



Тема выступления:

Создание в детском саду «Аист» здоровьесберегающего пространства с использованием цифровых и здоровьесберегающих технологий в рамках реализации приоритетного инновационного проекта «Здоровей-ка»!

Инструктор по физической культуре
МБДОУ д/с «Аист»
Галина Ивановна Ковальчук

Сургутский район,
поселок Солнечный ,
Тюменская область, ХМАО-Югра
2022 г.

Цель - создание в дошкольной образовательной организации здоровьесберегающего пространства и условий для формирования комплексного подхода к организации оздоровительной деятельности дошкольников 5-7 лет, в том числе с ОВЗ через реализацию здоровьесберегающих технологий и спортивно-образовательного проекта «БГТОшка»

ЗАДАЧИ

Модель здоровьесберегающего пространства МБДОУ д/с «Аист»



Формировать элементарные знания о своем организме, роли физических упражнений и способах укрепления собственного здоровья.

Развивать физические качества детей и совершенствовать функции организма через реализацию спортивно-образовательного проекта «БГТОшка»;

Рациональная организация двигательной активности детей дошкольного возраста 5-7 лет.

Создавать благоприятные условия для проведения закаливающих процедур.

Построить здоровьесберегающее пространство Учреждения через реализацию здоровьесберегающих технологий и спортивно-образовательного проекта «БГТОшка»;

Расширять компетентность родителей в области физического воспитания и оздоровления детей через вовлечение в работу центра «Академия здоровья».





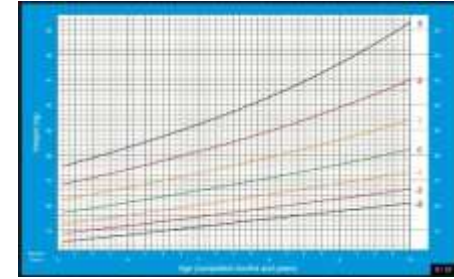
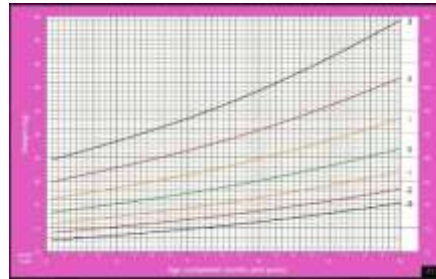


«Здоровый дошкольник» к.м.н., профессор Юрий Филиппович Змановский

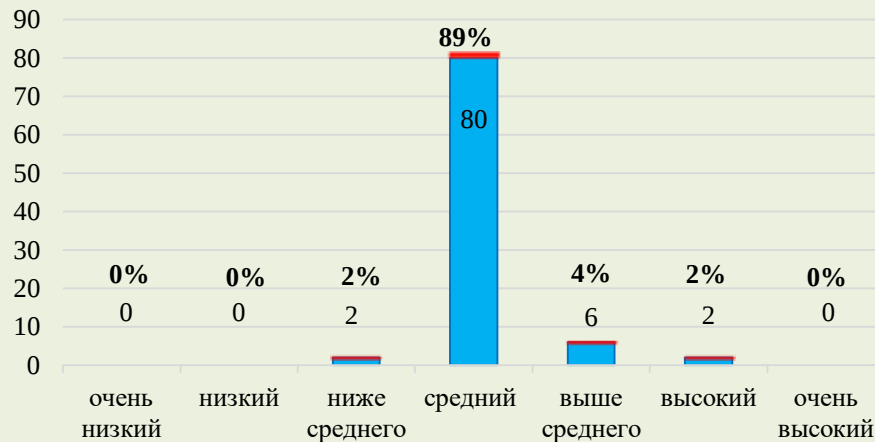


Диагностика-определение исходных показателей состояния здоровья и психического развития

