

**ГМО воспитателей групп старшего дошкольного возраста ДОО
2021-2022 учебный год**

Тема презентации:

**«Формирование осмысленного отношения к здоровью у
детей старшего дошкольного возраста, посредством
использования здоровьесберегающих технологий в
режимных моментах»**



**Выполнила:
воспитатель группы старшего дошкольного
возраста**

**Таратун Елена Александровна
Стаж работы – 35 лет
МБДОУ «Детский сад №50»
г. Дзержинск**

Актуальность



- Необходимость заложить начальные представления о здоровом образе жизни (ФГОС ДО п.1.6)
- Необходимость формирования фундамента физического и психического здоровья детей и эмоционального благополучия (ФГОС ДО п.1.6)
- Потребность в формировании сознательного и ответственного отношения к своему здоровью как к общественной ценности не только у детей, но и у родителей (законных представителей) (ФГОС ДО п.1.6)

Противоречия



Отсутствие системы применения здоровьесберегающих технологий в семье и ДОУ



Необходимость поиска эффективных средств работы по формированию осознанного отношения детей старшего дошкольного возраста к своему здоровью

Здоровьесберегающие

технологии

—

это система мер по охране и укреплению здоровья детей, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития.



**Сухомлинский В.А. «Я не боюсь ещё и ещё раз повторять:
забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»**

Цели и задачи педагогической деятельности

Цель:

Создание системы работы по формированию осознанного отношения к здоровью у детей старшего дошкольного возраста посредством использования здоровьесберегающих технологий в режимных моментах.

Задачи:

1. Содействовать формированию знаний, умений и навыков здорового образа жизни у детей.
2. Способствовать формированию осознанного отношения к своему здоровью.
3. Способствовать формированию у детей здоровьесберегающего поведения в специально созданных условиях и жизненных ситуациях.
4. Обогатить РППС авторскими пособиями для развития дыхания, для снятия зрительного напряжения, карточками дыхательных и зрительных гимнастик, карточками подвижных игр.
5. Способствовать повышению педагогической компетентности родителей по формированию сознательного отношения детей к своему здоровью через использование здоровьесберегающих технологий в семье.

Направления работы

Работа с детьми

Взаимодействие с родителями

Обогащение РППС

Этапы работы

Организацiонный

- Изучение ФГОС ДО
- Анализ заболеваемости детей, отношения ребенка к своему здоровью и ЗОЖ
- Анкетирование родителей по здоровьесбережению
- Разработка плана внедрения оздоровительных мероприятий с детьми старшего дошкольного возраста
- Обогащение развивающей предметно – пространственной среды

Практический

- Реализация плана оздоровительных мероприятий
- Осуществление тесного контакта воспитателя с семьями воспитанников

Результативный

- Повторный анализ заболеваемости детей, отношения ребенка к своему здоровью и ЗОЖ
- Анкетирование родителей по здоровьесбережению

План внедрения оздоровительных мероприятий с детьми старшего дошкольного возраста.

Месяц	Виды технологий	Комплекс	Задачи
Сентябрь	Пальчиковая гимнастика	«Мы капусту рубим»	Развитие мелкой моторики
	Гимнастика для глаз	“Весёлая неделька”	проводится в целях предупреждения утомления глаз, для укрепления глазных мышц и снятия напряжения.
	Физкультминутки	«Золотая осень»	Повысить или удержать умственную работоспособность детей на занятиях (по счету, развитию речи и т. п.), обеспечить кратковременный активный отдых для дошкольников
	Арттерапия	«Рисование ладошками осенних листьев»	Снижение импульсивности, тревоги, агрессии.
	Гимнастика пробуждения	Комплекс №1	Способствовать пробуждению после дневного сна. Предотвращать простудные заболевания. Укрепить дыхательный тракт. Воспитывать бережное отношение к своему телу. Дать заряд бодрости на вторую половину дня.
	Дыхательная гимнастика	«Трубач».	Развитие дыхательной мускулатуры
	Самомассаж	«Утка и кот» Массаж биологически активных зон для профилактики простудных заболеваний	Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма.
	Сказкотерапия	«Вежливая сказка». «Вини-Пух идёт в гости»	Она дает ребенку возможность эмоционально пережить последствия соблюдения и нарушения норм общественного поведения

Развивающая предметно-пространственная среда

Физкультурный уголок



Лепбук «Чемодан здоровья»



Дидактические игры



«Распорядок дня»



«Полезное и вредное»



«Что лишнее?»

Авторские дидактические пособия



Картотека загадок



Кубик эмоций



Картотеки гимнастик, подвижных игр, раскраски



Тренажеры для глаз

Технологии сохранения и стимулирования здоровья

➤ Прогулки



➤ Закаливающие процедуры КГН



➤ Двигательные упражнения



Технологии сохранения и стимулирования здоровья



➤ **Физкультминутки**



➤ **Подвижные игры**



➤ **Динамические паузы**

- Гимнастика для глаз
- Динамические паузы (минуты шалости)
- Пальчиковая гимнастика
- Массаж массажными мячиками
- Физкультминутки
- Дыхательная гимнастика
- Подвижные оздоровительные игры
- Оздоровительная гимнастика после сна
- Закаливающие процедуры КГН

Технологии обучения здоровому образу жизни

Утренняя гимнастика



Физкультурные и познавательные занятия



Технологии обучения здоровому образу жизни

Занятие «Витаминный салат»



