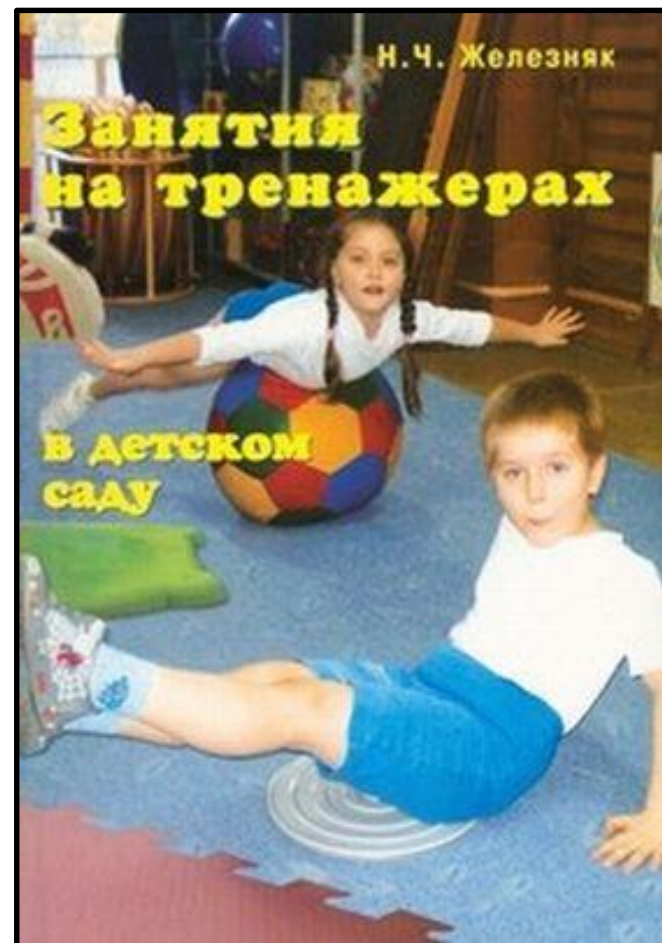
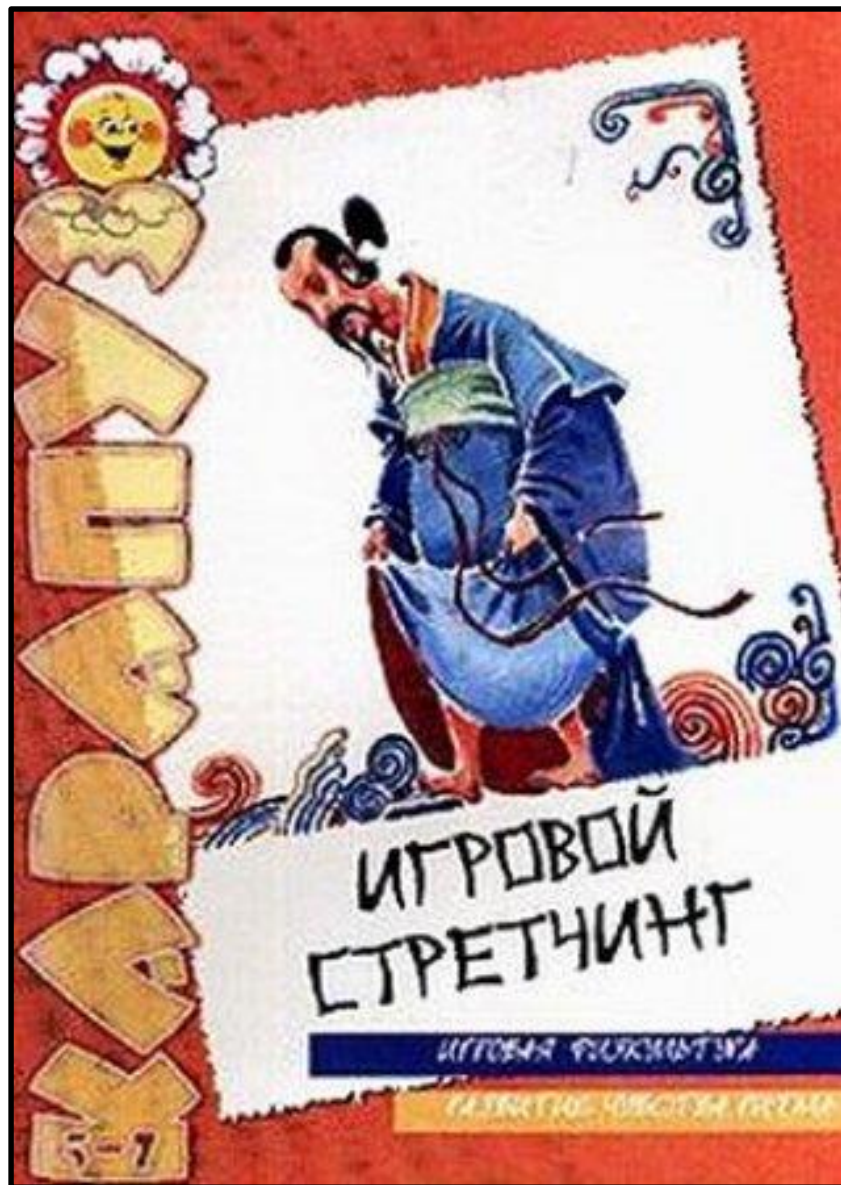
Перспективы работы



