**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**
**«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА- ДЕТСКИЙ САД №6»**
**(структурное подразделение по адресу ул. Хворостухина д.9 )**

# *Формирование основ здорового образа жизни у детей старшего дошкольного возраста по средствам ИКТ— технологий.*

***«Я не боюсь ещё и ещё раз повторять:***
***забота о здоровье – это важнейший***
***труд педагога. От жизнерадостности,***
***бодрости детей зависит их духовная жизнь,***
***мировоззрение, умственное развитие,***
***прочность знаний, вера в свои силы».***

# В номере:

*Здоровьесбережение в ДОУ по ФГОС. Стр. 3.*

*Особенности использования ИКТ — технологий при формировании основ здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраста.*
*Стр. 5.*

*Здоровьесберегающие технологии на занятиях с ИКТ—технологиями.*
*Стр. 8.*

# *Здоровьесбережение в ДОУ по ФГОС*

Дошкольный возраст обоснованно считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. В этом возрасте более интенсивно развиваются различные способности, формируются нравственные качества, вырабатываются черты характера. Именно в данном возрастном периоде закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств, необходимых для эффективного участия ребенка в различных формах двигательной активности, что, в свою очередь, создает условия для активного и направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей дошкольника.

Что же такое здоровье? Обратимся к **«Словарю русского языка» С. И. Ожегова:** *«Правильная, нормальная деятельность организма»*. В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Именно поэтому проблему здоровья следует рассматривать в широком социальном аспекте.

**Федеральный государственный образовательный стандарт** дошкольного образования определяет, как одну из важнейших задач, охрану и укрепление здоровья воспитанников через создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса психолого - педагогической, профилактической и оздоровительной работы.

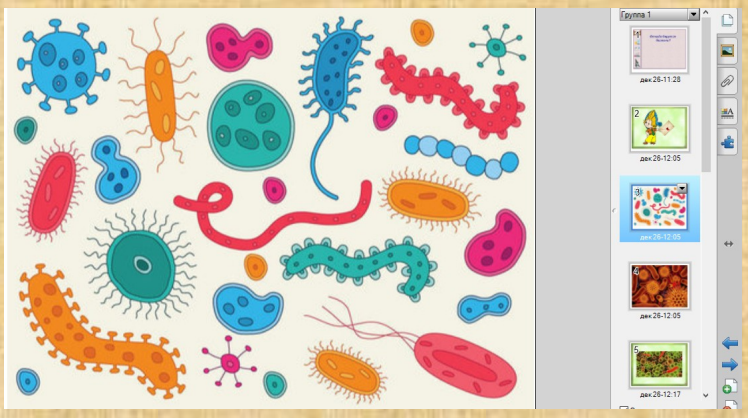
В соответствии с этим особую актуальность приобретает поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка.

В соответствии с этим особую актуальность приобретает поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка.

# *Особенности использования ИКТ — технологий при формировании основ здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраста.*

**«Компьютерные технологии призваны в настоящий момент стать не дополнительным «довеском» в обучении и воспитании, а неотъемлемой частью целостного образовательного процесса, значительно повышающей его качество» (Из «Концепции долгосрочного социально-экономического развития РФ на период до 2020 года»).**

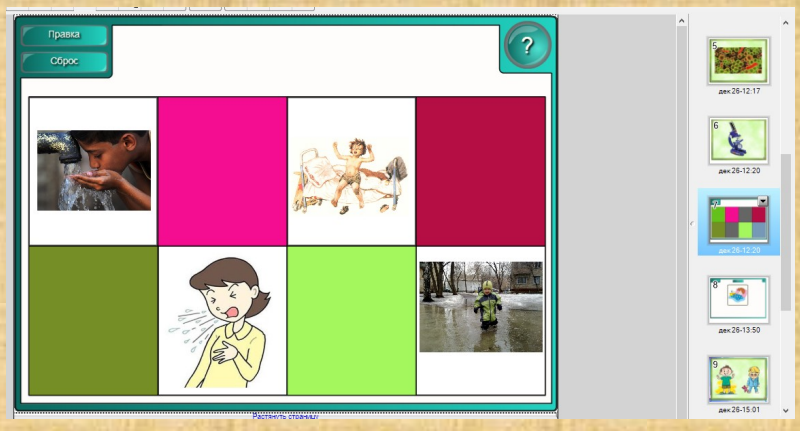
Самой актуальной проблемой на сегодняшний день является сохранение и укрепление здоровья детей. Здоровье рассматривается как физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет быть человеку активным в своей жизни, добиваться успехов в различной деятельности. Для достижения гармонии с природой, самим собой необходимо учиться заботиться о своём здоровье с детства. Очень важным на сегодняшний день является формирование у детей дошкольного возраста, убеждений в необходимости сохранения своего здоровья и укрепления его посредством здоровьесберегающих технологий и приобщения к здоровому образу жизни.



