

Здоровьесберегающие технологии в детском саду

Воспитатель:
Мамаева Г. П.

„Забота о здоровье-это важнейший труд воспитателя.

От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

В.А.Сухомлинский

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий:

- Обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья
- Сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по ЗОЖ
- Научить использовать полученные знания в повседневной жизни

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- Ритмопластика
- Динамические паузы
- Подвижные и спортивные игры
- Релаксация
- Пальчиковая гимнастика
- Гимнастика для глаз
- Дыхательная гимнастика
- Гимнастика бодрящая

Релаксация

Тише, тише, тишина ! Разговаривать нельзя !
Мы устали – надо спать, ляжем тихо на кровать,
и тихонько будем спать.



Физкультурные занятия



Гимнастика бодрящая