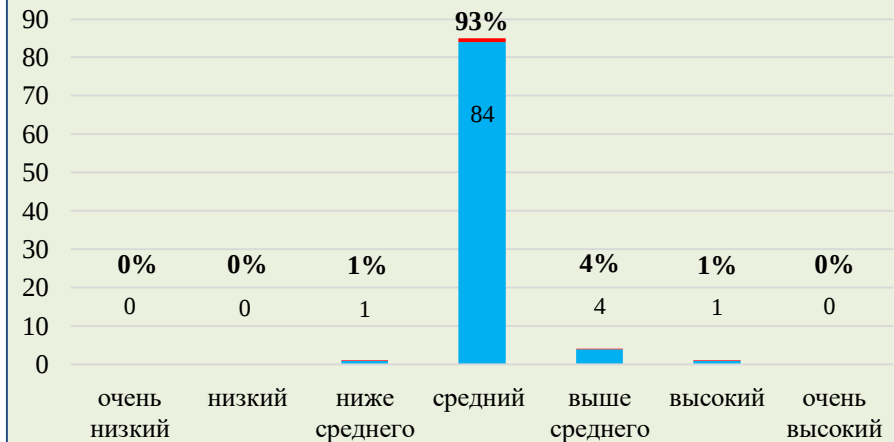
Нормы роста и веса детей по данным ВОЗ



Возраст 5-6 лет, 2020 год

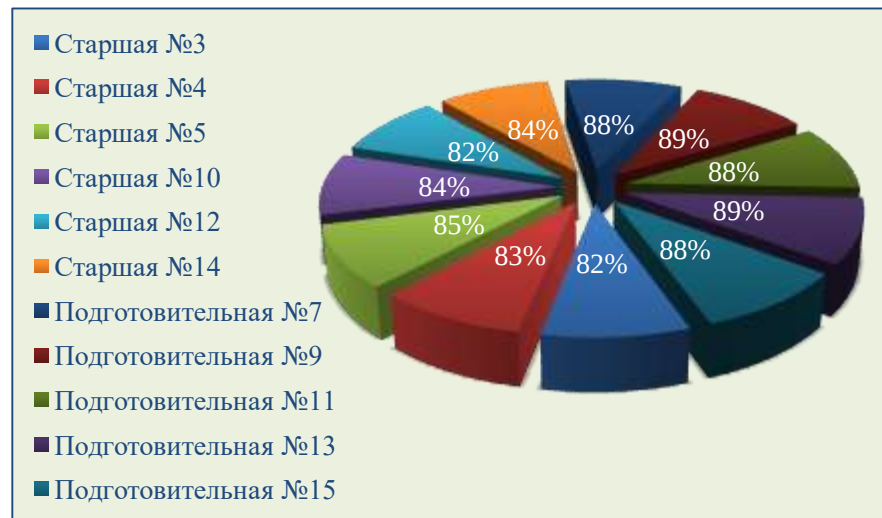
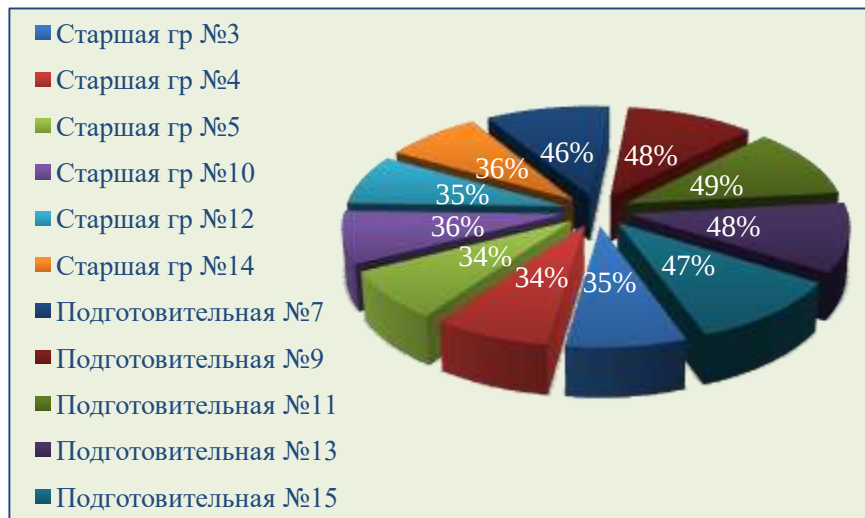