Человек—сам творец своего здоровья, за которое надо бороться. С раннего возраста необходимо вести активный образ жизни, закаливаться, заниматься физкультурой и спортом, соблюдать правила личной гигиены, - словом, добиваться разумными путями подлинной гармонии здоровья.

Заинтересовать детей, сделать процесс формирования ценностей здорового образа жизни более интересным и занимательным, на данном этапе развития общества, призваны информационно-коммуникативные технологии.

Подрастающее поколение живёт в мире электронной культуры и подчас лучше нас разбирается в нём. Их мир игры—это компьютерные игры, электронные игрушки, игровые приставки. Дети воспринимают информацию посредством телевидения, телефона, персонального компьютера. И поэтому электронная информация более интересна и близка им, она создаёт у детей бодрое настроение, облегчает преодоление трудностей в усвоении учебного материала.




ИКТ—это полезный инструмент для организации и проведения занятий по формированию здорового образа жизни у воспитанников.

На занятиях и совместной деятельности использую:

1. Интерактивные дидактические игры («Полезные продукты», “Витамины”, “Прогулка” и т.д.);
2. Занятия, разработанные для интерактивного оборудования (стол, доска в ПО SMART Table и SMART Notebook)
3. Электронные презентации («Мы здоровью скажем да», “Правильное питание”, “Спорт—источник здоровья”, “Олимпийские виды спорта” и т.д.);
4. Мини-проекты на тему сохранения здоровья.

Таким образом, *средствами информационно-коммуникативных технологий проводятся различные виды учебной деятельности, которые позволяют в доступной форме сформировать у дошкольников здоровьесберегающие компетенции* (элементарные представления о видах спорта, способах сохранения здоровья, здоровом образе жизни; формируется понимание необходимости здоровьесберегающего поведения).

# *Здоровьесберегающие технологии на занятиях с ИКТ— технологиями.*

**«Здоровье - не всё, но всё без здоровья - ничто»**

Сократ

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у детей культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

*Здоровьесберегающие технологии на занятиях с ИКТ—это*:

- условия обучения ребенка в процессе занятия (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);
- рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);
- соответствие учебной и физической нагрузок возрастным возможностям ребенка;
- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.
- использование разнообразных видов здоровьесберегающей деятельности учащихся, направленных на сохранение и повышение резервов здоровья, работоспособности.

***Методические рекомендации по применению здоровьесберегающих технологий на ИКТ-занятиях:***

1. Для обеспечения безопасного сотрудничества ребенка с интерактивным оборудованием на занятиях необходимо соблюдение санитарно – гигиенических требований (СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 «Гигиенические требования к видеодисплейным терминалам, персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы») .

2. Для сохранения здоровья воспитанников и эффективной работы необходимо проводить динамические паузы, физминутки и зрительные гимнастики.

# *Список литературы*

1. Горвиц, Ю.М. Новые информационные технологии в дошкольном образовании.. – М., 1998.

2. Ирхин В. Н. Здоровьесберегающая деятельность педагога дошкольного образовательного учреждения / Ирхин В. Н., Кортюкова Е. А. — Б., 2006г.

3. Крапивенко, А.В. Технологии мультимедиа и восприятие ощущений – М., 2009.

4. Леоненко О.Б. Использование мультимедийных презентаций в дошкольном учреждении // Справочник старшего воспитателя дошкольного учреждения. - 2009 г. №4.

5. СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 «Гигиенические требования к видеодисплейным терминалам, персональным электронно-вычислительным машинам и организации