**Классификация здоровьесберегающих технологий, используемых в младшем дошкольном возрасте, педагогом в непрерывной образовательной деятельности.**

Составила: Чистякова Н.В.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Форма работы + автор** | **Периодичность** | **Цель/задачи** | **Работа с родителями** |
| **Физ-минутки и динамические паузы**   А. Рубинштейн  Смирновой А.А  Капорской И.А | Ежедневно | Цель: Обеспечивает кратковременный и активный отдых для дошкольников во время занятий.  Задачи:  - развитие координации движений;  - тренировка мелкой моторики (для средней группы это начальный этап подготовки руки к письму);  - совершенствование осанки;  - развитие речи, произвольного внимания и памяти (за счёт запоминания движений и слов их иллюстрирующих);  - стимулирование интереса детей к совместному с педагогом и товарищами выполнению заданий. | \*Заучивание физ-минуток вместе с родителями.  \*Мастер – класс для родителей  «Делай с нами» |
| **Пальчиковая гимнастика**  М. Якуба «Пальчиковая гимнастика в ДОУ»  Н. Тегипко  «Игры с пальчиками» | Ежедневно | Цель: Развитие мелкой моторики, координации движений пальцев.  Задачи:  - Совершенствование мелкой моторики;  - формирование способности соотносить слово с действием;  - развитие внимания и памяти (непроизвольной);  - обучение способам снятия напряжения в кисти, пальцах руки (после рисования, лепки, вырезания и т. д.). | Мастер-класс  «Ловкие пальчики»  Консультация  для родителей:  «Наша речь живёт на кончиках пальцев» |
| **Малоподвижные игры, игровые упражнения**  О. Фролова  Е. Андреева  Л.С. Рякина «Подвижные игры и игровые упражнения для детей средней группы», рекомендованные программой «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой  .  «Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников»  Л.Н. Волошина  Н.М.Елецкая | Ежедневно | Цель: Снижение физической нагрузки, т. е. постепенный переход от возбужденного состояния к более спокойному;  Задачи:  - Снятие общего утомления, моторной напряженности мышц рук;  - развитие гибкости и подвижности пальцев, координации движений рук и ног;  - развитие внимательности, сообразительности, памяти, наблюдательности, ловкости, быстроты реакции;  - ориентировка в пространстве;  -формирование и закрепление двигательных умений;  - сохранение и укрепление здоровья дошкольников;  - повышение интереса **детей** к физической культуре и здоровому образу | Консультация для родителей «Игры и игровые упражнения для обучения правильному дыханию»  Консультация для родителей: «**Дидактические игры и игровые упражнения в процессе обучения младших школьников»** |
| **Подвижные**  **игры**  «Подвижные игры для детей дошкольного возраста» (рекомендованные «Программой воспитания и  обучения в детском саду» под редакцией  М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой и др.)  И. Шевченко  «Подвижные игры в ДОУ» | Ежедневно | Цель: Укрепление здоровья, в частности, опорно-двигательного аппарата, сердечнососудистой и дыхательной систем.  Задачи:  - Автоматизация умений перемещаться с разной скоростью, прыгать, ловить и передавать мяч друг другу.  - Отработка навыка имитации, то есть учиться придавать образу характерные черты (к примеру, прыгать, как зайцы, топать, как медведь и т. д.).  - Совершенствование навыка ориентирования на местности, выполняя действия по условному сигналу, который даёт водящий в игре.  - Формирование навыка действовать согласно принятым правилам.  - Удовлетворение потребности в общении со сверстниками и взрослыми.  - Воспитание необходимости быть частью группы, коллектива. | Консультация:  «Для чего нужны подвижные игры, что они развивают» |
