

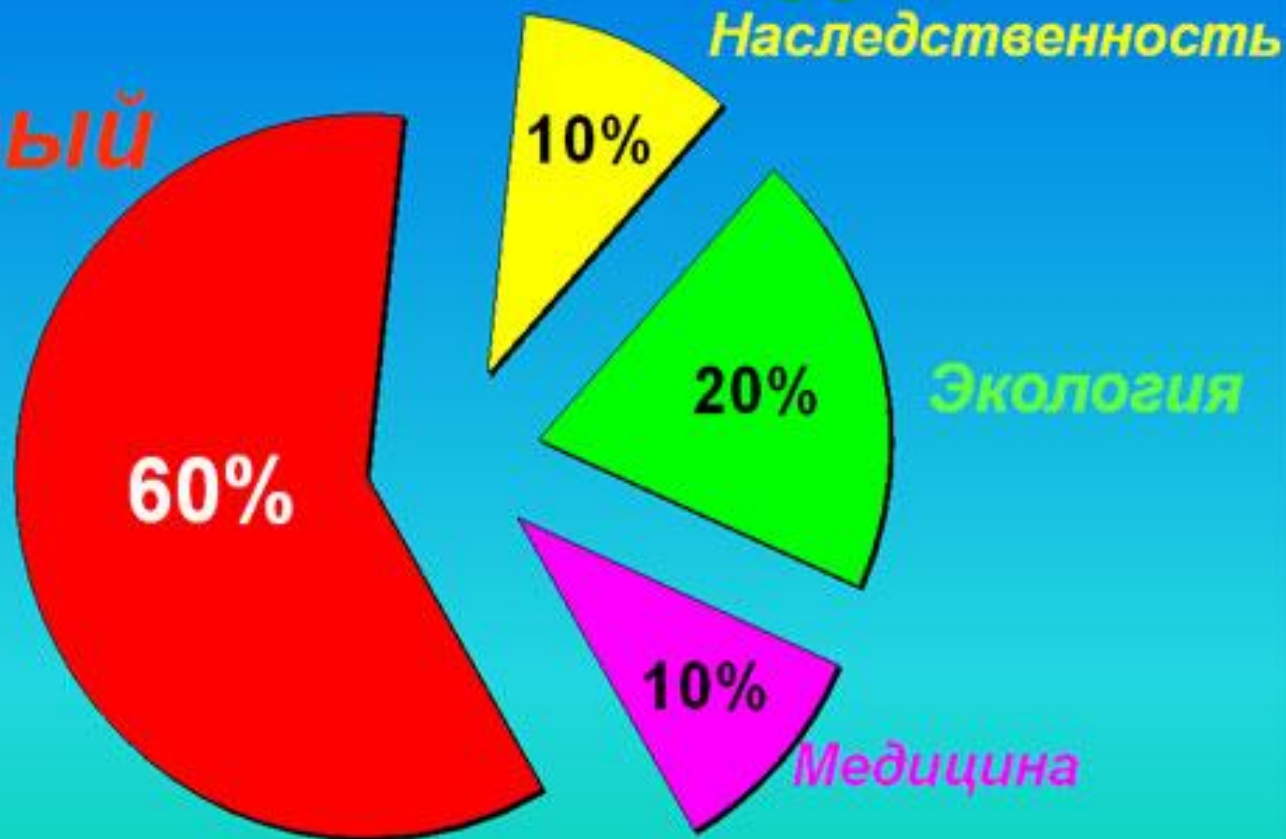
Проект на тему:

*«ЭТО ЗНАЮТ ВСЕ ВОКРУГ,
ЧТО ЗДОРОВЬЕ - ЛУЧШИЙ ДРУГ»*



От чего зависит наше здоровье?

Здоровый
образ
жизни



Понятие ЗОЖ

Здоровый образ жизни (ЗОЖ)

- это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закаливающий и, в то же время, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье.

[на главную](#)



УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ К ЗОЖ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

СОЗДАНИЕ ВОКРУГ РЕБЕНКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
СРЕДЫ, НАПОЛНЕННОЙ ТЕРМИНАМИ, СИМВОЛАМИ,
АТТРИБУТАМИ, ТРАДИЦИЯМИ ЗОЖ



НАЛИЧИЕ В БЛИЖАЙШЕМ ОКРУЖЕНИИ ДО-
ШКОЛЬНИКА ЛЮДЕЙ, ВЕДУЩИХ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ
ЖИЗНИ

СОЗДАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
ФОНА ПРИ ФОРМИРОВАНИИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ,
НАВЫКОВ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА

ФОРМИРОВАНИЕ АКТИВНОЙ ПОЗИЦИИ РЕБЕНКА В
ОСВОЕНИИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ
ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА



УЧЕТ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ
И ТИПОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ДЕТЕЙ ПРИ
ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ

СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ



• **ЭКОЛОГО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ
ФАКТОРЫ**



• **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ
ФАКТОРЫ**



• **СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ**



Что такое здоровье сберегающие технологии?