Возраст 6-7 лет, 2021 год

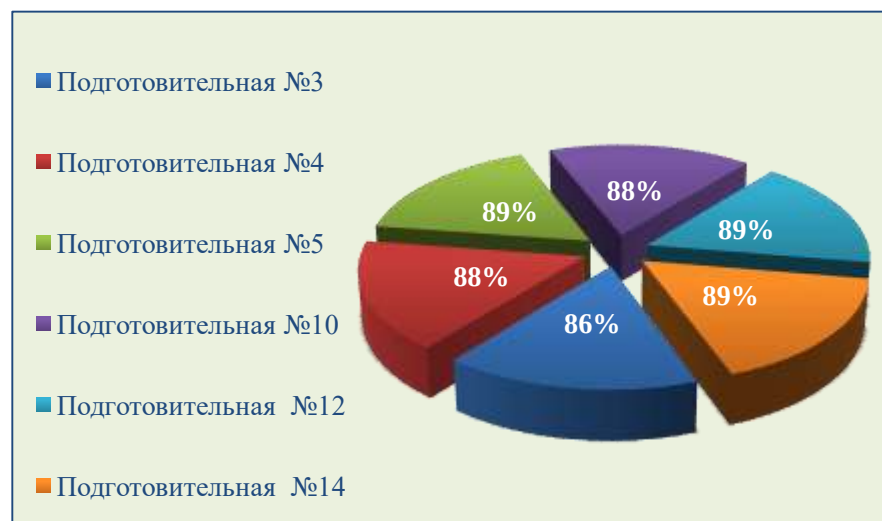
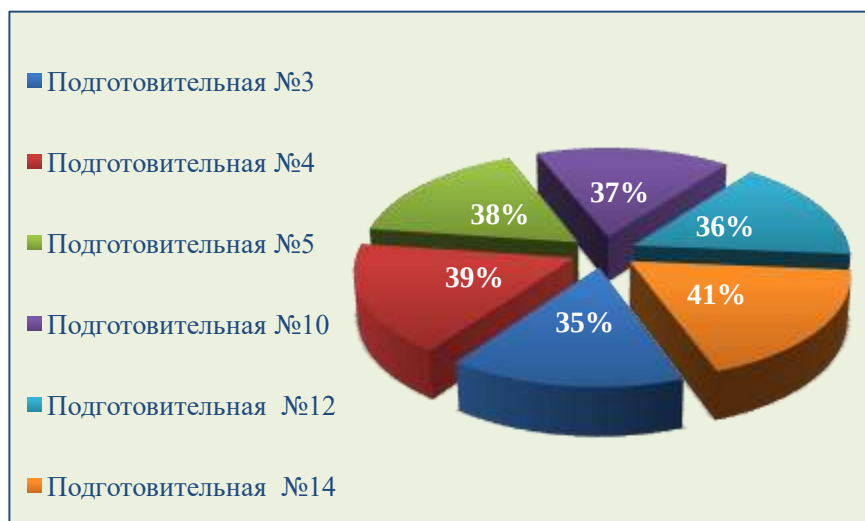


Педагогическая диагностика по «Физическому развитию» дошкольников 5-7 лет в МДБОУ д/с «Аист»

2020-2021 учебный год



2021-2022 учебный год



РАЦИОНАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ



Плавание в бассейне



Закаливание



Игровые упражнения

Тренирующая беговая дорожка

Комбинация беговых упражнений

Дозированный бег

Физкульт минутки



Занятия на тренажёрах



Физкультурные занятия

Муз ритмические движения



Утренняя гимнастика

Подвижные игры в утренний прием

Спортивные досуги и праздники

ДВИГАТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ



Система эффективного закаливания детей



Воздушно – температурный режим



проветривание
одностороннее,
сквозное, утром перед
приемом детей, во
время прогулки, во
время дневного сна,
вечерней прогулки (в
отсутствии детей)



Воздушные ванны



прием детей на
воздухе; утренняя
гимнастика;
физкультурные
занятия; занятия
плаванием в
бассейне; прогулка;
свето-воздушные
ванны; хождение
босиком; дневной
сон;
гимнастика после
сна; гигиенические
процедуры;

Закаливающие процедуры



полоскание рта
после еды
солевым
раствором или
теплой
кипяченой
водой;
дыхательная
гимнастика;
хождение по
тропе здоровья с
использованием
раствора
морской соли.