| **Зрительная**  **гимнастика**  Л. Волошина  «Организация здоровье сберегающего пространства»//Дошкольное воспитание.-2004.-N1.-С.114-117.  Демирчоглян Г.Г  «Как сохранить и улучшить зрение»  «Зрительная гимнастика для детей»  Е.А. Чевылова.  Г.В.Никулина. «Охраняем и развиваем зрение».  Панков О.  «Уникальные упражнения для восстановления зрения у детей по методу профессора Олега Панкова. Тренинги и игры для мышц глаз.»  Рубан Э.Д.  «Практикум по коррекции зрения у детей в домашних условиях: реальные методы и упражнения» | 3 раза в неделю |  | 1.Консультация: «Значение зрительной гимнастики в коррекционно-воспитательной работе с детьми дошкольного возраста.  2.Практикум по коррекции зрения у детей в домашних условиях: реальные методы и упражнения.  Рубан Э.Д. |
| **Дыхательная гимнастика**  А.Н. Стрельникова  «Дыхательная гимнастика для детей дошкольного возраста»  Н.Г. Коновалова  Л.В. Корниенко  «Дыхательная гимнастика для детей дошкольного и младшего школьного возраста» ФГОС ДО | Ежедневно  2-3 мин | 1. Цель: Развивать и укреплять физиологическое дыхание дошкольников.   Задачи:  - Повышение общего жизненного тонуса ребёнка и сопротивляемости, закалённости и устойчивости его организма к заболеваниям дыхательной системы;  - развитие дыхательной мускулатуры,  - увеличение подвижности грудной клетки и диафрагмы,  - улучшение кровообращения в лёгких, улучшение деятельности сердечнососудистой системы и кровообращения. | Консультация для родителей: «Дыхательная гимнастика для детей» |
| **Упражнения под музыку с танцевальными движениями**  Бекина, С.И., Ломова, Т.П., Соковнина, Е.Н. «Музыка и движения» | 2 раза в неделю  Совместно с муз. рук. | Цель: развитие эмоциональной отзывчивости на музыку, слухового внимания;  обучение детей музыкально-ритмическим движениям (совместно со взрослым).  Задачи:  - развитие тембрового слуха, чувства ритма;  - обучение детей музыкально-ритмическим движениям по показу, побуждение к подпеванию;  - коррекция координации движений.  - развитие координации, чувства ритма;  - обучение детей выполнению движений в ритме;  - побуждение к подпеванию знакомых слов в тексте, повторяющихся звукосочетаний. | Развлечения и праздники:  «Дары осени»  «Новый год сточиться»  «Папины помощники»  «8 Марта»  И т.д |

**Классификация здоровьесберегающих технологий, используемых педагогом в образовательном процессе.**

Составила: Чистякова Н.В. Средняя группа № 13

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Форма работы + автор** | **Периодичность** | **Цель/задачи** | **Работа с родителями** |
| **Утренняя гимнастика**  Буцинская П. П. «Общеразвивающие упражнения в детском саду: книга для  воспитателей детского сада»  Доронина М. А. «Комплексный подход к организации физкультурно-  оздоровительной работы в ДОУ»  Панькина Н. В. Программа утренней гимнастики с элементами логоритмики  Подольская Е. На зарядку становись! Дошк. воспитание. - 2008 - N 12 - С. 35-45 | Ежедневно | Цель: способствовать укреплению здоровья детей, развивать двигательную активность детей в процессе комплекса.  Задачи:   * Способствовать формированию двигательных навыков: ходьбы, бега, прыжков. * Развивать умение выполнять упражнения в заданном темпе. * Воспитывать у детей привычку к здоровому образу жизни. | Семинар-практикум для родителей «Утренняя гимнастика вместе с мамой» |
| **Гимнастика после сна**  Войнов В. Б.  «Оздоровительная физкультура, массаж и закаливание для детей  дошкольного возраста, страдающих заболеваниями органов дыхания»  К. Л. Гейхман. -  Глушкова Г. В. "Физкульт - Ура! ". «Помощь родителям в физическом воспитании  Голотова И. «Комплекс гимнастических упражнений как  средство повышения функциональных возможностей организма» // Дошк.  воспитание. – 1999 - N 4 - С. 94-98 |  | Цель: поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений. Сохранить и укрепить здоровье детей.  Задачи:   * Устранить некоторые **последствия сна***(вялость, сонливость и др.)*; * совершенствовать и развивать координацию движений; * формировать умение выполнять движения по показу взрослого * укреплять иммунитет * воспитывать привычку здорового образа жизни | Консультация:  «Необходимость физических упражнений после сна» |