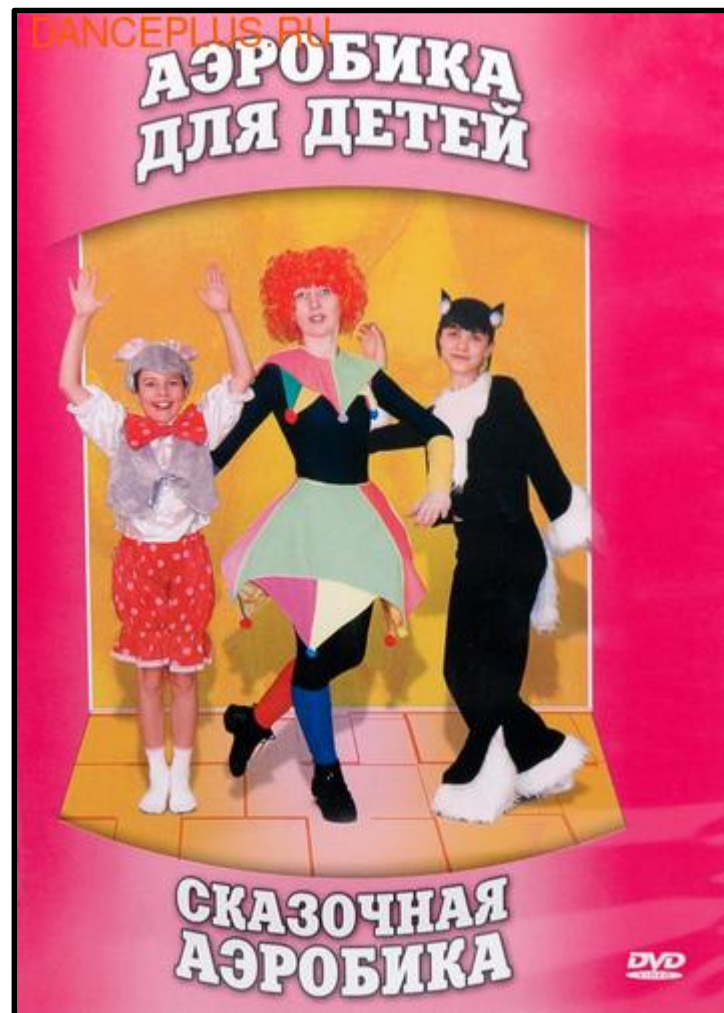
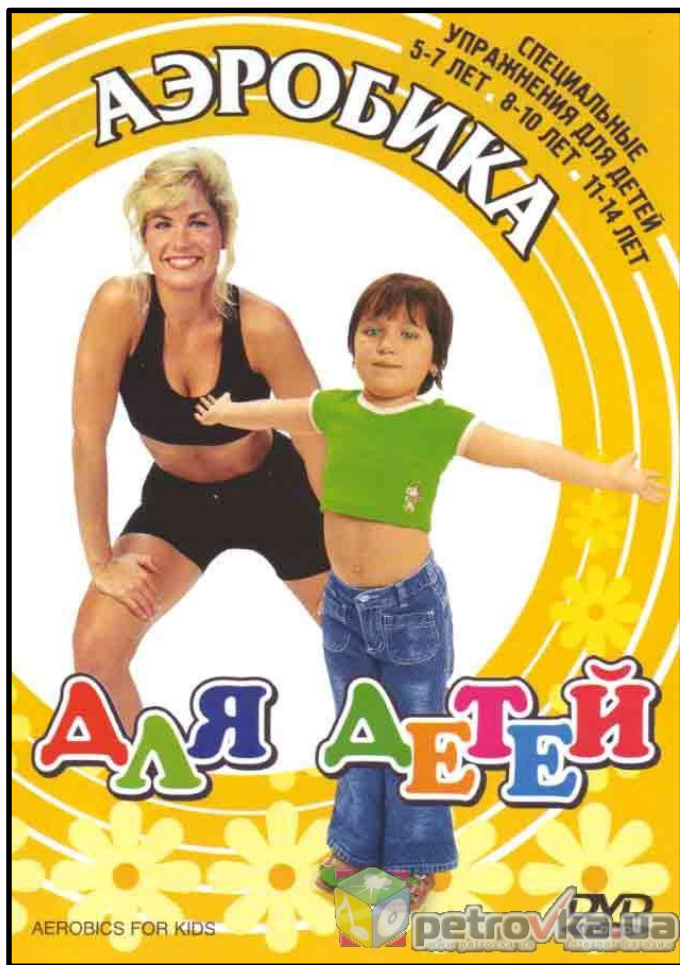








