СЛАЙД 1

Что лучше излечиться от болезней или не заболеть вообще?

Я думаю, многие со мной согласятся лучше же, конечно оставаться здоровыми. От множества болезней организм может защитить себя сам, об этом позаботилась природа. Тем не менее, резервы нашего организма не беспредельны, и над этим надо призадуматься.

СЛАЙД 2

Справедлива пословица **«Деньги потерял – ничего не потерял, время потерял – многое потерял, здоровье потерял – всё потерял».**

Что такое здоровье?

СЛАЙД 3

Здоровье это не только отсутствие каких-либо заболеваний, но и условие гармоничного нервно-психического развития, высокой умственной и физической работоспособности. И поэтому, проблема сохранения и укрепления здоровья общества и тем более детей на сегодняшний день является, как никогда **актуальной.**

Какого же ребёнка можно назвать здоровым? Который не болеет? Это утверждение, на мой взгляд, не совсем верное. У ребёнка может и не быть температуры, головной боли, но если по физическому развитию он будет отличаться от своих сверстников, то он уже не здоров.

Проблема, с которой я часто сталкиваюсь в работе это «двигательный дефицит», который испытывают дети. То есть, количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы.

СЛАЙД 4

Поэтому, я пришла к выводу, что многие дети нуждаются ***в особых технологиях физического развития.*** И для меня стало приоритетом (**целью**) изучение и использование современных физкультурно –

оздоровительных методик и инновационных технологий по укреплению и сохранению детского здоровья, которые направлены на развитие у дошкольников жизненно необходимых двигательных умений и навыков, физических качеств как сила, ловкость, выносливость, гибкость, быстрота. На воспитание валеологической культуры. На приобретение детьми знаний о здоровье, умений оберегать, поддерживать и сохранять его.

СЛАЙД 5

Достижению этих целей служит решение следующих **задач:**

- Сохранять и укреплять здоровье детей
- Организовывать физкультурно – оздоровительные занятия с использованием здоровьесберегающих технологий.
- Формировать у детей привычку к здоровому образу жизни.
- Формировать на доступном уровне необходимые знания, умения и навыки в области гигиены, медицины, физкультуры.
- Вооружить родителей знаниями правильного физического воспитания, детей

  оказывать помощь семье в воспитании здорового ребёнка.

СЛАЙД 6 Физическое развитие для детей то же, что фундамент для здания. Чем прочнее он заложен, тем выше может быть возведена постройка: чем больше забот о физическом развитии ребенка, тем больших успехов он достигнет в общем развитии, в учебе, в умении работать и быть полезным для общества человеком.

В процессе работы, я осознала, что растить здорового ребёнка – это подлинное искусство, которое необходимо совершенствовать всю жизнь.

СЛАЙД 7

Работая в инновационном режиме, я применяю следующие здоровьесберегающие технологии:

СЛАЙД 8

Технологии сохранения и стимулирования здоровья (дыхательная, пальчиковая, ортопедическая гимнастики, фитбол- гимнастика, гимнастика для глаз), направленные на совершенствование психомоторных и творческих способностей детей.

СЛАЙД 9

Известно, что движение рук тесно связано с умственным развитием детей, а также с речe - движением, поэтому использую на занятиях **пальчиковую** гимнастику, которая служит для развития ручной умелости мелкой моторики и координации движений рук.

СЛАЙД 10

Регулярное выполнение **дыхательных упражнений** поможет детям научиться регулировать процесс дыхания.

СЛАЙД 11

По дыханию определять состояние своего организма, что позволит им на протяжении всей жизни повышать сопротивляемость к простудным и другим заболеваниям.

СЛАЙД 12 и 13

Упражнения **фитбол** - гимнастики содействуют профилактике и коррекции различных заболеваний (опорно - двигательного аппарата, болезней лёгких, внутренних органов и др.), развивают музыкально - ритмические, творческие и двигательные способности (силы, координации, гибкости, функции равновесия, вестибулярного аппарата и др.)

