



***БЫТЬ
ЗДОРОВЫМИ
ХОТИМ !***

Воспитатель Чернышева Людмила
Николаевна

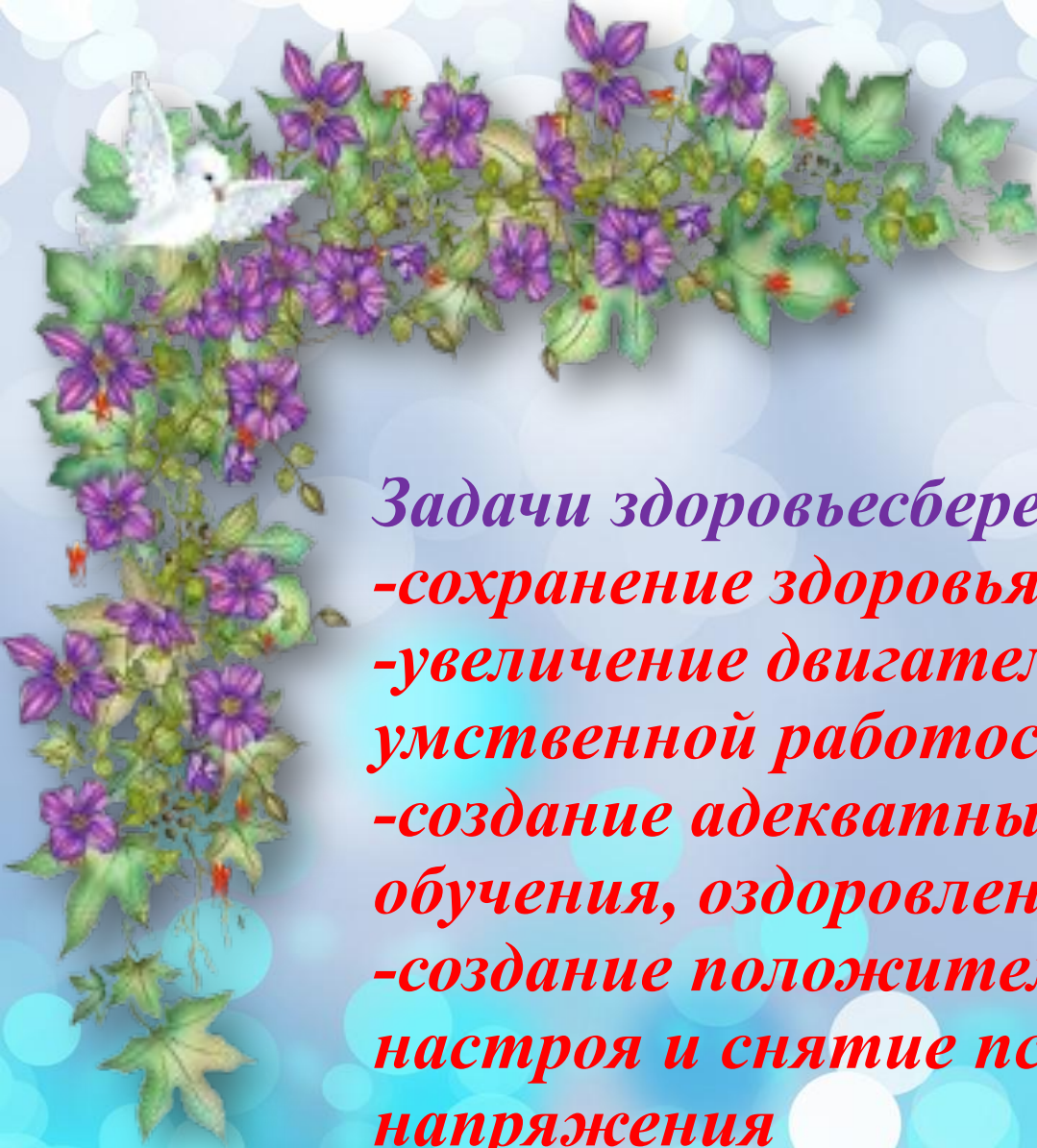
текст

*«Детям совершенно так же,
как и взрослым, хочется быть
здоровыми и сильными,
только дети не знают, что
для этого надо делать.
Объясни им, и они будут
беречься»*

Януш Корчак



**Здоровье - это состояние полного
физического, психического
и социального благополучия, а не
просто отсутствие болезней или
физических дефектов.
(Всемирная организация
здравоохранения)**



