**Современные здоровьесберегающие технологии оздоровительной направленности в рамках реализации ФГОС ДО используемые в образовательной деятельности МБДОУ «Детский сад №15 с. Октябрьское» в рамках пилотной площадки с приоритетным направлением: Физкультурно – оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста на основе современных нетрадиционных технологий здоровьесбережения.**

Подготовила старший воспитатель МБДОУ №15. 2015г.

**1.Технологии сохранения и стимулирования здоровья**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Виды здоровьесберегающих педагогических технологий** | | **Время проведения в режиме дня** | | **Особенности методики проведения** | | **Ответственный** |
| **Стретчинг** | | Не раньше чем через 30 минут после приема пищи, 2раза в неделю по 30 минут со среднего возраста в физкультурном или музыкальном залах, либо в групповой комнате, в хорошо проветренном помещении. | | Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием. Опасаться непропорциональной нагрузки на мышцы. | | Руководитель физического воспитания или воспитатель |
| **Ритмопластика** | | Не раньше чем через 30 минут после приема пищи, 2раза в неделю по 30 минут со среднего возраста в физкультурном или музыкальном залах. | | Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка. | | Руководитель физического воспитания, музыкальный руководитель, воспитатель. |
| **Динамические паузы** | | Во время занятий, 2-5минут; 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 деятельности. | | Воспитатели |
| **Подвижные игры и спортивные игры** | | Как часть физкультурного занятия на прогулке, в групповой комнате, со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп. | | Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. | | Воспитатели, руководитель физического воспитания. |
| **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. | | Воспитатели, руководитель физического воспитания. |
| **Гимнастика пальчиковая** | | С младшего возраста индивидуально, либо с подгруппой ежедневно. | | Рекомендуется всем детям с речевыми проблемами. Проводится в любой отрезок времени. | | Воспитатели |
| **Гимнастика для глаз** | | Ежедневно по 3-5 минут, в любое свободное время, в зависимости зрительной нагрузки с младшего возраста. | | Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога. | | Воспитатели |
| **Гимнастика дыхательная** | | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы. | | Обеспечить проветривание помещения, педагог дает детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры. | | Воспитатели, руководитель физического воспитания |
| **Гимнастика бодрящая** | | Ежедневно после дневного сна 5-10 минут | | Форма проведения различна: упражнения на кроватках; обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие процедуры в зависимости от условий ДОУ. | | Воспитатели |
| **Гимнастика корригирующая** | | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы. | | Форма проведения зависит от поставленной цели, задачи и контингента детей. | | Воспитатели, руководитель физического воспитания |
| **Гимнастика ортопедическая** | | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы. | | Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы. | | Воспитатели, руководитель физического воспитания |
| **Технологии эстетической направленности** | | Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр. , оформлении помещений к праздникам и др. Для всех возрастных групп. | | Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса. | | Все педагоги ДОУ |
| **Гимнастика ортопедическая** | | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы. | | Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы. | | Воспитатели, руководитель физического воспитания. |
| **2.Технологии обучения здоровому образу жизни** | | | | | | |
| **Физкультурное занятие** | 2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Ранний возраст -в групповой комнате, 10 минут. Младший возраст -15-20мин.; средний возраст-20-25мин.; старший возраст -25-30мин. | | Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение. | | Воспитатели, руководитель физического воспитания. | |
| **Проблемно – игровые**  **( игратреннинги и игратерапия)** | В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от поставленных педагогом задач. | | Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс деятельности. | | Педагог – психолог, воспитатели | |
| **Коммуникативные игры** | 1-2 раза в неделю по 30 минут со старшего возраста. | | Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, изобразительная деятельность, кругозор и другие. | | Воспитатели | |
| **Занятия из серии «Здоровье без лекарств».** | 1 раз в неделю по 30 минут со старшего возраста. | | Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития. | | Воспитатели | |
| **Самомассаж** | В зависимости от поставленных педагогом целей, сеансами либо в различных формах физкультурно – оздоровительной работы. | | Необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму. | | Воспитатели, медсестра, руководитель физического воспитания | |
| **Точечный самомассаж** | Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего возраста. | | Проводится по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР- органов. Используется наглядный материал. | | Воспитатели, медсестра, руководитель физического воспитания | |
| **Занятия по валеологии** | 1-2 раза в месяц, с младшего возраста. | | В качестве познавательного развития. | | Воспитатели, педагог-валеолог | |
| **Биологический обратная связь (БОС)** | От 10 до 15 сеансов работы с компьютером по 5-10 мин. в специальном помещении. Рекомендуется со старшего дошкольного возраста. | | Необходимы соблюдение правил работы за компьютером. Рекомендуется специальная методика для дошкольников. | | Педагог – валеолог, специально обученный педагог | |
| **3.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 настроя. | | Воспитатели | |
| **Сказкатерапия** | 2 занятия в месяц по 30 минут 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, а группа детей. | | Воспитатели, педагог-психолог | |
| **Технологии воздействия цветом** | Как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач. | | Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка. | | Воспитатели, педагог-психолог | |
| **Технологии коррекции поведения** | Сеансами по 10-12 занятий по 25-30 минут со старшего возраста | | Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек. Группы составляются не по одному признаку – дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся в игровой форме, содержат диагностические данные и протоколы занятий. | | Воспитатели, педагог-психолог | |
| **Психогимнастика** | 1-2 раза в неделю со старшего дошкольного возраста по 25-30 минут. | | Занятия проводятся по специальным методикам. | | Воспитатели, педагог-психолог | |
| **Фонетическая ритмика** | 2 раза в неделю с младшего возраста не раньше чем через 30 минут после приема пищи. В физкультурном или музыкальном залах. Младший возраст-15 минут; средний-20 минут; старший-30 минут. | | Занятия рекомендованы детям с проблемами слуха либо в профилактических целях. Цель занятий – фонетическая грамотная речь без движений. | | Воспитатели, руководитель физического воспитания, логопед | |
| **Арттерапия** | Сеансами по 10 – 12 занятий по 30 - 35 минут, со средней группы. | | Занятия проводят по подгруппам 10 – 13 человек, программа имеет диагностический инструментарий и предполагает протоколы занятий. | | Воспитатели, психолог | |

**Методические рекомендации**:

*1.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*

*2.Применение в ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников*

*- если будут созданы условия для возможности корректировки технологий, в зависимости от конкретных условий и специализации ДОУ;*

*- если, опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; будут сформированы положительные мотивации у педагогов ДОУ и родителей детей.*