

### Здоровьесберегающие технологии в ДОУ № 1 «Улыбка»

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
<b>1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья</b>			
<i>Ритмопластика</i>	Не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста.	Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка.	Инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели
<i>Динамические паузы</i>	Во время НОД, 2-5 мин., по мере утомляемости детей.	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики и других в зависимости от вида НОД.	Воспитатели всех возрастных групп.
<i>Подвижные и спортивные игры</i>	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 используют лишь элементы спортивных игр.	Воспитатели, инструктор по физической культуре.
<i>Релаксация</i>	В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет	Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы.	Воспитатели, инструктор по физической культуре, педагог-психолог,

	интенсивность технологии. Для всех возрастных групп.		музыкальный руководитель
<b>Технологии эстетической направленности</b>	Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др. Для всех возрастных групп.	Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса.	Все педагоги ДОУ.
<b>Гимнастика пальчиковая</b>	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно.	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).	Воспитатели всех возрастных групп, учитель-логопед.
<b>Гимнастика для глаз</b>	Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста.	Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.	Все педагоги.
<b>Гимнастика дыхательная</b>	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы.	Обеспечивать проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.	Все педагоги.
<b>Гимнастика бодрящая</b>	Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин.	Форма проведения различна: упражнения в кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дорожкам, коврикам с различной поверхностью и фактурой; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ.	Воспитатели всех возрастных групп.
<b>Гимнастика корригирующая</b>	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы.	Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей.	Воспитатели, инструктор по физической культуре

## 2. Технологии обучения здоровому образу жизни

<p><b>НОД. Физическое развитие</b></p>	<p>3 раза в неделю: 2 в музыкальном зале и 1 на открытом воздухе.</p> <p>Ранний возраст – в групповой комнате, 10 мин.</p> <p>Младший возраст – 15 мин., средний возраст – 20 мин., старший возраст – 25 мин. в старшей группе и 30 мин. в подготовительной к школе группе.</p>	<p>НОД проводится в соответствии с программой ДОУ. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.</p>	<p>Воспитатели всех возрастных групп, инструктор по физической культуре</p>
<p><b>Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия)</b></p>	<p>В свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом.</p>	<p>Деятельность может быть организована не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности.</p>	<p>Воспитатели, педагог-психолог.</p>
<p><b>Коммуникативные игры</b></p>	<p>1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста.</p>	<p>Деятельность строится по определенной схеме и состоит из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.</p>	<p>Воспитатели, педагог-психолог.</p>
<p><b>НОД из серии «Здоровье»</b></p>	<p>1 раз в неделю по 30 мин. со старшего возраста.</p>	<p>Могут быть включены в сетку НОД в образовательной области познавательное развитие.</p>	<p>Воспитатели, инструктор по физической культуре</p>

## 3. Коррекционные технологии

<p><b>Арттерапия</b></p>	<p>Сеансами по 10-12 занятий по 30-35 мин. со средней группы.</p>	<p>Занятия проводят по подгруппам 10-13 человек, программа имеет диагностический инструментарий и предполагает протоколы</p>	<p>Воспитатели, педагог-психолог.</p>
--------------------------	---	--	---------------------------------------

занятий. В различных формах используются в качестве **Технологии** физкультурно-вспомогательного средства. Все педагоги. **Музыкально-оздоровительной** как часть других **воздействия** работы; либо технологий; для снятия отдельных занятий 2-4 напряжения, повышения 2-4 раза в месяц эмоционального настроения в зависимости от поставленных целей. Занятия используют для **Сказкотерапии** 2-4 занятия в месяц по психологической Воспитатели, 30 мин. со старшего терапевтической и педагог-психолог. возраста. развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей. Необходимо уделять особое **Технологии** Как специальное внимание цветовой гамме Воспитатели, **воздействия цветом** занятие 2-4 раза в интерьеров ДОУ. педагог-психолог. месяц в зависимости от Правильно подобранные поставленных задач. цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка. Проводятся по специальным **Технологии коррекции** Сеансами по 10-12 методикам в малых группах Педагог-психолог, **поведения** занятий в месяц по 25-по 6-8 человек. Группы воспитатели. 30 мин. со старшего состояются не по одному возрасту. признаку – дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический и инструментальный протоколы занятий. 1-2 раза в неделю занятия проводятся по Педагог-психолог, **Психогимнастика** старшего возраста по специальным методикам. воспитатели. 25-30 мин.