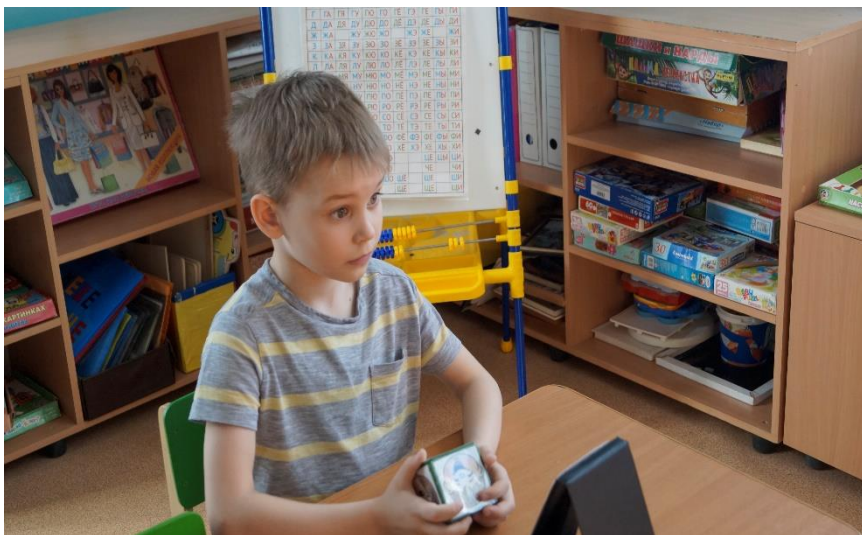
Огород на окне



Дидактическая игра «Полезное и вредное»



Технологии терапевтического воздействия в организованных формах обучения.



**Дидактическое упражнение
«Эмоции»**

Физкультурные досуги



Взаимодействие с родителями

- Анкетирование родителей на выявление уровня знаний о здоровье и здоровом образе жизни
- Беседа «Для чего нужна пальчиковая гимнастика?»
- Мастер – класс «Использование массажного мяча в комплексе с пальчиковой гимнастикой».
- Опрос «Условия здорового образа жизни в семье»
- Родительское собрание в нетрадиционной форме «Правильное питание – залог здоровья!»
- Акции «Я, за здоровый образ жизни!»
- Совместный проект «Витамины круглый год»
Изготовление витаминных салатов



Результаты работы

Активное участие
родителей в
мероприятиях
детского сада

Снизилась
детская
заболеваемость

Дети научились
определять свое
состояние и
ощущения. Знают,
что полезно и что
вредно для
организма

Дети понимают
необходимость
бережного
отношения к
своему здоровью.

Вывод:

Внедрение системы мероприятий по формированию у детей старшего дошкольного посредством использования здоровьесберегающих технологий в режимных моментах помогает осмысленно относиться к своему здоровью.

Литература

- Алямовская В.Г. «Как воспитать здорового ребенка»/ В.Г. Алямовская. -М., 1999г.
- Бойко Е.А. «Энциклопедия дыхательной гимнастики»
- Борисова М.М. «Малоподвижные игры и игровые упражнения»
- Гаврилова Н.Н., Микляева Н.В. Педагогические ситуации как средство активации здоровьесберегающей среды ДООУ: Методическое пособие.-2010.
- Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДООУ: Методическое пособие.- 2008.
- Дергунская В.А. Диагностика культуры здоровья дошкольников»
- Журналы «Здоровье дошкольника» №4- 2010, №4- 2008
- Змановский, Ю.Ф. Воспитываем детей здоровыми / Ю.Ф.Змановский. –М., 1989
- Калмыкова Л.Л. Картотека тематических пальчиковых игр: Здравствуй, пальчик! Как живешь? Учитель 2018 г.
- Николаева Е.И., Федорук В.И., Захарина Е.Ю. Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада: Методическое пособие.- 2015
- Радионова Л.В. Здоровьесберегающие технологии в дошкольных образовательных учреждениях: Учебное пособие. — Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. гуманит. ун-та, 2011.
- Узорова О.В., Е.А.Нефедова «Пальчиковая гимнастика»
- Ульева Е. А. « Пальчиковые игры для детей 4-7 лет. Пособие для педагогов и родителей. Мозаика – Синтез 2012 г.
- Харченко Т. Е.: Бодрящая гимнастика для дошкольников. ФГОС Детство – пресс 2019 г. Шарыгина, Т.А. Беседы о здоровье: методическое пособие / Т.А. Шарыгина. М., 2005
- **Электронные ресурсы:**
- Формирование ЗОЖ у детей дошкольного возраста [Электронный ресурс] <https://dohcolonoc.ru/doklady-pedsovety-v-dou/5351-formirovanie-zdorovogo-obraza-zhizni-u-detej-doshkolnogo-vozrasta.html>
- Физкультурно-оздоровительная работа вне занятий [Электронный ресурс] <https://dohcolonoc.ru/fizicheskoe-vospitanie/12721-fizkulturno-ozdorovitel'naya-rabota-v-dou-vne-zanyatij.html>
- Современные формы работы с родителями [Электронный ресурс] <http://www.vseodetishkax.ru/rabotnikam-doshkolnogo-obrazovaniya/112-sotrudnichestvo-pedagogov-i-roditelej-/798-sovremennye-formy-raboty-s-roditelyami-v-doshkolnom-uchrezhdenii>