

*«Современные
здоровьесберегающие
технологии в детском саду»*



Подготовила ст. воспитатель Валько Г.А.

*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 сберегающая технология —
это система мер, включающая взаимосвязь и
взаимодействие всех факторов
образовательной среды, направленных на
сохранение здоровья ребенка на всех этапах
его обучения и развития.***





*Здоровье сберегающие технологии делятся на
три группы:*

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



Технологии сохранения и стимулирования

- ❖ *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*
- ❖ *Занятия в бассейне*
- ❖ *Проблемно – игровые и коммуникативные игры*



Коррекционные технологии

- ❖ *Сказкотерапия*
- ❖ *Песочная терапия*
- ❖ *Арт –терапия*
- ❖ *Су-Джок терапия*
- ❖ *Музыкотерапия*



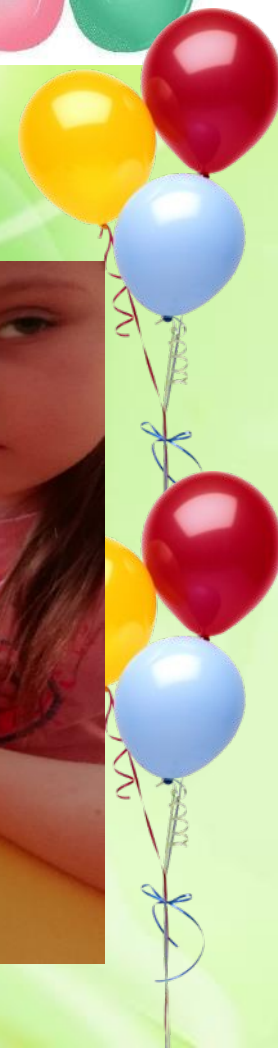
Сказкотерапия

- Позволяет мягко и ненавязчиво воздействовать на ребенка.
- При помощи сказки, решая при этом самые разные задачи.
- Дети, находясь в сказке, взаимодействуют со многими сказочными героями и, как в жизни, ищут пути решения проблем, которые встают перед ними



Гимнастика пальчиковая

- Способствует овладению навыкам мелкой моторики*
- Помогает развивать речь*
- Повышает работоспособность коры головного мозга*
- Развивает психические способности: мышление, память, воображение*
- Снимает тревожность*



Дыхательная гимнастика



- Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани
- Улучшает дренажную функцию бронхов; - восстанавливает нарушенное носовое дыхание
- Способствует восстановлению нормального крово - и лимфоснабжения
- Повышает общую сопротивляемость организма



Су-Джок терапия

- *Воздействует на биологически активные точки организма*
- *Стимулирует речевые зоны коры головного мозга*
- *Способствует лечению внутренних органов, нормализует работу организма в целом*
- *Развивает мелкую моторику рук*
- *Развивает память, внимание, связную речь*



Точечный массаж и самомассаж

- Учит детей сознательно заботиться о своём здоровье
- Является профилактикой простудных заболеваний
- Повышает жизненный тонус у детей
- Прививает им чувство ответственности за своё здоровье, уверенность в том, что они сами могут помочь себе улучшить своё самочувствие.



Гимнастика для глаз

- ☐ Улучшает циркуляцию крови и внутриглазной жидкости глаз
- ☐ Укрепляет мышцы глаз
- ☐ Улучшает аккомодацию (это способность глаза человека к хорошему качеству зрения на разных расстояниях)



Релаксация

- Учит детей расслабляться
- Способствует концентрации внимания
- Помогает снять напряжение
- Снимает возбуждение

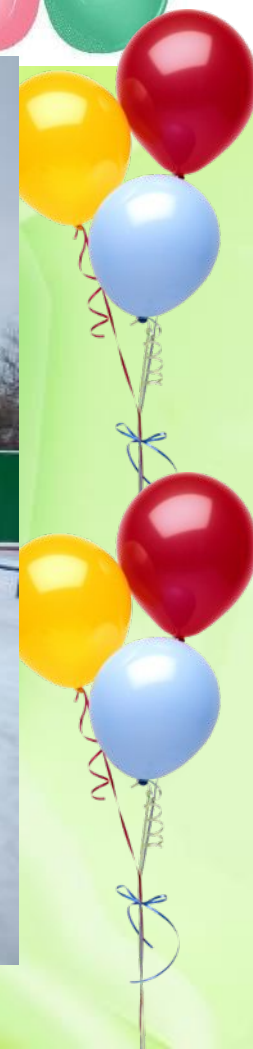


Музыкотерапия

- *Повышает иммунитет детей*
- *Снимает напряжение и раздражительность*
- *Снимает головную боль*
- *Восстанавливает спокойное дыхание*



Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих технологий, повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников



*Здоровье ребенка превыше всего,
Богатство земли не заменит его.
Здоровье не купишь, никто не продаст.
Его берегите, как сердце, как глаз!!!*

