**Здоровьесберегающие технологии, используемые в МАДОУ № 1**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Виды здоровьесберегающих педагогических технологий | Время проведения в режиме дня | Особенности методики проведения | Ответственный |
| 1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья | | | |
| 1. Динамические паузы | Во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей | Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия | Воспитатели |
| 2. Подвижные и спортивные игры | Как часть ООД по физической культуре, на прогулке, в групповой комнате – игры малой подвижности.  Ежедневно для всех возрастных групп | Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем элементы спортивных игр | Воспитатели, инструктор по физической культуре |
| 3. Релаксация | В любом подходящем помещении (группа, спортивный зал, сенсорная комната). В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии.  Для всех возрастных групп | Можно использовать спокойную классическую музыку (П.И.Чайковский, С.А.Рахманинов), звуки природы. Используется авторская «Копилка чувств», картотека игр и упражнений | Воспитатели, инструктор по ф/к, педагог - психолог |
| 4. Игровые минутки во вторую половину дня | Для всех возрастных групп, в игровых комнатах | Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. | Педагоги МАДОУ |
| 5. Пальчиковая гимнастика | С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой, группой ежедневно | Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время) | Воспитатели, музыкальный руководитель |
| 6. Гимнастика для глаз | Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста | Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога | Все педагоги |
| 7. Гимнастика дыхательная | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы, коррекционно-развивающей работа | Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры | Все педагоги |
| 8. Гимнастика после сна (бодрящая) | Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. | Форма проведения различна: упражнения на кроватях, ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие | Воспитатели |
| 9. Гимнастика корригирующая | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы | Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей | Воспитатели, инструктор по ф/к |
| 2. Технологии обучения здоровому образу жизни | | | |
| 1. Организованная образовательная деятельность по ОО «Физическое развитие» | 2 раза в неделю в физкультурном зале.  1 занятие - плавание, начиная со 2 младшей группы  *Использование в ходе занятия кратких валеологических бесед («О мышцах», «О значимости сердца в организме», «Здоровые зубы», «Как защититься от коронавируса, гриппа, ОРВИ» и т.д.)* | ООД проводятся в соответствии ООП МАДОУ, АООП МАДОУ. | Воспитатели,  инструктор по физической культуре, инструктор по плаванию |
| 2. Образовательная деятельность «Забочусь о своем здоровье» | В ходе организованной образовательной деятельности, в ходе режимных моментов, согласно календарно-тематическому планированию. | Согласно «Примерного планирования работы по формированию здорового образа жизни для детей младшего, среднего и старшего дошкольного возраста – «Забочусь о своем здоровье»» | Ведущий специалист по охране здоровья, воспитатели,  инструктор по физической культуре, инструктор по плаванию |
| 3. Коммуникативные игры | В ходе режимных моментов, в зависимости от инициативы детей и поставленных педагогом задач |  | Воспитатели, педагог-психолог |
| 3. Коррекционные технологии | | | |
| Арт-терапия | В ходе образовательной деятельности, режимных моментов | Используются для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя | Воспитатели,  педагоги дополнительного образования |
| Технологии музыкального воздействия | В различных формах физкультурно-оздоровительной работы, в ходе режимных моментов | Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя | Воспитатели,  Vузыкальный руководитель |
| Сказкотерапия | В организованной образовательной деятельности, в ходе режимных моментов | Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей | Воспитатели |
| Логоритмика | 1-2 раза в неделю на занятиях по музыкальному развитию |  | Воспитатели, музыкальный руководитель |