

Здоровьесберегающие технологии, используемые в ГБДОУ №100

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
<i>Технологии сохранения и стимулирования здоровья</i>			
Физкультминутки	Во время образовательной деятельности, в течение 2-5 минут, по мере утомляемости детей	Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и др. в зависимости от вида деятельности	Воспитатели
Подвижные и спортивные игры	В рамках реализации образовательной области "Физическая культура". В спортивном зале, на прогулке, спортплощадке, групповой комнате. Ежедневно для всех возрастных групп.	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем проведения. Используются элементы спортивных игр.	Воспитатели, инструктор по физкультуре
Релаксация	В любом подходящем помещении, в зависимости от состояния детей и целей. Во всех возрастных группах	Можно использовать спокойную классическую музыку (П.И.Чайковский, С.В.Рахманинов), звуки природы.	Воспитатели, инструктор по физкультуре
Пальчиковая гимнастика	С младшего возраста индивидуально, либо с подгруппой Ежедневно	Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любое удобное время	Воспитатели
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3-5 минут, в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, начиная с младшего возраста	Рекомендуется использовать наглядный материал	Все педагоги
Дыхательная гимнастика	После утренней гимнастики, сна, подвижных и спортивных игр с высокой степенью подвижности	Обеспечить проветривание помещения, проинформировать детей об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги
Бодрящая гимнастика	Ежедневно после дневного сна в течение 10-15 минут	Форма проведения различна: упражнения на кроватках, ходьба по ребристым дощечкам, легкий бег из спальни в группу (с разницей температуры в помещениях)	Воспитатели

Технологии обучения ЗОЖ

Игры	В рамках реализации образовательной области "Физическая культура". На спортивной площадке или в зале 2-3 раза в неделю	Непосредственно образовательная деятельность организуется в соответствии с Программой. Перед этим спортивный зал необходимо хорошо проветрить.	Воспитатели, инструктор по физкультуре
Игротерапия	Время строго не фиксировано, в зависимости от поставленных педагогом задач.	Игра может быть организована незаметно для ребенка посредством включения педагога в игровую деятельность.	Воспитатели
Самомассаж	После утренней гимнастики	Объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред организму	Воспитатели
Точечный массаж	Проводится в преддверии эпидемий (<i>осенью или весной</i>) в любое удобное время, начиная со старшего возраста	Проводится строго по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями. Используется наглядный материал или показ педагога.	Воспитатели
Сказкотерапия	Время строго не фиксировано, в зависимости от поставленных педагогом задач	Технология используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку могут рассказать педагог или дети.	Воспитатели
Музыкальное воздействие	Перед сном и после сна, в процессе различных видов детской деятельности	Используется в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения	Все педагоги