| **Закаливание**  **(**хождение по массажным коврикам**)** | Ежедневно | Цель: Оздоровление организма ребенка при помощи массажных дорожек, посредством воздействия на биологически активные точки стопы.  Задачи:   * Закаливание организма; * профилактика и коррекция плоскостопия; * развитие чувства равновесия и координации движений; * сенсорное развитие. * сохранение и укрепление здоровья детей; | Консультация для родителей:  «Использование массажных ковриков и дорожек в оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста»  Изготовление массажных ковриков родителями для детей. |
| **Игры по развитию мелкой моторики пальцев рук**  Н. В. Нищева  «Картотеки подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики»  Н. Л. Стефанова «Комплексные занятия с детьми 3-7 лет: формирование мелкой моторики, развитие речи»;  О.Н. Новицкая «Веселые пальчиковые игры»;  С. Шанина «Играем пальчиками, развиваем речь»;  А. Хворостовцев «Умные ручки»;?  С. Е. Большакова  «Формирование мелкой моторики рук. Игры и упражнения». |  | Цель: развитие мелкой моторики в процессе использования традиционных и нетрадиционных форм работы.  Задачи:   * Улучшить координацию и точность движений руки и глаза, гибкость рук, ритмичность; * развивать воображение, логическое мышление, произвольное внимание, творческую активность; * укреплять мелкую мускулатуру пальцев, тренировать тонкие движения пальцев рук; * развивать навыки ручной умелости. * упражнять в выполнении различных заданий, направленных на развитие мелкой моторики.   . | Семинар-практикум для родителей:  «Виды деятельности развивающие мелкую моторику у ребёнка»  (Работа с карандашом: штриховка, обводка,  дорисовка, трафареты,  Игры с прищепками, пуговицами, палочками, бусинами, крупами, и т. д |
| **Песочная терапия**  Бережная Н. Ф. «Использование песочницы в коррекции эмоционально-волевой и социальной сфер детей дошкольного возраста». //Дошкольная педагогика. – 2007. - №1. – с. 50  Грабенко Т. М. Игры с песком, или песочная терапия. //Дошкольная педагогика. – 2004. - №5. – с. 26  Епанчинцева О.Ю. «Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста» Жителева С. Песочная терапия. /»Ребенок в детском саду  Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Путь к волшебству» Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. «Чудеса на песке».  Кузуб Н., Э Осипук «В гостях у Песочной Феи. Организация педагогических игр с песком для детей дошкольного возраста». Панфилова Н.  « К логопеду или в песочницу?» | Ежедневно | **Цель:** Развитие познавательной активности в процессе знакомства со свойствами песка.  Задачи:   * Повышение уровня развития ребенка; * Ознакомление детей со свойствами песка: сыпучесть, водопроницаемость, способность двигаться, способность мокрого песка принимать любую форму; * Учить работать в коллективе и самостоятельно во время опытов; * Развивать познавательную активность детей в процессе экспериментирования; * Развивать все познавательные функции (восприятие, внимание, память, мышление, речь) ; * Развивать мелкую моторику посредством развития тактильной чувствительности как основы «ручного интеллекта»; * Развивать познавательный интерес к исследовательской деятельности; * Воспитывать любознательность; | Показ презентации для родителей:  **«Песочная страна — страна чудес»** |
| **Сказкотерапия**  С.А.Игумнов. «Психотерапия и психокоррекция детей и подростков»  Л.П.Стрелкова «Уроки сказки».  Л.Б.Фесюкова. «Воспитание сказкой».  С.И.Семенака. «Учимся сочувствовать, сопереживать».  С.И.Семенака. «Уроки добра». |  | Цель: коррекция агрессивных проявлений у детей дошкольного возраста, снятие психоэмоционального напряжения.  Задачи:   * Знакомить детей с характеристикой эмоциональных состояний, присущих человеку. * Учить детей определять разные эмоциональные состояния у себя и окружающих его людей и соотносить эти состояния с реальной ситуацией. * Развивать эмоциональную произвольность. * Развивать эмпатию, чувство ответственности за себя и  других людей. * Учить конструктивным способам управления собственным поведением (снимать напряжение, избавляться от негативных эмоций, разрешать конфликтные ситуации). | Театрализованное представление для родителей:  По сказке «Петушок и бобовое зёрнышко» |