СЛАЙД 14

Технологии обучению здорового образа жизни (занятия из серии «Азбука здоровья», самомассаж, активный отдых**)**

СЛАЙД 15

Внедрение разработанных занятий из серии **«Азбука здоровья»** с применением нетрадиционных методов и приёмов позволит повысить интерес ребёнка к получению валеологических знаний, увлечь игровым сюжетом и необычным содержанием.

СЛАЙД 16

У детей легко формируется понятие о том, что каждый человек должен сам заботиться о себе и своём здоровье. Расширяется представление о том, как нужно заботиться о сохранении здоровья.

СЛАЙД 17

В закаливание немаловажную роль отважу **игровому** самомассажу, который является основой для закаливания и оздоровления детского организма.

СЛАЙД 18

Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развитие навыков собственного оздоровления.

СЛАЙД 19

Различные виды **активного отдыха**: двигательная, игровая, познавательная, трудовая деятельность, обеспечивают восстановление ряда физиологических функций. Способствуют как оздоровлению, так и обогащению общекультурного развития ребёнка, а также предупреждению невротических состояний, связанных с перенапряжением.

СЛАЙД 20

С недавнего времени в своей работе с детьми я использую такие технологии как стретчинг, хатха – йога. Которые для меня являются инновационными.

Инновационные технологии (стретчинг, хатха- йога).

Во время занятий статическим растягиванием происходит гармоничное и естественное развитие и укрепление систем и функций организма, улучшается подвижность суставов, растягиваются мышцы, увеличивается гибкость и ловкость, снимается мышечное напряжение. Стретчинг раскрепощает детей, делая их открытыми и жизнерадостными. Они получают эмоциональную разрядку, физическое удовольствие, что в свою очередь вовлекает детей в процесс физкультурных занятий. Дети с огромным желанием ждут следующих занятий. Что меня безусловно радует.

СЛАЙД 21

Под воздействием **хатха - йоги** укрепляется здоровье, формируется красивая фигура, улучшается координация движений. Необычность и образность поз (асан) вызывают у дошкольников стойкий интерес и желание выполнять их вновь и вновь. Хорошим стимулом для совершенства качества выполнения этих упражнений является их сложность. Ведь не каждый ребенок с первого занятия может выполнить предложенные ему позы Хатха-йоги и удержать их длительное время. Однако систематические занятия привели к тому, что уже через пару месяцев большинство детей научились хорошо справляться с этими упражнениями и не теряют желания заниматься, а, наоборот, стремятся достичь новых положительных результатов.

СЛАЙД 22

Формированию у детей привычки к здоровому образу жизни большую роль отвожу тесному сотрудничеству с родителями. Провожу с ними беседы, мини – консультации по вопросам здоровьесбережения.

СЛАЙД 23

Приобщаю родителей к участию в совместных физкультурно-массовых мероприятиях ДОУ (соревнования, спортивные праздники, дни открытых

дверей, Дни здоровья), к изготовлению не стандартного оборудования для физического развития. На информационных стендах для родителей веду рубрики освещающие вопросы оздоровления без лекарств (комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов зрения, для развития общей и мелкой моторики, пальчиковые игры).

СЛАЙД 24

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий помогает мне:

-Укрепить здоровье детей.

Сравнительный показатель пропущенных дней при посещении ДОУ по болезни на одного воспитанника на первое полугодие 2015- 2016 учебного года составил 11,4. На первое полугодие 2016- 2017 учебного года этот показатель составил 9,45.

-Повышать результативность воспитательно-образовательного процесса, о чём свидетельствуют показатели физического развития детей, которые составили: на начало первого полугодия 2016-2017 учебного года 47% - высокий уровень, 30% - средний уровень, 23% - низкий уровень; на конец первого полугодия: 55% - высокий, 34% - средний, 11% - низкий.

-Способствовать формированию у детей и родителей ценностных ориентаций, направленных на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

-Обеспечить дифференцированный подход к каждому ребенку,

-Формировать положительную мотивацию у детей и родителей на здоровый образ жизни.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

СЛАЙД 25