

МБДОУ детский сад №7 «Буровичок»



для родителей воспитанников

«Использование здоровьесберегающих технологий в ДОУ»

Подготовила и провела: Гареева А.Х., воспитатель
МБДОУ №7 «Буровичок»

г. Сургут, 2022

Цель: применение здоровьесберегающих технологий в воспитательнообразовательном процессе дошкольного учреждения.

Задачи:

- ☐ познакомить родителей с разнообразными приемами и методами, которые оказывают положительное воздействие на здоровье воспитанников
- ☐ поделиться личным опытом работы по сохранению здоровья дошкольников
- ☐ распространение педагогического опыта по применению здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе
- ☐ познакомить родителей с элементами ЗСТ .

Ход:

Воспитатель встречает родителей при входе в группу. Родители занимают свои места.

-Добрый день, уважаемые родители! Спасибо, что нашли время и пришли на родительское собрание.

Представляем вашему вниманию мастер-класс «Использование здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

Хотелось бы начать со слов великого русского педагога В.А. Сухомлинского: «Забота о здоровье - это важный труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь,

мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.»

Дошкольный период является наиболее благоприятным для формирования здорового образа жизни. Осознание ребенком своего "Я", правильное отношение к миру, окружающим людям — все это зависит от того насколько добросовестно, с любовью, грамотно воспитатель строит свою работу.

Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности.

Все, чему мы учим детей, они должны применять в реальной жизни. Итак,

[существует 10 заповедей](#) 1.Соблюдайте режим дня!

2.Обращайте больше внимания на питание!

3.Больше двигайтесь!

4.Спите в прохладной комнате!

5.Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!

6.Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью

7.Гоните прочь уныние и хандру!

8.Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!

9.Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!

10.Желайте себе и окружающим только добра!

Пришло время технологий, назначение которых - объединить педагогов, психологов, медиков, родителей и самое главное – самих детей на сохранение, укрепление здоровья, получили название

«здоровьесберегающие». Что же такое «здоровьесберегающие технологии»?

Здоровьесберегающие технологии - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. Здоровьесберегающая технология – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и медицинского работника.

Формы организации здоровьесберегающей работы в дошкольном учреждении:

1. **Физкультурные занятия** - это организованная форма обучения. Проводятся 2 раза в неделю в группе и один раз на прогулке.
2. **Утренняя гимнастика** - это важный элемент двигательного режима, средство для поднятия эмоционального тонуса детей.
3. **Подвижные и спортивные игры** - это игры с правилами, где используются естественные движения и достижение цели не требует высоких физических напряжений.
4. **Пальчиковая гимнастика** - это тренировка тонких движений пальцев и кисти рук.
5. **Артикуляционная гимнастика** - это упражнения для формирования правильного произношения: выработки полноценных движений губ, языка, челюсти.
6. **Гимнастика для глаз** - это упражнения для снятия глазного напряжения.
7. **Физкультминутки** - это динамические паузы для профилактики переутомления на занятиях интеллектуального цикла.
8. **Бодрящая гимнастика** - это переход от сна к бодрствованию через движения.
9. **Корректирующая гимнастика** - это система индивидуальных заданий, направленных на развитие и коррекцию конкретных видов движений и мышц.
10. **Физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами.**
11. **Физкультурные прогулки.**
12. **Физкультурные досуги**
13. **Спортивные праздники**

Практическая часть мастер-класса: Сейчас мы вам продемонстрируем:

