

Здоровьесберегающие технологии на занятиях по физической культуре в Доме ребёнка



КУ ХМАО-Югра «Урайский
специализированный Дом ребёнка»
Самусева Татьяна Владимировна.

Забота о здоровье-это важнейший труд
педагога.

От жизнирадостности , бодрости детей
зависит их духовная жизнь, мировоззрение,
умственное развитие, прочность знаний,
вера в свои силы.

(В.А. Сухомлинский.)

Здоровье – это состояние полного физического , психического и социального благополучия , а не просто отсутствие болезней или физических дефектов .

(Всемирная организация
здравоохранения .)

Здоровьесберегающая технология –

это система мер, которая направлена на взаимодействие всех факторов образовательной среды и способствующая сохранению здоровья ребенка.

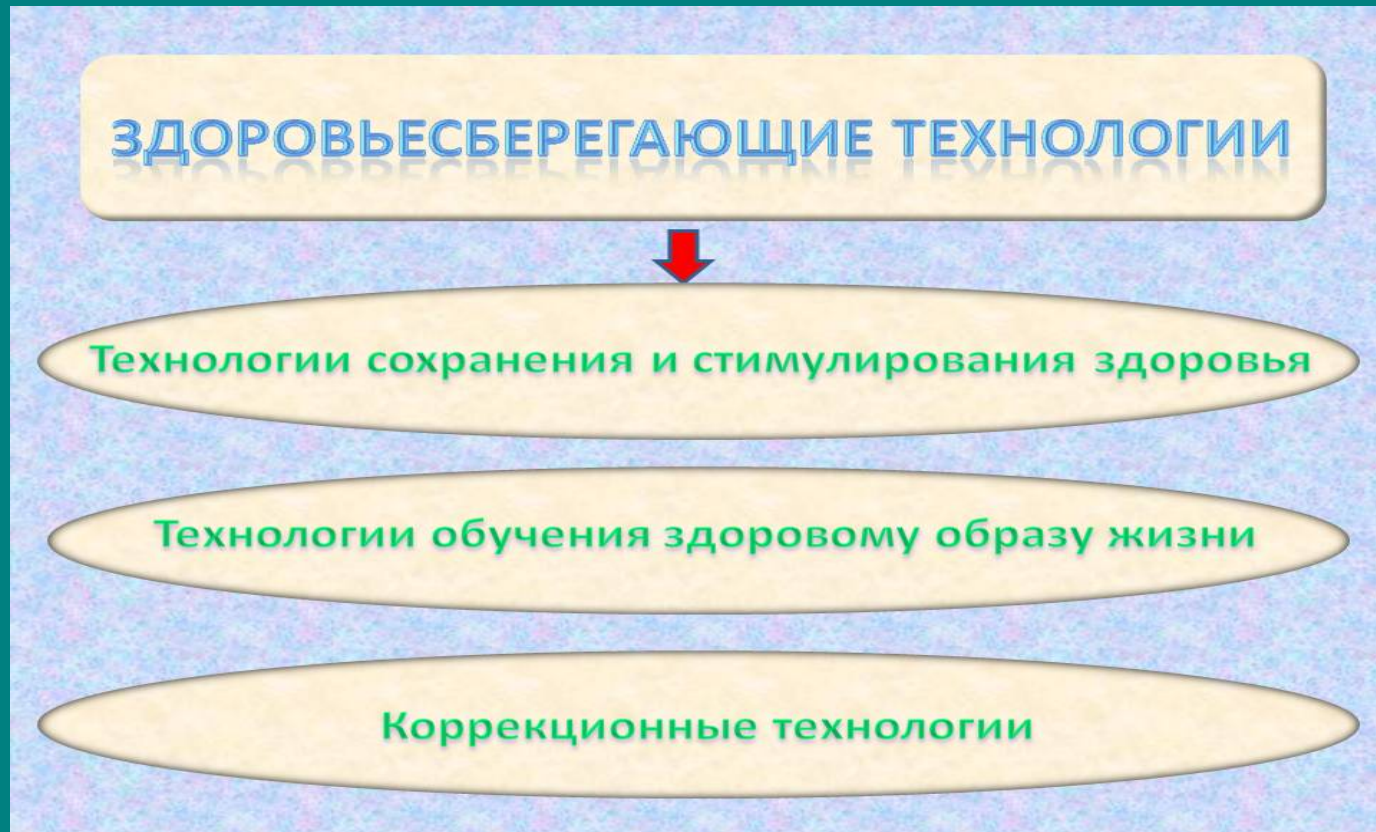
Цель здоровьесберегающих технологий:

обеспечить ребенка необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья.

Задачи здоровьезбережения:

1. Создание комфортных условий для развития ,обучения и оздоровления детей.
2. Сохранение здоровья и повышение умственной и двигательной активности детей.
3. Создание положительного эмоционального настроения детей, снятие психофизического напряжения

Здоровьесберегающие технологии – это технологии направленные на сохранения и укрепление здоровья.



