



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОБУ детский сад №125  
города Сочи *Казанцева* С. Ф. Казанцева

Приказ по МДОБУ детский сад №125 города Сочи  
от 31.08.2023 г №108

### Здоровьесберегающие технологии, используемые в МДОБУ детский сад №125 города Сочи

Виды здоровьесберегающих педагогических технологий	Время проведения в режиме дня	Особенности методики проведения	Ответственный
<b>1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья</b>			
Подвижные игры	Ежедневно для всех возрастных групп. Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате – малой и средней степенью подвижности.	Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр	Воспитатели, инструктор по физической культуре
Гимнастика пальчиковая	С младшего возраста индивидуально либо с подгруппой детей, ежедневно	Проводится со всеми, особенно с детьми с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время)	Все педагоги МДОБУ
Гимнастика для глаз	Ежедневно по 3 – 5 минуты во время занятий, в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста	Используется наглядный материал, показ педагога	Все педагоги МДОБУ
Гимнастика дыхательная	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечение проветривания помещения, проведение инструктажа педагогам с детьми об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры	Все педагоги МДОБУ
<b>2. Технологии обучения здоровому образу жизни</b>			



Игротренинги и игротерапия	Занятия с педагогом-психологом. В группах – в свободное время, можно во второй половине дня.	Занятия в группе может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности	Педагог-психолог, воспитатели
Беседы из серии «Забочусь о своем здоровье»	1 раз в неделю по 10 минут с дошкольного возраста	Включены в сетку совместно организованной деятельности	Педагоги МДОБУ
Занятия-беседы из серии «Основы безопасности жизнедеятельности»	1 раз в неделю во всех возрастных группах	Включены в сетку непосредственной образовательной деятельности в раздел «Познавательное развитие»	Воспитатели
Точечный самомассаж	Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое удобное для педагога время со старшего возраста	Проводится строго по специальной методике. Показана детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями ЛОР-органов.	Воспитатели, инструктор по физической культуре
<b>3. Коррекционные технологии</b>			
Арт-терапия (элементы)	Сеансами по 10-12 занятий по 20-30 минут со средней группы	Занятия проводятся по подгруппам 10-13 человек, программа имеет диагностический инструментарий. Особое внимание уделяем цветовой гамме интерьеров МБДОУ. Правильно подобранные цвета снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка	Педагог-психолог, воспитатели (элементы)
Сенсорно - динамические упражнения	Сеансами от 15 до 25 минут для детей со средней группы	Занятия проводятся по подгруппам 10-13 человек, программа направлена на развитие тактильных ощущений и развитие вестибулярного аппарата, развитие прорецепции,	Инструктор по физической культуре



		ощущение своего тела в пространстве, развитие зрительной координации и укрепление межполушарных связей	
Технологии музыкального воздействия	В различных формах физкультурно-оздоровительной работы	Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.	Все педагоги
Сказкотерапия	2-4 занятия в месяц по 30 минут со старшего возраста	Занятия используются 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	Педагог-психолог
Технологии коррекции поведения	Сеансами по 10-12 занятий по 25-30 минут со старшего возраста	Проводятся по специальным методикам в малых группах по 6-8 человек. Группы состояются не по одному признаку – дети с разными проблемами занимаются в одной группе. Занятия проводятся в игровой форме, имеют диагностический инструментарий и протоколы занятий	Технологии коррекции поведения
Фонетическая ритмика	2 раза в неделю с младшего возраста не раньше, чем через 5 минут после приема	Занятия рекомендованы в профилактических целях. Цель занятий –	Учитель-логопед, воспитатели



	пищи. В физкультурном или музыкальном залах: младший возраст – 5 минут, старший возраст – 5-10 минут.	фонетическая грамотная речь без движений	
Кинезиологические упражнения, развивающие межполушарное взаимодействие (мозолистое тело)	2-3 раза в неделю со среднего возраста	Используется комплекс кинезеологических упражнений, а также упражнения направленные на развитие точности движений пальцев и способности к переключению с одного движения на другое. Для постепенного усложнения упражнений можно использовать: ускорение темпа выполнения; выполнение с легко прикушенным языком и закрытыми глазами (исключение речевого и зрительного контроля); подключение движений глаз и языка к движениям рук; подключение дыхательных упражнений и метода визуализации.	Профильные специалисты, воспитатели
Су Джок терапия (элементы)	Работа проводится на занятиях перед выполнением заданий, связанных с рисованием и письмом, в течение 1 минуты. Массаж пальцев проводят во всех группах МБДОУ, начиная с 3 лет.	Стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики). Эффективен и ручной массаж пальцев. Особенно важно воздействовать	Воспитатели, педагог-психолог, учителя-логопеды, учителя-дефектологи, инструкторы по физической культуре



		на большой палец, отвечающий за голову человека. Кончики пальцев и ногтевые пластины отвечают за головной мозг. Массаж проводится до появления тепла.	
Биоэнергопластика	2-3 раза в неделю со среднего возраста	Содружественное взаимодействие руки и языка. Для более успешного восприятия материала используется «Театр пальчиков и языка». Эти упражнения могут чередоваться с массажем или заменять его.	Воспитатели, педагог-психолог, учителя-логопеды, учителя-дефектологи, инструкторы по физической культуре
Алфавит телодвижений	2-3 раза в неделю со среднего возраста	Показ букв с помощью движения рук, ног, наклонов туловища и головы, полуприседаний, приседаний. Улучшаются показатели двигательной сферы, осанка, возрастают показатели двигательной памяти и фонематического слуха.	Учитель-логопед
Упражнения для стимулирования и развития абстрактно-логического мышления	2-3 раза в неделю со среднего возраста	В результате упражнений улучшается память, повышаются интеллектуальные возможности, активизируется работа головного мозга.	Учитель-логопед, педагог-психолог
«Нейропсихологическая профилактика и коррекция психологического развития дошкольников по методу замещающего онтогенеза» по	Ежедневно в режиме утренней гимнастики, дополнительного образования второй половины дня	устранение двигательных нарушений, развития аналитико-синтетической функции коры головного мозга, интеллекта, мелкой и	Воспитатели, педагог-психолог, учителя-логопеды, учителя-дефектологи, инструкторы по

методике А. В. Семинович		крупной моторики, ориентировки в пространстве и т.д.	физической культуре
Игры Воскобовича	Два раза в неделю во второй половине дня дети играют подгруппами по 8-10 человек	Развитие логического мышления и памяти	Педагог - психолог