1. **Массаж ладоней шестигранным карандашом.** Грани карандаша легко покалывают ладони и активизируют нервные окончания, снимают напряжение. Одним из видов нетрадиционного массажа является массаж с помощью карандашей. Научить детей самомассажу рук не сложно. С помощью шестигранных карандашей ребёнок массирует запястья, кисти рук: пальцы, ладони, тыльные поверхности ладоней, межпальцевые зоны. Такой массаж и игры с карандашами стимулируют речевое развитие малыша, способствуют овладению тонкими движениями пальцев. Очень нравятся детям массажные упражнения, которые сочетаются с проговариванием коротких стихотворений и рифмовок.
2. **Далее: Массаж с прищепками.** Бельевой прищепкой на ударные слоги стиха поочерёдно «кусаем» ногтевые фаланги: от указательного к мизинцу и обратно. После 1-го двустишия — смена рук.
(Проверьте на себе, чтобы прищепки были не слишком тугими.) Кусается сильно котёнок-глупыш, Он думает: это не палец, а мышь.
—Но я же играю с тобою, малыш!
—А будешь кусаться — скажу тебе «кыш!».
3. **Массаж ладоней массажными мячиками по методу Су – Джок терапии.** Цель массажа: воздействовать на биологически активные точки по системе Су - Джок, стимулируя речевые зоны коры головного мозга.

Су - Джок терапия – это последнее достижение восточной медицины. В переводе с корейского языка Су – кисть, Джок – стопа. Су Джок –терапия оказывает воздействие на биоэнергитические точки с целью активизации защитных функций организма и направлена на воздействие зон коры головного мозга с целью профилактики речевых нарушений.

Сейчас мы выполним массаж пальцев рук «Су-Джок» он будет представлен в стихотворной форме. Данный массаж выполняется специальным массажным шариком. Я буду проговаривать текст, и показывать движения, а вы повторяйте за мной.

Катится колючий ёжик, нет ни головы ни ножек

По ладошке бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит. (катаем шарик слегка сжимая ладонями прямыми движениями между ладонями) Мне по пальчикам бежит и пыхтит, пыхтит, пыхтит.

Бегаёт туда-сюда, мне щекотно, да, да, да. (движения по пальцам)

Уходи колючий ёж в тёмный лес, где ты живёшь! (кладём в ладонь шарик и берём подушечками пальцев) Спасибо, молодцы, у вас получилось.

4. Массаж ладоней.

Ежик колет нам ладошки, Поиграем с ним немножко. Если будем с ним играть — Ручки будем развивать.

Ловкими станут пальчики,

Умными — девочки, мальчики.

Ежик нам ладошки колет, Руки нам готовит к школе.

5. Гимнастика для глаз проводится в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога. **Гимнастика для глаз: «Солнышко»** Солнышко вставало, солнышко тучки считало.

Посмотрело вверх, посмотрело вниз,

Вправо, влево, глазками поморгало

И закрыло глазки, не хочется солнышку просыпаться!

Но просыпаться надо.

Солнышко проснулось, к щёчкам прикоснулось.

(Дети гладят себя по щекам).

Лучиками провело и погладило, и погладило.

(Дети гладят себя по голове).

Если мы хотим, чтобы у наших детей было хорошее зрение, мы должны на своих занятиях уделять достаточно много времени гимнастике для глаз.

А сейчас я хочу познакомить вас с ещё одним

6. Метод - кинезиология

Кинезиология — наука о развитии головного мозга через определённые двигательные упражнения. Основателями кинезиологии являются американские педагоги, доктора наук Пол и Гейл Деннисоны.

Упражнение с педагогами: «Кулак-ребро-ладонь»

«Кулак-ребро-ладонь» - четыре положения руки на плоскости последовательно сменяют друг друга. Выполняется сначала правой рукой, затем левой рукой. Затем двумя руками одновременно.

Ладонки вверх,

Ладонки вниз,

А теперь их на бочок-

И зажали в кулачок.

7. Бодрящая гимнастика проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В её комплекс входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на

коррекцию плоскостопия (хождение по корригирующим дорожкам), воспитания правильной осанки, обширное умывание.

Глазки открываются,

Глазки просыпаются,

Потягушки — ножки, Потягушки

— пяточки, Ручки и ладошки,

Сладкие ребяточки!

