

# Памятка педагогам

Январь 2018

Зам.зав. по УВР Богачева Р.Р.

## Что мы относим к технологиям сохранения и стимулирования здоровья:

- Остеопатическая гимнастика / гимнастика после пробуждения/;
- Динамические паузы/ применяются воспитателями во время занятий/;
- Подвижные и спортивные игры/ используются как часть физкультурного занятия, на прогулке, в группе со средней степенью подвижности, ежедневно во всех возрастных группах/.
- Пальчиковая гимнастика. /Ее необходимо использовать в работе с детьми с младшего возраста индивидуально, с подгруппой и всей группой ежедневно. Она рекомендуется детям с речевыми проблемами, и проводится воспитателем в любой удобный промежуток времени/.
- Дорожки здоровья /широко применяются воспитателями и инструкторами по физической культуре на физкультурном занятии для обучения правильной ходьбе, формирования правильной походке. Работа проводится ежедневно после сна всей группой, начиная с младшего возраста./
- Кинезотерапия – это комплексное применение различных движений для оздоровления детей. Это комплексное занятие проводится воспитателем один раз в неделю, всей группой начиная со средней, во второй половине дня.
- Гимнастика для глаз. Она проводится воспитателем ежедневно по 2 – 5 мин. в любое свободное время, в зависимости от интенсивности нагрузки, начиная с младших групп. Рекомендуется использование наглядного материала, показ педагога.
- Дыхательная гимнастика /проводится в разных формах физкультурно-оздоровительной работы, начиная с младшего возраста. Широко используется проветривание помещения и обязательная гигиена полости носа перед проведением процедур/

## К технологиям обучения здоровому образу жизни относятся:

Физкультурные занятия

2) Утренняя гимнастика проводится ежедневно воспитателями в музыкальном и физкультурном залах, в группе. Комплексы используются во всех возрастных группах и подбираются в соответствии с возрастными особенностями детей.

3) Спортивные игры. Их обучение осуществляет инструктор по физической культуре один раз в неделю в физкультурном зале, начиная со старшего дошкольного возраста.

4) Занятия по здоровому образу жизни проводится воспитателями один раз в неделю в режимных процессах, как часть и целое занятие по познанию, начиная со второй младшей группы.

5) Точечный массаж проводит медсестра и воспитатели по специальной методике сеансами или в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Он показан детям с частыми ОРЗ. Используется наглядность.

6) Веселые старты – это подвижные игры, игры эстафеты, игровые упражнения в занимательной, соревновательной форме. Очень любимы детьми. Проводятся инструктором по физической культуре один раз в неделю во второй половине дня в физкультурном и музыкальном залах, на прогулке, начиная со второй младшей группы.

7) ОПФ (общая физическая подготовка) – это упражнения сверх программы: упражнения на кольцах, канате, силовые гимнастические упражнения. Также проводятся один раз в неделю в физкультурном зале, в подгруппе одаренных детей старшего дошкольного возраста.

8) Физкультурные досуги и праздники – это эффективная форма активного отдыха. Развивает физические качества, формирует социально-эмоциональное развитие. Проводится инструктором по физической культуре, музыкальным руководителем и воспитателями один раз в квартал в физкультурном и музыкальном залах, в группе, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста.

9) СМИ (ситуативные малые игры) – ролевая подражательная имитационная игра. Ее рекомендуется проводить воспитателями два раза в месяц в группе, в музыкальном и спортивном залах в младшем дошкольном возрасте.

### **Коррекционные технологии:**

1) ЛФК – сеансы по 10-12 занятий, начиная со средней группы по медицинским показателям. Проводится медсестрой по специальной методике по показаниям отклонений здоровья.

2) Арт-терапия – это оздоровление психосферы средствами воздействия различных видов искусств (музыка, ИЗО). Сеансы проводятся воспитателями по 10-13 человек в группе в музыкальном зале, в старшем дошкольном возрасте.

3) Технология музыкального воздействия. Сеансы проводятся музыкальным руководителем по 10-13 человек в группе во второй половине дня в музыкальном зале, в старшем дошкольном возрасте. Можно использовать спокойную классическую музыку (П.И. Чайковский, С.В. Рахманинов), звуки природы.

4) Сказкотерапия – с использованием мнемотаблиц, с помощью которых сказка выполняется, как единый двигательный комплекс. Проводится воспитателем группы два занятия в месяц во второй половине дня, начиная со среднего дошкольного возраста.

5) Психогимнастика широко применяется воспитателями один раз в месяц, по 10-12 человек в группе в музыкальном и физкультурном залах, начиная со средней группы.

6) Артикуляционная гимнастика. Ее цель – фонематическая грамотная речь без движений. Проводят воспитатели группы два раза в неделю в первой и второй половине дня, в музыкальном и физкультурном залах, в группе, на прогулке, начиная с младшего дошкольного возраста.

7) Библиотерапия – представляет собой технологию лечения книгой, формирования поведенческой реакции. Сеансы проводятся воспитателями по 6-8 человек в группе, по 10-12 занятий в музыкальном зале, в группе, начиная с младшего дошкольного возраста

8) Всем известная технология применения аппликаторов Кузнецова показана детям, часто болеющим ОРЗ. Сеансы проводятся строго по специальной методике по 8-10 человек в группе, по 10 занятий в музыкальном и физкультурном залах, в группе, начиная со средней группы.

9) Массаж с помощью сухого обтирания проводится воспитателями ежедневно после сна в группе или спальне в постелях, начиная со средней группы. Необходимо объяснить серьезность процедуры и дать детям элементарные знания, как не нанести вред своему организму.

10) Технология коррекции поведения. Ее используют воспитатели и психологи в сеансах по 8-10 человек в группе, по 10 занятий в группе, начиная со средней группы.