Система эффективного закаливания детей



Комплекс психогигиенических и психопрофилактических средств



Рациональное питание

Десять основных («золотых») правил, рекомендуемых Всемирной организацией здравоохранения:



1. Выбор безопасных пищевых продуктов.
2. Тщательно приготавливайте пищу.

3. Ешьте приготовленную пищу без промедления.
4. Тщательно храните пищевые продукты.

5. Тщательно подогревайте приготовленную заранее пищу.
6. Избегайте контакта между сырыми и готовыми пищевыми продуктами.

7. Часто мойте руки
8. Содержите кухню в идеальной чистоте.

9. Храните пищу недоступной для насекомых, грызунов и других животных.
10. Используйте воду питьевого качества.

Оздоровительный режим

Формы и методы оздоровления

Обеспечение здорового ритма жизни

- Щадящий режим (адаптационный)
- Гибкий режим
- Организация микроклимата и стиля жизни группы
- Рациональное питание
- Занятия ОБЖ

Физические упражнения

- Утренняя гимнастика
- Подвижные и динамические игры
- Спортивные игры
- Дыхательная гимнастика

Гигиенические и водные процедуры

- Умывание
- Мытье рук
- Плавание в бассейне
- Обеспечение чистоты среды

Свето-воздушные ванны

- Проветривание помещений
- Прогулки на свежем воздухе
- Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха

Активный отдых

- Развлечение
- Праздники
- Игры-забавы
- Дни и недели здоровья

Физиотерапия

- Кварцевание «Дезар

Стимулирующая терапия

- Лечебное смазывание носа оксолиновой мазью
- Витаминизация 3-го блюда, прием сока, фруктов
- Оздоровление чесноком, зеленым луком



Оздоровительный режим

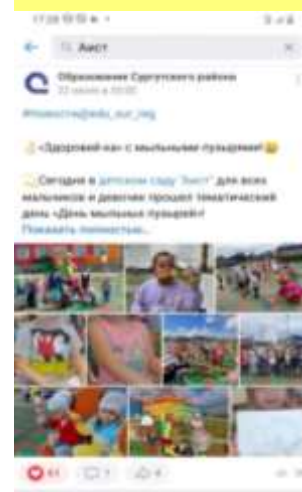




Публикация в еженедельной газете «Вестник Сургутского района» «ГТО как норма жизни» с указанием на участия в проекте «ВОСЕМЬ ЖЕМЧУЖИН ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ-2022» <https://vestniksr.ru/news/58129-gto-kak-norma-zhizni.html>

Публикация на официальной странице
Образование Сургутского района - Малые летние Олимпийские игры в МБДОУ д/с «Аист» с указанием участия в IX Федеральном научно-общественном конкурсе «Восемь жемчужин дошкольного образования - 2022» в номинации «Здоровый дошколенок». https://vk.com/wall-177136941_26166

Публикация на официальной странице
Образование Сургутского района- развлечения «Здоровей-ка» с мыльными пузырями в МБДОУ д/с «Аист» https://vk.com/wall-177136941_25809



Видеоролик «Родители о проекте «Здоровей-ка»
https://vk.com/wall-186391565_7850

Видеоролик «Дети о проекте «Здоровей-ка»
https://vk.com/wall-186391565_7859

Видеоролик «Дети про малые летние Олимпийские игры 2022»
https://vk.com/wall-186391565_7631

Публикация в издании "Педагогический альманах" Электронное образовательное СМИ, статьи воспитателя по шахматам Багманян М.М. «Шахматы как эффективное средство развития интеллектуальной компетентности детей старшего дошкольного возраста
СМИ Адрес в Интернет: e-mail: <https://www.pedalamanac.ru>

Публикация в сборнике материалов I Всероссийской научно-практической конференции» «Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе» авторские конспекты ООД .
Инструктора по физической культуре Ковальчук Г.И., http://aist-soln.ucoz.ru/Innovaciya/konspekt_meroprijatija_s_roditeljami_po_zdorovesbe.pdf
и учителя-логопеда Замогиной М.С. http://aist-soln.ucoz.ru/Innovaciya/korrekcionnoe_zanjatie_po_valeologii_puteshestvie.pdf