Здоровье сберегающие технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.



В настоящее время в группе реализуются следующие здоровьесберегающие технологии:

1. Сохранения и стимулирования здоровья

(ритмопластика, динамические паузы, (минутки), релаксация, подвижные и спортивные игры);

2. Эстетической

направленности (гимнастика: пальчиковая, язычковая, для глаз, дыхательная, бодрящая, корригирующая);

3. Обучения здоровому образу

жизни (физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия), коммуникативные игры, занятия из серии «здоровье», **самомассаж, точечный самомассаж**, утренняя гигиеническая гимнастика);

4. Коррекционные (технологии музыкального воздействия, сказкатерапия, технологии воздействия цветом, психогимнастика).



Точечный массаж –
элементарный приём
самопомощи своему
организму. Упражнения
точечного массажа учат
детей сознательно
заботиться о своём
здоровье, прививают им
уверенность в том, что они
сами могут помочь себе
улучшить своё
самочувствие. Наряду с
этим точечный массаж
является профилактикой







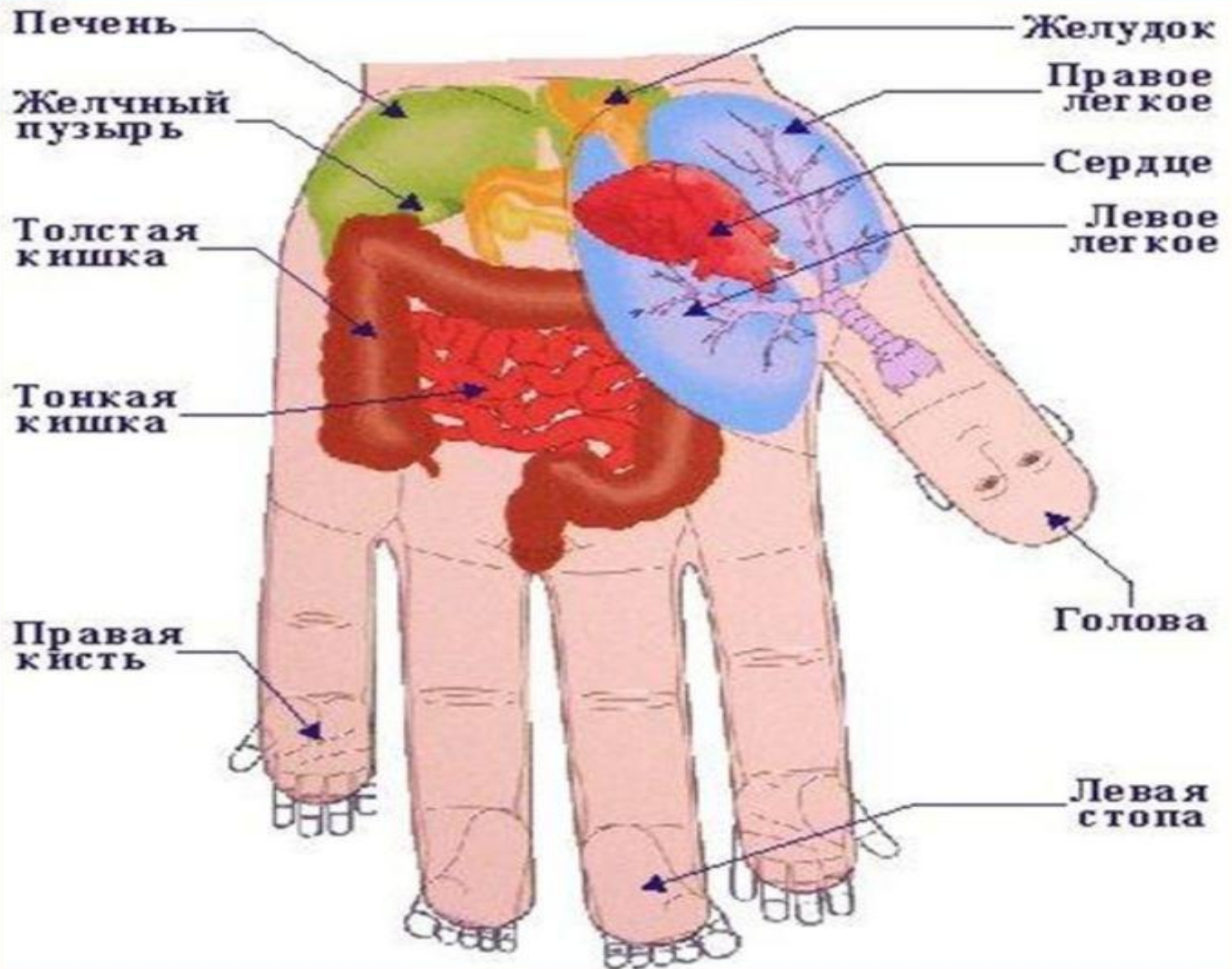


Схема рефлেকторных зон на стопах

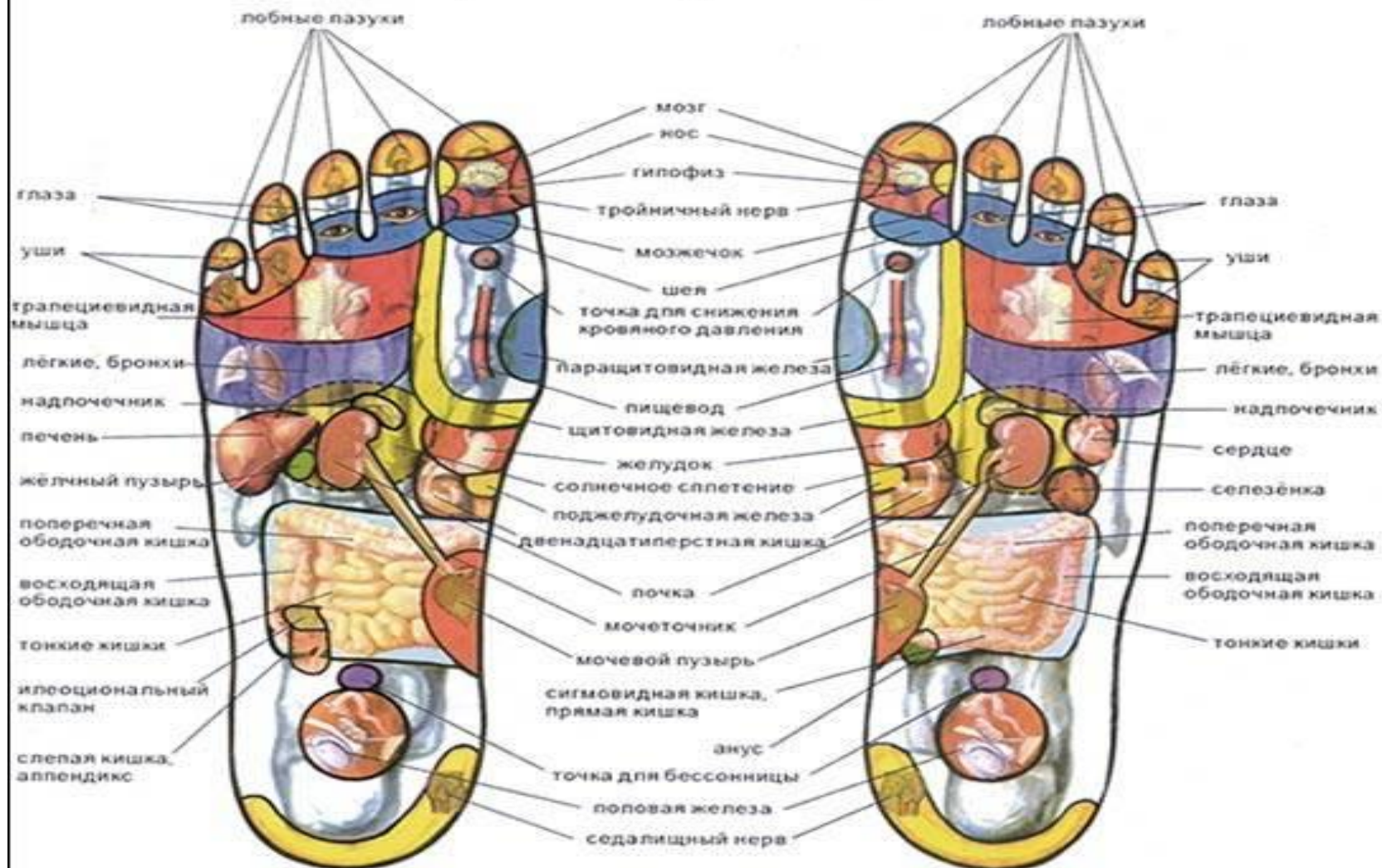
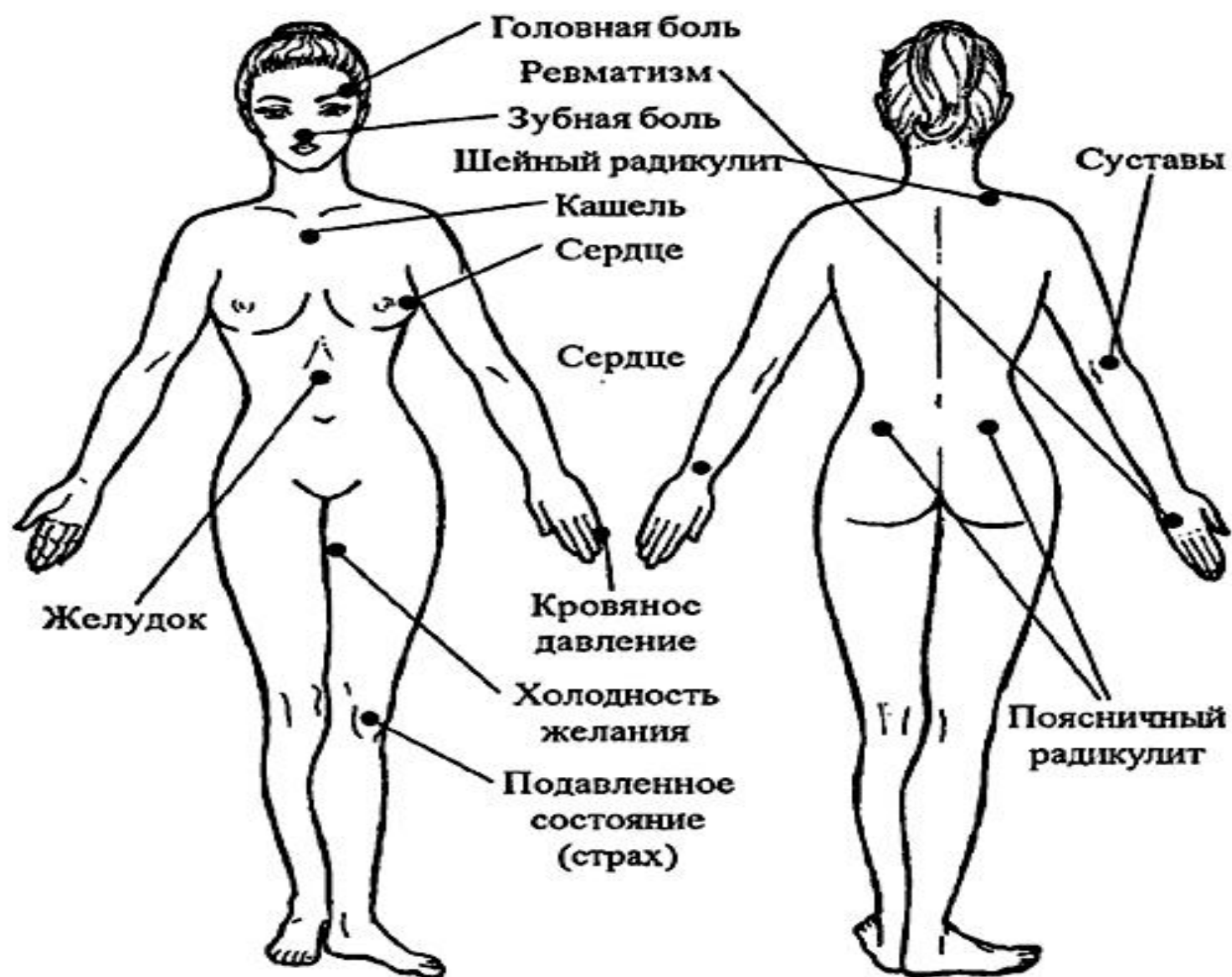


схема рефлেকторных зон на правой стопе

схема рефлекторных зон на левой стопе lubomartl.ucoz.ru





Вспомогите
за
внимание!