8. Самомассаж - это массаж, выполняемый самим ребёнком. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку. Он способствует не только физическому укреплению человека, но и оздоровлению его психики. Самомассаж проводится в игровой форме в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях. Весёлые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота, доступность, возможность использования в различной обстановке делают его для ребенка доступным и интересным.

«Путешествие по телу». А теперь я вам буду рассказывать стихотворение, а вы на себе покажите всё, что названо. К чему можно прикоснуться - погладьте и помассируйте! Есть на пальцах наших ногти, на руках — запястья, локти, Темя, шея, плечи, грудь И животик не забудь! Бёдра, пятки, двое стоп, Голень и голеностоп. Есть колени и спина, Но она всего одна! Есть у нас на голове уха два и мочки две.

Брови, скулы и виски, И

глаза, что так близки.

Щёки, нос и две ноздри,

Губы, зубы – посмотри!

Подбородок под губой

Вот что знаем мы с тобой!

9. Сказкотерапия – используется для психотерапевтической и развивающей работы.

Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. Сказки не только читаем, но и обсуждаем с детьми. Дети очень любят «олицетворять» их, обыгрывать. Для этого используем кукольный театр, ролевые игры, в которых дети перевоплощаются в разных сказочных героев. Дети также сами сочиняют сказки, ведь придуманная сказка ребёнком, открывающая суть проблемы - основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми.

Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребёнка привычку к здоровому образу жизни.

Итог мастер- класса

Уважаемые родители, мы поделились с вами вариативностью использования в своей работе разнообразных методов и приёмов для сохранения и укрепления здоровья наших воспитанников. Мы можем с уверенностью сказать, что они оказывают положительное воздействие на здоровье детей во всех смыслах этого слова, у детей повышается работоспособность, улучшается качество образовательного процесса, они всегда в хорошем настроении, а это для нас самое главное.

И в завершении мастер – класса мы предлагаем вам провести рефлекссию

Упражнение «Сказка о разноцветной звезде»

«Высоко-высоко в темном небе, на одной огромной звездной поляне жили-были звезды. Было их очень много и все они были очень красивыми. Люди на земле каждую ночь любовались ими. Но все эти звезды были разных цветов. Здесь были красные звезды, и тем, кто рождался под их светом, они дарили смелость. Такие люди становились храбрыми и отважными. Были и синие звезды - они дарили людям красоту. Тот, кто рождался под светом этой звезды, становился очень красивым. Были на поляне и желтые

звезды - они одаривали людей умом. А еще на поляне были зеленые звезды - тот, кто рождался под светом их зеленых лучей, становился очень добрым, видел во всех людях хорошее, помогал им. И вот однажды на звездном небе что-то вспыхнуло! Все звезды собрались посмотреть, что же произошло. А это на небе появилась еще одна маленькая звездочка. Но она была абсолютно... белая! Огляделась звездочка вокруг и даже зажмурилась: сколько прекрасных звезд вокруг – прошептала звездочка. “А что ты даешь людям?” – спросили ее другие звезды. Я знаю, что среди всех присутствующих нет таких звезд, которые были бы бесцветными.

Я желаю вам светится всегда и везде, уважаемые родители!

Рефлексия участников мастер-класса

Наш мастер-класс подошёл к концу. Благодарим вас за работу, с вами было очень легко и приятно работать. Есть ли у вас вопросы и предложения?
До новых встреч!

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 7 «БУРОВИЧОК»
(МБДОУ № 7 «Буровичок»)**

П Р И К А З

«14» ноября 2022 г.

№ДС7-11-280/2

г. Сургут

О проведении акции
«Бирюзовая ленточка»,
приуроченная к Международному
дню отказа от курения

В рамках реализации межведомственного плана профилактических мероприятий
в муниципальных общеобразовательных учреждениях на 2022/23 учебный год.