Технологии обучения здоровому образу жизни:

- утренняя гимнастика;
- физкультурные занятия;
- ритмика;
- беседы из серии «Здоровье»;
- точечный самомассаж;
- дидактические игры.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- стретчинг;
- динамические паузы;
- подвижные и спортивные игры;
- релаксация;
- гимнастика пальчиковая;
- гимнастика для глаз;
- гимнастика дыхательная;
- гимнастика бодрящая;
- гимнастика корригирующая.

Применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий способствует:

- повышению результативности образовательного процесса;
- формированию у педагогов и родителей ценностных ориентаций сохранения и укрепления здоровья детей;
- формированию у ребенка стойкой мотивации к творчеству и здоровому образу жизни.

Формы организации здоровьесберегающей работы



Физкультурное занятие:
проводится в соответствии с программой и
утверждённым двигательным режимом.



Занятия из серии «Уроки здоровья»



Занятия из серии здоровье:

- точечный самомассаж ,проводится строго по специальной методике с использованием специального инвентаря



Подвижные и спортивные игры :

подбираются в соответствии с возрастом ребёнка и
учетом особенностей детей с задержкой речевого
развития

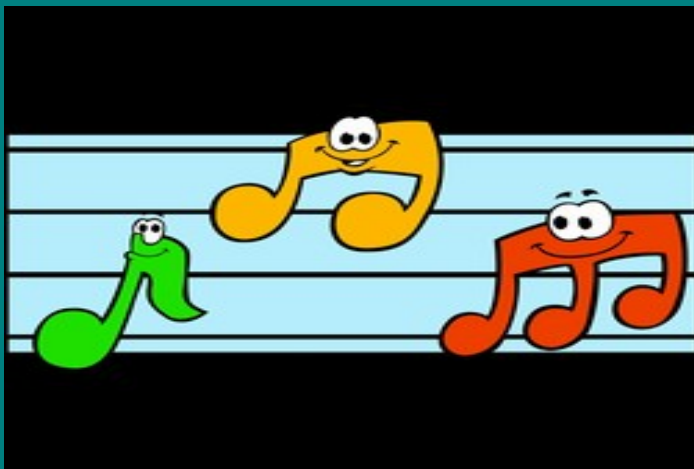


Бодрящая гимнастика, закаливание



Релаксация

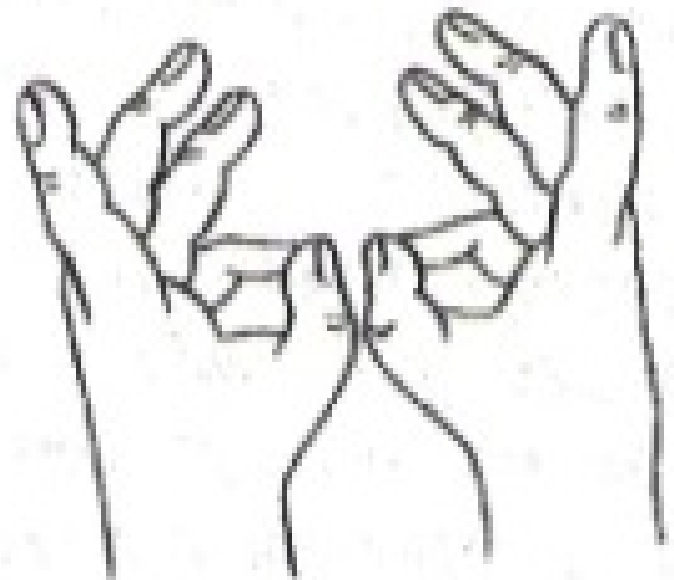
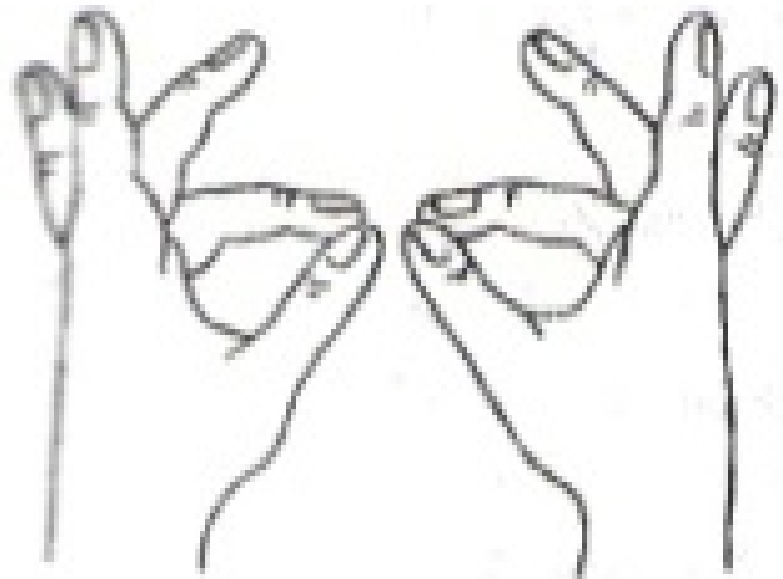
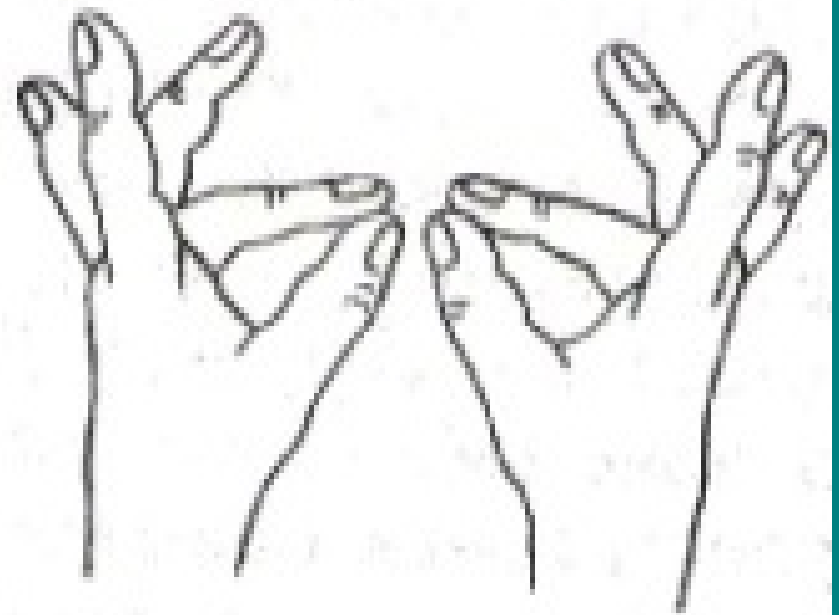
Используется спокойная классическая музыка

