**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. РубинштейнСмирновой А.АКапорской 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»Консультациядля родителей:«Наша речь живёт на кончиках пальцев» |
| **Малоподвижные игры, игровые упражнения**О. ФроловаЕ. АндрееваЛ.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. ВолошинаН.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 иобучения в детском саду» под редакциейМ.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. КоноваловаЛ.В. Корниенко«Дыхательная гимнастика для детей дошкольного и младшего школьного возраста» ФГОС ДО | Ежедневно2-3 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 неделюСовместно 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 длявоспитателей 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 детейдошкольного возраста, страдающих заболеваниями органов дыхания»К. Л. Гейхман. - Глушкова Г. В. "Физкульт - Ура! ". «Помощь родителям в физическом воспитанииГолотова И. «Комплекс гимнастических упражнений каксредство 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 садуЗинкевич-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» |