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Воспитателям всех возрастных групп:

1.1 С 14.11.2022 по 20.11.2022 запланировать и организовать изготовление
бирюзовых ленточек – символа чистого дыхания, свободного от табачного дыма,
– для вручения их своим родным и близким

1.2 Отразить проведение данных мероприятий в учебной документации по
планированию ежедневной организации образовательной деятельности групп
воспитанников;

2. Назначить ответственных за проведение акции: старшего воспитателя – Р.П.
Мартынову, воспитателя – З.М. Мамутову

3. Воспитателю З.М. Мамутовой систематизировать результаты проводимой
акции и отразить их в презентации в формате Power Point.

4. Старшему воспитателю Р.П. Мартыновой:

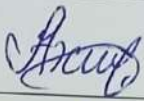
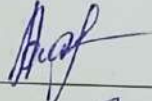
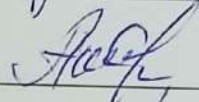
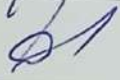
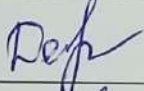
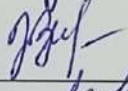
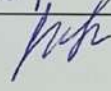
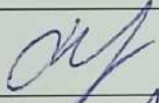
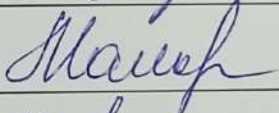
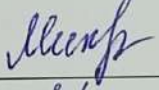
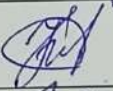
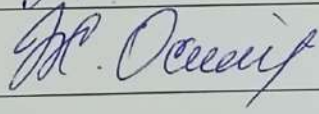
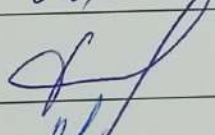
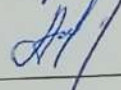
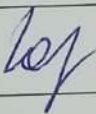
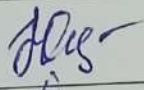
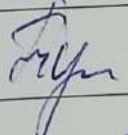
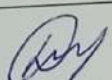
Разместить информацию о проведённых мероприятиях на официальном
сайте ДОУ <https://ds7.edu-sites> в разделе «Новости»;

5. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.



С.А. Матвиенко

Заведующий

№ п/п	ФИО	Подпись
1.	Ширинбекова Раиса Мамедовна	
2.	Абдурахманова Марьям Магомедовна	
3.	Абасова Таиса Мирзеселимовна	
4.	Джемалиева Марзият Алимхановна	
5.	Дейцева Мария Сергеевна	
6.	Зарахаева Эльвира Сергеевна	
7.	Кипрушкина Галина Аркадьевна	
8.	Кияткина Ксения Александровна	
9.	Мамутова Залина Анваровна	
10.	Мальханова Галина Федоровна	
11.	Михайлова Людмила Александровна	
12.	Кряжева Светлана Дмитриевна	
13.	Осина Жанна Дмитриевна	
14.	Садыкова Ляйсан Фанависовна	
15.	Федорова Инга Витальевна	
16.	Хабиева Барият Алиевна	
17.	Юхименко Антонина Георгиевна	
18.	Юдина Мария Михайловна	
19.	Тугушева Гульфира Мясутьевна	
20.	Гареева Айгуль Хамитовна	
21.	Абдулманова Дияра Зайнулловна	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 7 «БУРОВИЧОК»
(МБДОУ № 7 «Буровичок»)

П Р И К А З

28.04.2023 г.

№ДС7-11-128/3

г. Сургут

О проведении групповых
родительских собраний

На основании плана работы МБДОУ №7 «Буровичок» на 2022-2023 учебный период, с целью подведения итогов и дальнейшего вовлечения родительской общественности в образовательный процесс МБДОУ №7 «Буровичок» по вопросам развития и воспитания обучающихся

