**Здоровъесберегающие педагогические**

**технологии в ДОУ**

Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии». Физическое развитие детей является приоритетным направлением, поэтому наше дошкольное образовательное учреждение уже несколько лет осваивает этот комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Формы****работы** | **Время проведения в режиме дня, возраст детей** | **Особенности методики проведения** | **Ответственные** |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| ***Технологии сохранения и стимулирования здоровья*** |
| Гимнастика-«побудка» | После сна в постелях, каждый день. Младшие, средние, старшие группы | «Техническая» простота применения, взаимное дополнение методов при отсутствии дублирующего воздействия и взаимное усиление эффекта | Воспитатель |
| Игровой час(бодрящаягимнастика) | После сна в группе каждый день. Младшие группы. | Комплекс, состоящий из подвижных игр, игровых упражнений, основных движений. | Воспитатель |
| Динамическиепаузы | Во время занятий 2-5 мин по мере утомляемости детей, начиная со второй младшей группы | Комплексыфизкультминуток могут включать дыхательную гимнастику, гимнастику для глаз | Воспитатели |
| Подвижные и спортивные игры | Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно. Все возрастные группы. | Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей. Используются только элементы спортивных игр | Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели |
| Пальчиковаягимнастика | С младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой ежедневно | Рекомендуется детям с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени | Воспитатели |
| Дорожкиздоровья | После сна вся группа ежедневно, начиная с младшего возраста. На физкультурном занятии | Обучение правильной ходьбе, формирование правильной походки | Воспитатели, инструктор по физической культуре |
| Гимнастика для глаз | Ежедневно по 3-5 мин в любое свободное время, в зависимости от интенсивности нагрузки, начиная с младших групп | Рекомендуется использование наглядного материала, показ педагога | Воспитатели |
| ***Технологии обучения здоровому образу жизни*** |
| Физкультурныезанятия | Три раза в неделю в спортивном и музыкальном залах, в группе, на улице, начиная с раннего дошкольного возраста | Занятия проводятся в соответствии с программой, по которой работает детский сад | Инструктор по физической культуре, воспитатели |
| Утренняягимнастика | Ежедневно, в музыкальном и физкультурном залах, в группе. Все возрастные группы | Комплексы подбираются в соответствии с возрастными особенностями детей | Воспитатели, инструктор по физической культуре |
| Занятия по здоровому образу жизни | Один раз в неделю в режимных процессах, как часть и целое занятие по познанию, начиная со второй младшей группы | Программа «Познаю себя» Г.Г. Давыдова, «Букварь здоровья» Л.В. Баль | Воспитатель |
| Веселые старты | Один раз в месяц в физкультурном и музыкальном залах, на прогулке, начиная со второй младшей группы | Подвижные игры, игры- эстафеты, игровые упражнения в занимательной, соревновательной форме | Инструктор по физической культуре |
| Физкультурныедосуги,праздники | Один раз в квартал в физкультурном и музыкальном залах, в-группе, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста | Эффективная форма активного отдыха. Развивает физические качества, формирует социально­-эмоциональное развитие | Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели |
| СМИ (ситуативные малые игры) | Два раза в месяц в группе в музыкальном и спортивном залах. Младший дошкольный возраст | Ролевая подражательная имитационная игра | Воспитатель |
| ***Коррекционные технологии*** |
| Арт-терапия | Подгруппы по 8-10 человек в музыкальном зале, в комнате сказок. Средний, старший дошкольный возраст | Оздоравливание психосферы средствами воздействия различных видов искусств (музыка, ИЗО, театр) | Музыкальный руководитель, преподаватель ИЗО |
| Технологиямузыкальноговоздействия | В спальне, перед сном | Спокойную классическую музыку (П.И. Чайковский,С.В. Рахманинов), звуки природы | Воспитатели |
| Сказкотерапия | 1 занятие в неделю, начиная со II младшей группы | Программа Н. А. Фоминой «Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика» | Воспитатели групп, инструктор по физической культуре |
| Психогимнастика | Один раз в месяц, по 10-12 человек в группе в музыкальном и физкультурном залах, начиная со средней группы | Проводится по методике Е.А.Алябьевой | Воспитатель |
| Технологиякоррекцииповедения | Сеансы по 8-10 человек в группе, по 10 занятий в группе, на прогулке, начиная со средней группы | Программы «Познай себя», «Давайте жить дружно», «Я учусь владеть собой» | Педагог-психолог |