Структура

здоровьесбергающего процесса

Диагностика

Составление группового портрета здоровья. Разбивка на подгруппы.

Разработка индивидуального маршрута для детей по различным видам патологии

Профилактика, оздоровление и физическое развитие

Адаптационные

мероприятия

Сбалансированное

питание

Оптимизация двигательного режима

Ароматерапия и

аэроионизация воздуха

Оксигенотерапия

(кислородный коктейль)

Закаливание

Физиотерапия

Фитотерапия

и фитопрофилактика

Массаж

(водный, точечный)

Праздники

и развлечения

Экология эмоционального здоровья

Образование и развитие

Валеологизация

образовательного процесса

Формирование основ здорового образа жизни

Привитие культурно-гигиенических навыков

Взаимодействие

 с семьей, социальными институтами

Работа

с персоналом

Модель полноценного здоровья

Здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.



 ребенок

* Освоение ценностей культуры
* Освоение нравственных норм и правил
* Формирование высоконравственных начал
* Создание эмоционального благополучия
* Широкое использование игр и возможностей проявления индивидуальных наклонностей для формирования положительных эмоций
* Создание атмосферы педагогической защищенности
* Потребность в здоровом образе жизни
* Формирование мотивации к здоровью
* Развитие физических качеств
* Оздоровительно-коррекционная работа
* Использование комплекса педагогических условий

Здоровьесберегающие технологии

Полноценное здоровье ребенка дошкольника и культивирование у него основ здорового образа жизни являются приоритетными. Для осуществления процесса здороьесбережения и здоровьеобогащения, направленного на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка в нашем ДОУ используются следующие здоровье сберегающие технологии:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Виды здоровьесбере-гающих педагогических технологий | Время проведения в режиме дня | Особенности методики проведения |
| **Динамические паузы. «Час двигательного творчества»** | Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей | Проводится для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия |
| **Подвижные и спортивные игры** | Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп | Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем элементы спортивных игр. |
| **Релаксация. ( С фитотерапией и фитопрофила-** **ктикой)** | В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп | Используем спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы |
| **Технологии эстетической направленности. Театральная студия «Гномики»** | Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др. Дополнительные услуги «Театральная студия».   | Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса |
| **Гимнастика пальчиковая** | С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно | Проводится со всеми детьми, особенно с речевыми проблемами, в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время) в группе и на логопедических занятиях. |
| **Гимнастика дыхательная** | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Обеспечивается проветривание помещения, педагог дает детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.  |
| **Гимнастика бодрящая** | Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. | 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. |
| **Гимнастика корригирующая. «Школа КАРАТЭ»** | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Проводится в зависимости от поставленной задачи и контингента детей. |
| **Ритмопластика. «Восточные танцы для маленьких принцесс».** | Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста | Обращается внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка |
| **Стретчинг. «Школа мяча», «Школа здоровья»** | Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста в физкультурном или музыкальном залах либо в групповой комнате, в хорошо проветренном помещении | Проводится с детьми с вялой осанкой и плоскостопием. Работаем над равномерным пропорциональным распределением нагрузки на мышцы. |
| **Гимнастика ортопедическая. «Дорожки здоровья»** | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Проводится со всеми детьми, особенно рекомендуем детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы.  |
| **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 |
| **Точечный самомассаж (в сочетании с ароматерапией и аэроионизацией воздуха)**  | Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего возраста.  | Проводится строго по специальной методике для детей с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов. Используется наглядный материал. |
| **Сказкотерапия. (с использованием соляных ламп)** | 2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста | Занятия проводятся для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку рассказывает взрослый, либо это групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей |
| **Проблемно-игровые занятия (игротреннинги и игротерапия)** | В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом   | Занятие организуется не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности. |

Организация здоровьесберегающего процесса

Заведующая МБДОУ № 62

Спортивные мероприятия, праздники, «Весёлые старты» и т.п.

Прогнозирование

Организационное, нормативно правовое обеспечение физической культуры, культуры здоровья и спорта

Контроль за профилактикой и физкультурно-оздоровительным процессом

Сопровождение адаптационных и оздоровительных мероприятий

Организация профилактики, оздоровления, ЛФК

Мониторинг физического развития

Физкультурно-оздоровительные платные дополнительные образовательные услуги

Программное и методическое обеспечение

Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня

Мониторинг физического здоровья воспитанников

Научно-методическая, информационная деятельность

Инструктор ФИЗО

(физкультурно-оздоровительная

работа)

Заместитель заведующей УВР (координация и научно-методическое обеспечение)

Медицинская сестра

(профилактика и медицинское сопровождение)