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить график проведения групповых родительских собраний согласно приложению 1.
2. Воспитателям всех возрастных групп:
 - 2.1. Проинформировать родителей (законных представителей) обучающихся о проведении родительского собрания в срок до 15.05.2023;
 - 2.2. Предоставить план проведения родительского собрания старшему воспитателю Мартыновой Р.П. до 10.05.2023;
 - 2.3. Подготовить мультимедийные презентации, памятки, тексты выступлений и иной материал для проведения собрания;
 - 2.4. Предоставить протокол проведения родительского собрания старшему воспитателю Мартыновой Р.П. до 23.05.2023.
3. Учителям, педагогам-психологам подготовить материал для выступления на собрании в срок до 15.05.2023.
4. Контроль за выполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий

С.А. Матвиец



СЕРТИФИКАТ

подтверждает, что

СЕМЬЯ:

**Марьина Екатерина Владимировна
Пугач Александр Максимович**

приняла участие в семейной викторине
«Что Вы знаете о трех
ратных полях России?»

Результат в баллах: 11

г. Сургут
2023/24 учебный год



Три ратных поля
РОССИИ
в Сургуте

СЕРТИФИКАТ

подтверждает, что

СЕМЬЯ:

Гареева Айгуль Хамитовна
Гареев Ролан

приняла участие в семейной викторине
«Что Вы знаете о трех
ратных полях России?»

Результат в баллах: 11

г. Сургут
2023/24 учебный год



СЕРТИФИКАТ

подтверждает, что

СЕМЬЯ:

**Керимова Саида Аслановна
Керимова Диана Ренатовна**

приняла участие в семейной викторине
«Что Вы знаете о трех
ратных полях России?»

Результат в баллах: 9

г. Сургут
2023/24 учебный год

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 7 «БУРОВИЧОК»
(МБДОУ № 7 «Буровичок»)**

П Р И К А З

№ДС7-11-37/3

«10» февраля 2023 г.

г. Сургут

Об участии в городской лыжной гонки
«Сургутская лыжня – 2023» в рамках ХLI
открытой Всероссийской массовой
лыжной гонки «Лыжня России – 2023»

На основании письма управления физической культуры Администрации города от 31.01.2023 № 03-02-164/3. В соответствии с Положением о проведении городской лыжной гонки «Сургутская лыжня-2023» в рамках ХLI Всероссийской массовой лыжной гонки «Лыжня России – 2023». В целях развития и популяризации лыжных гонок на территории Ханты Мансийского автономного округа – Югры, а также привлечения к систематическим занятиям физической культурой и спортом населения муниципального образования городской округ город Сургут
ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Принять участие в городской лыжной гонки «Сургутская лыжня – 2023» в рамках ХLI открытой Всероссийской массовой лыжной гонки «Лыжня России – 2023», 11 февраля 2023 года на стадионе «Спортивное ядро в микрорайоне 35А»;

2. Назначить ответственными за организацию участия педагогов, воспитанников и их родителей МБДОУ №7 «Буровичок» в городской лыжной гонки «Сургутская лыжня – 2023» учителей физической культуры: Гаврилова А.О., Коробову Е.А., Ильбулову А.Я. ;

3. Утвердить:

3.1. Состав рабочей группы по организации участия воспитанников и их родителей в городской лыжной гонки «Сургутская лыжня – 2023», согласно приложению 1;

4. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

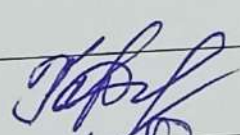
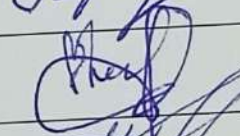
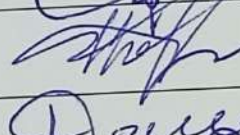
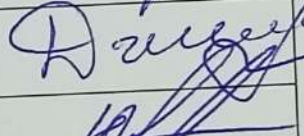
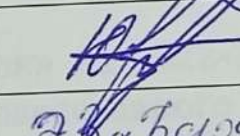
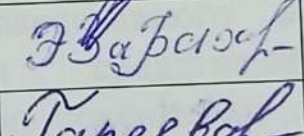
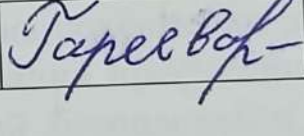
Заведующий