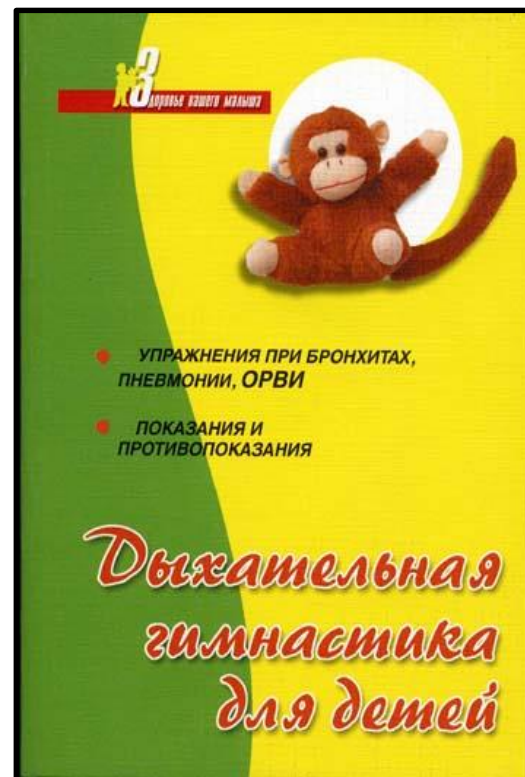
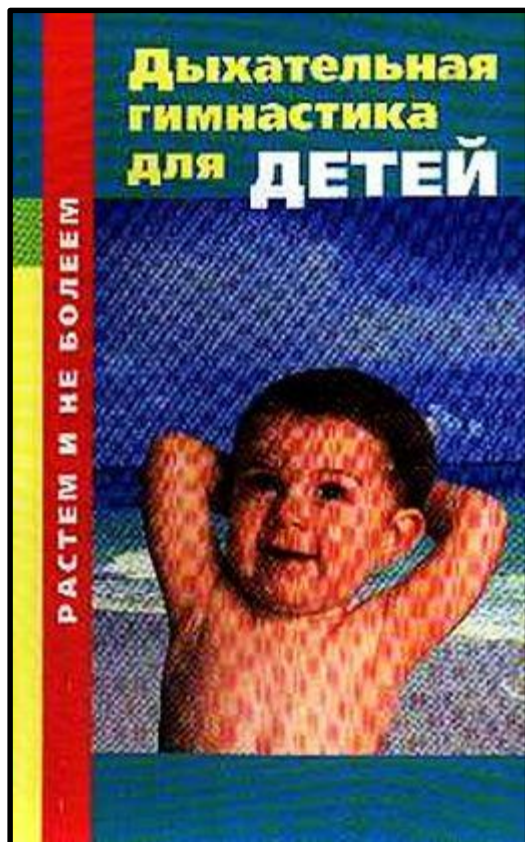
















ДЕТСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ

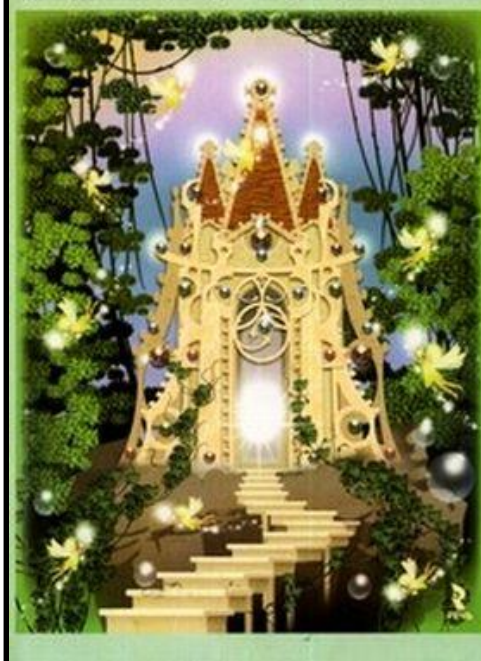
Л. М. КОСТИНА

ИНТЕГРАТИВНАЯ  
ИГРОВАЯ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ  
КОРРЕКЦИЯ



РЕЧЬ

НЕБЕСНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ А. Н. МАЛАХОВА  
Программа игротерапии для дошкольников



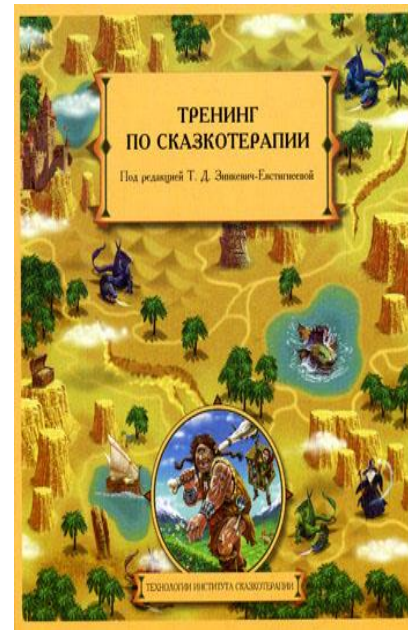
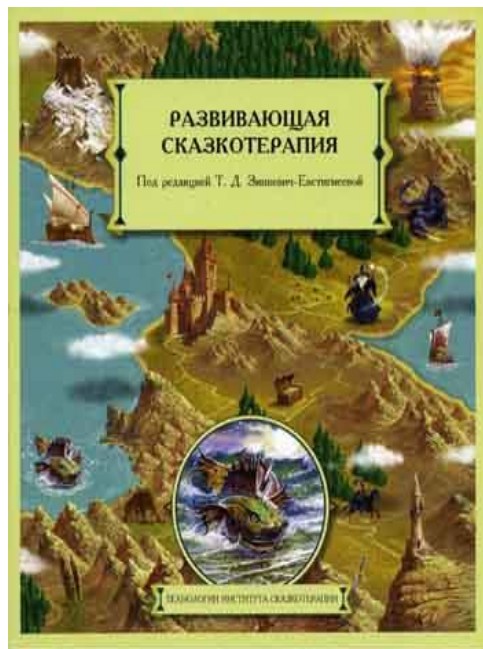
ИГРОТЕРАПИЯ  
и  
СКАЗКОТЕРАПИЯ:



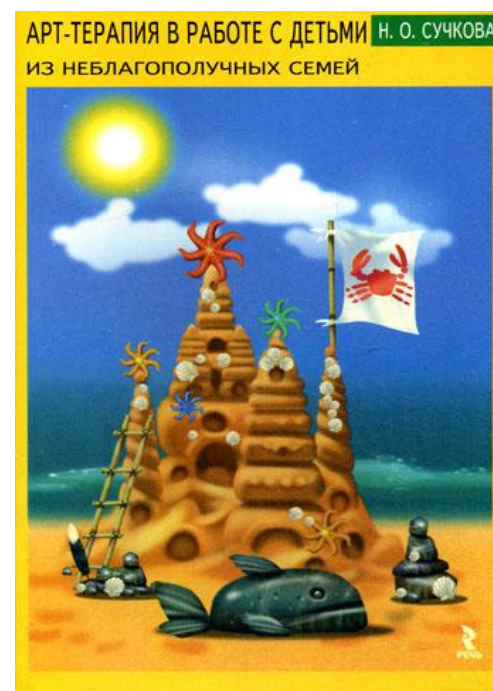
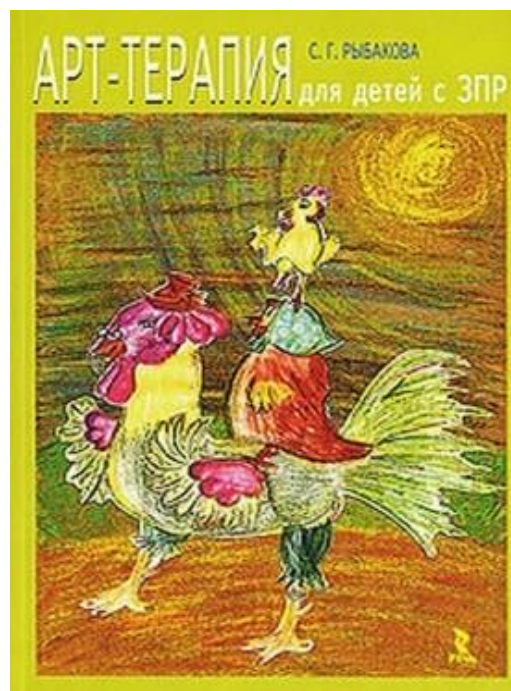
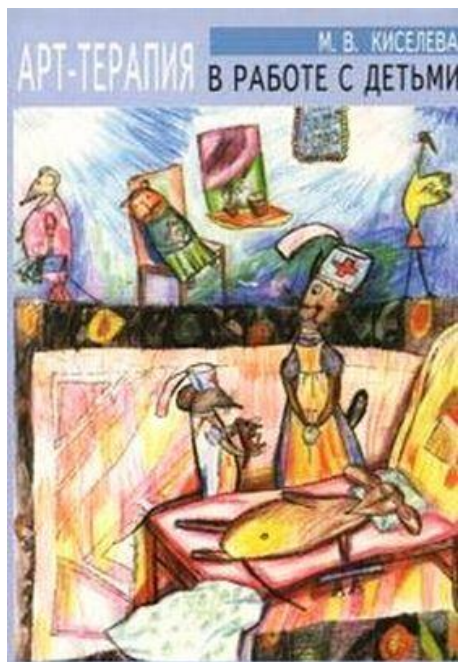
РАЗВИВАЕМСЯ ИГРАЯ













**Сметанкин Александр Афанасьевич –  
ученый-физиолог, президент  
Российской Ассоциации  
Биологической Обратной Связи**





Я хочу быть здоровым!

# ПРАВИЛЬНОЕ ДЫХАНИЕ