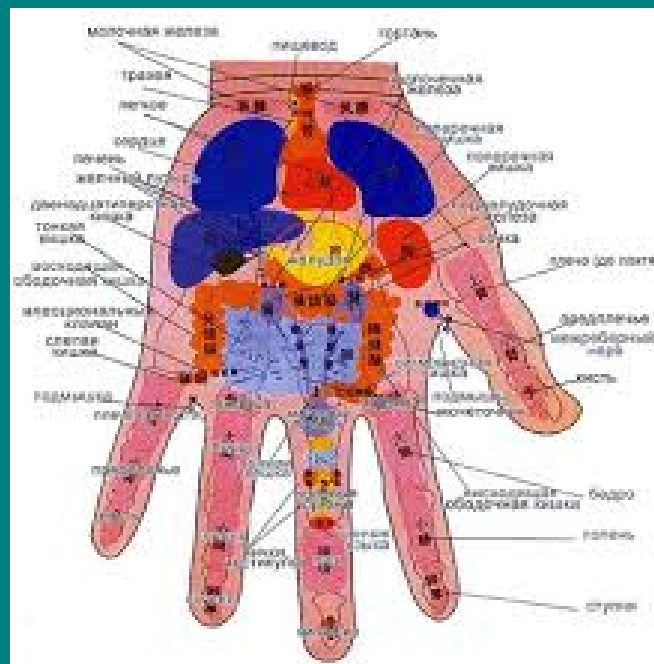


Пальчиковая гимнастика:

рекомендована всем детям ,в особенности с речевыми проблемами.







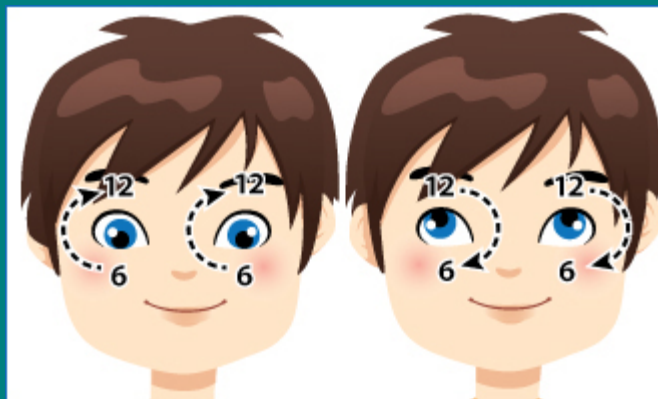
Дыхательная гимнастика

способствуют полноценному физическому развитию,
являются профилактикой заболеваний дыхательной системы, укрепляют и развивают мышцы,
улучшают дыхание, активно влияют на кровообращение.



Гимнастика для глаз

для проведения рекомендовано использовать игры и наглядный материал



Применение в работе дошкольном учреждении 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 дошкольного учреждения; 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 дошкольного учреждения и родителей детей.

Будьте здоровы!

