

Здоровьесберегающие технологии, используемые в детском саду

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
<i>Утренняя гимнастика</i>	Ежедневно, в теплый период года на улице	Традиционная, в форме подвижных игр, танцевально-ритмическая, оздоровительный бег с комплексом упражнений.	Воспитатели
<i>Физминутки</i>	Ежедневно на занятиях с интенсивной умственной деятельностью	Рекомендуются для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида НОД	Воспитатели
<i>Динамические паузы</i>	Ежедневно между занятиями		
<i>Подвижные и спортивные игры</i>	Ежедневно для всех возрастных групп. Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности.	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используют лишь элементы спортивных игр	Воспитатели
<i>Релаксация</i>	Ежедневно в зависимости от состояния детей и целей работы, педагог определяет интенсивность технологии.	С использованием спокойной классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы	Воспитатели, педагог- психолог
<i>Пальчиковая гимнастика</i>	Ежедневно индивидуально либо с подгруппой	Проводится в разных режимных моментах, в том числе в НОД. Рекомендуются всем детям, особенно с речевыми проблемами с целью:	Воспитатели, учитель- логопед, музыкальный руководитель, педагог-психолог.

		-развития речи; -развитие точности и координации движений, ритмичности и гибкости пальцев рук; -развитие умения сочетать движения пальцев рук со словесным проговариванием;	
<i>Гимнастика для глаз</i>	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога	Воспитатели, учитель- логопед, педагог-психолог
<i>Дыхательная гимнастика</i>	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Воспитатели, учитель- логопед, музыкальный руководитель, педагог-психолог
<i>Гимнастика после сна</i>	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, ходьба по дорожкам «здоровья»; Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и Стретчинг (растяжка), самомассаж.	Воспитатели
<i>Корригирующая гимнастика</i>	Ежедневно в различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Рекомендована детям для профилактики нарушений осанки и плоскостопия	Воспитатели
<i>ЛФК</i>	2 раза в неделю (вторник, пятница).	Рекомендовано детям с плоскостопием и нарушением осанки	Старшая медсестра

2. Технологии обучения здоровому образу жизни

<i>НОД в физкультурном зале</i>	2 раза в неделю длительностью: младший возраст- 15-20 мин., средний возраст - 20-25 мин., старший возраст - 25-30 мин.	НОД проводятся в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей, форма одежды – облегченная, перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение	Воспитатели
<i>НОД из серии «Здоровье»</i>	1 раз в неделю по 30 мин. со ст. возраста	НОД проводятся в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей, включают в себя: -использование художественного слова потеме: рассказ воспитателяили беседа, сказка, стихотворение, пословицы, загадки и др. -наглядного материала потеме; -Выполнение физических упражнений по карточкам; -Подвижную игру; -Итог.	Воспитатели
<i>Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)</i>	В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом	Работа с детьми может быть организована незаметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности	Воспитатели, педагог- психолог
<i>Коммуникативные игры</i>	1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста	Работа с детьми строится по определенной схеме и состоит из нескольких частей. В неё входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, НОД рисованием, лепкой и др.	Воспитатели, педагог-психолог

Точечный самомассаж	Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды со старшего возраста	Проводится строго по специальной методике. Показан детям с целью профилактики заболеваний. Рекомендовано использование наглядного материала	Воспитатели, ст. медсестра,
3. Коррекционные технологии			
Арттерапия (лечение искусством) :	Ежедневно в различных формах работы либо отдельные занятия 2- 4 раза в месяц	Занятия проводят по подгруппам 10-13 человек или индивидуально программа имеет диагностический инструментарий по плану работы	
• Музыкотерапия		Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр. Используется в разных режимных моментах и в НОД	Воспитатели, учитель- логопед, музыкальный руководитель, педагог-психолог
• Сказкотерапия		1-й этап - чтение сказки и беседу с детьми по ее содержанию; 2-й этап – распределение ролей для проигрывания эпизодов сказки, психогимнастику, психокоррекционную работу и рисование или изготовление поделок по мотивам сказок.	Воспитатели, педагог-психолог
		Используется в разных режимных моментах и в НОД	

• <i>Цветотерапия</i>		Необходимо уделять особое внимание цветовой гамме интерьеров ДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка	Воспитатели, педагог-психолог
• <i>Изотерапия</i>		Рисование, лепка развивает чувственно-двигательную координацию, связаны с важнейшими психическими функциями. Рекомендованы использование нетрадиционной техники рисования. Используется в разных режимных моментах и в НОД	Воспитатели, педагог-психолог
<i>Фонетическая ритмика</i>	Ежедневно	Коррекционно-развивающая работа проводится в разных режимных моментах или как часть НОД подгруппами или индивидуально. Рекомендованы в работе с детьми для формирования фонетически правильно оформленной речи на основе сочетания движения с произношением	Воспитатели, учитель-логопед, музыкальный руководитель.
<i>Артикуляционная гимнастика</i>	Ежедневно	Коррекционно-развивающая работа проводится в разных режимных моментах или как часть НОД подгруппами или индивидуально. Рекомендована в работе с детьми с проблемами речи с целью уточнения движений артикуляционного аппарата необходимых для правильного произношения звуков.	Воспитатели, учитель-логопед музыкальный руководитель

<i>Технологии коррекции проведения</i>	Сеансами: небольшими подгруппами или индивидуально со старшего возраста	Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек или индивидуально. Группы составляются не по одному признаку - дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический инструментарий и план занятий	Педагог- психолог
<i>Психогимнастика</i>	Ежедневно	Коррекционно-развивающая работа проводится как часть занятия, подгруппами. Рекомендована детям с ОВЗ для развития и коррекции различных сторон психики	Педагог-психолог, музыкальный-руководитель