Задачи здоровьесбережения

-сохранение здоровья детей

-увеличение двигательной активности и умственной работоспособности

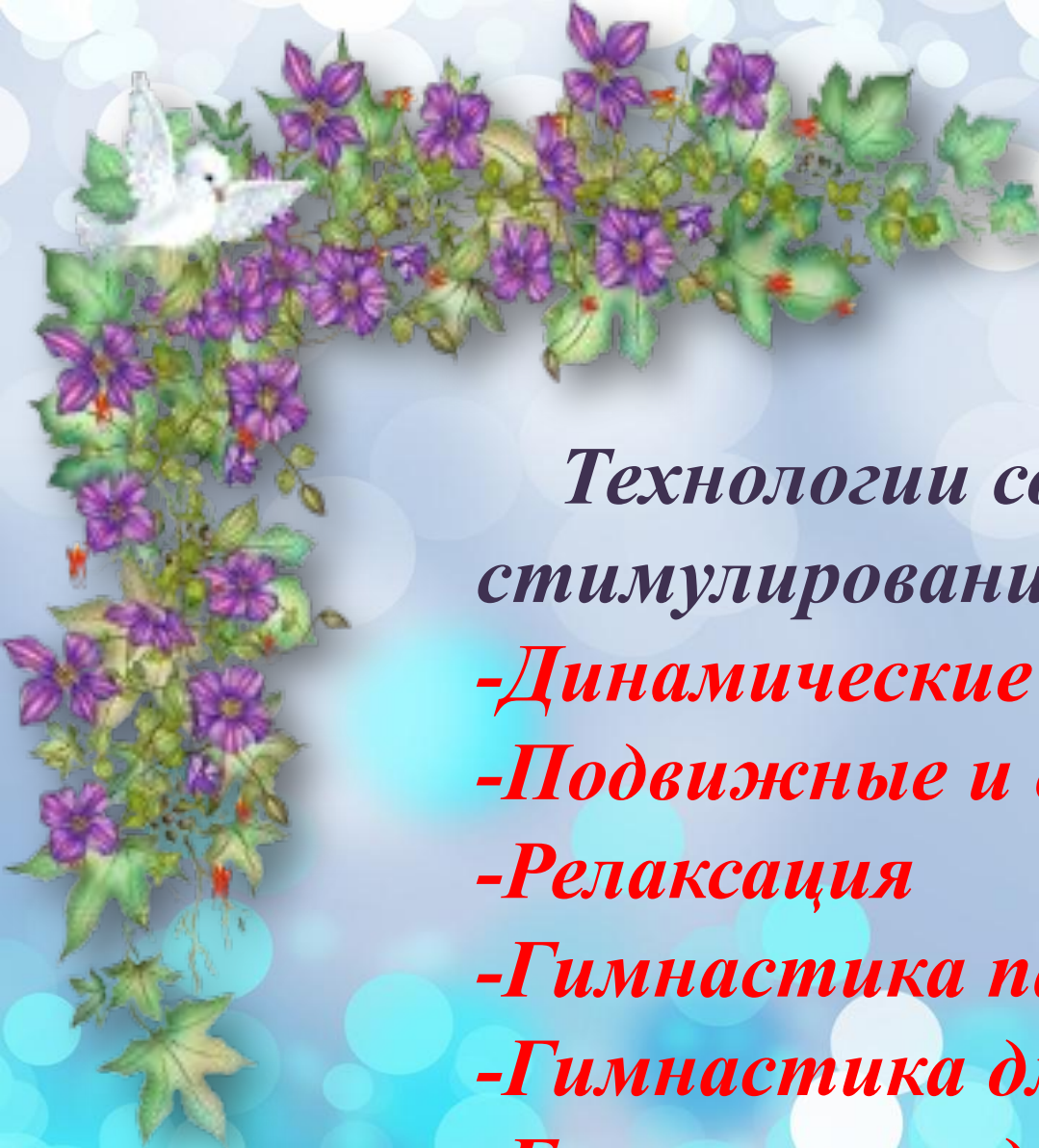
-создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей

-создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения



*Здоровьесберегающие
образовательные технологии
делятся на три группы:*

- 1. Технологии сохранения и
стимулирования здоровья*
- 2. Технологии обучения здоровому
образу жизни*
- 3. Коррекционные технологии.*



Технологии сохранения и стимулирования здоровья.

- Динамические паузы*
- Подвижные и спортивные игры*
- Релаксация*
- Гимнастика пальчиковая*
- Гимнастика для глаз*
- Гимнастика дыхательная*
- Динамическая гимнастика*



*Технологии обучения
здоровому образу жизни*

- Физкультурные занятия*
- Точечный массаж*
- Проблемно – игровые и
коммуникативные игры*



Коррекционные технологии

- Сказкотерапия***
- Песочная терапия***
- Арт –терапия***
- Музыкотерапия***