С.А.Матвиец

Приложение №1
к приказу от 10 февраля 2023 г. № ДС7-11-37/3

Состав рабочей группы по организации участия воспитанников и их родителей в городской лыжной гонки «Сургутская лыжня – 2023»

№ п/п	Ф.И.О. сотрудника	Должность	Подпись
1.	Гаврилов А.О.	Учитель физической культуры	
2.	Коробова Е.А.	Учитель физической культуры	
3.	Ильбулова А.Я.	Учитель физической культуры	
4.	Джемалиева М.А.	Воспитатель	
5.	Юхименко А.Г.	Воспитатель	
6.	Зарахаева Э.С.	Воспитатель	
7.	Гареева А.Х.	Воспитатель	



Международный образовательный портал

ОДАРЁННОСТЬ

СВИДЕТЕЛЬСТВО О ПУБЛИКАЦИИ

СЕРИЯ OD-24454-719

Настоящее свидетельство подтверждает, что

Гареева Айгуль Хамитовна

воспитатель

МБДОУ №7 "Буровичок" ХМАО-Югра г. Сургут

Опубликовал (-а) учебно-методический материал

Мастер класс с родителями "Мы - космонавты"

на образовательном портале «Одарённость»

Адрес публикации: <https://ya-odarennost.ru/p/24454.html>

Дата публикации: 14 апреля 2024 г.

Главный редактор
СМИ Международный образовательный портал
«Одарённость» ya-odarennost.ru



Аникина И.С.



Свидетельство о регистрации СМИ: Эл № ФС 77-63331 выдано 09.10.2015 г.
Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий
и массовых коммуникаций (РОСКОМНАДЗОР, г. Москва)

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 7 «БУРОВИЧОК»
(МБДОУ № 7 «Буровичок»)**

П Р И К А З

16.01.2024

№ДС7-11-15/4

г. Сургут

О проведении мероприятий, приуроченных к году «Семьи», в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении детском саду №7 «Буровичок»

В соответствии с Указом Президента Российской Федерации, с целью является популяризация государственной политики в сфере защиты семьи, сохранения традиционных семейных ценностей в МБДОУ №7 «Буровичок»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Запланировать и провести цикл мероприятий, приуроченных году «Семьи» в период с 26.01.2023 по 27.12.2023 согласно приложению 1.
2. Утвердить состав рабочей группы по реализации плана мероприятий согласно приложению 2.
3. Заместителю заведующего по УВР Аруслановой Н.Н.:
 - 3.1. В срок до 18.01.2024 заполнить гугл-форму о планируемых мероприятиях по ссылке: <https://kurl.ru/RztzU>
 - 3.2. Своевременно освещать в социальных сетях, официальном сайте ДОУ информацию о проведенных мероприятиях.
4. Контроль за выполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий



С.А. Матвиец

01.03.2024, музыкальный зал	Практикум для детей и родителей «Весна- красна»	Мероприятие, направленное на сплочение семей, формирование различных способов совместного досуга	Мазелюк Александра Игоревна, Крюкова Мария Алексеевна, Ветошкина Марина Викторовна, Минибаева Татьяна Борисовна, Арсланова Луиза Афтаровна, учителя- логопеды
05.03.2024 – 07.03.2024, музыкальный зал	«8 марта»	Праздничное мероприятие для мам, бабушек воспитанников.	Маркварт Марина Леонидовна, Генинг Наталья Владимировна, Менязева Ольга Сергеевна, Авакян Арминэ Валерьевна, учителя музыки
25.03.2024 – 29.03.2024, групповые помещения	«День открытых дверей»	Мероприятия, проведенные совместно с родителями (законными представителями), при активном участии родителей.	Гареева Айгуль Хамитовна, Белова Наталья Александровна, Кожевникова Наталья Николаевна, Абдрахимова Диляра Зайнулловна, воспитаатели