

Здоровьесберегающие технологии в ДОУ



студентка II курса
Муромского
педагогического
колледжа
**Попова Алиса
Александровна**

**«Забота о здоровье детей-
это важнейший труд
воспитателя.**

**От жизнерадостности,
бодрости детей зависит их
духовная жизнь,
мировоззрение,
умственное развитие,
прочность знаний и самое
главное вера в свои силы»**

Здоровьесберегающая технология



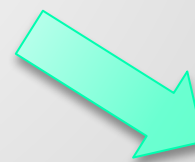
целостная система воспитательно-
оздоровительных, коррекционных
и профилактических мер
которые осуществляются
в процессе взаимодействия



*ребенка и
ребенка и
педагога
доктора*



*ребенка и
родителей*



Цель применения здоровьесберегающих технологий в работе с детьми :

Обеспечить дошкольнику возможность
сохранения здоровья;

Сформировать у него необходимые
знания, умения и навыки по ЗОЖ ;

Научить использовать полученные
знания в повседневной жизни



Здоровьесберегающие технологии подразделяются на:



- **технологии сохранения и стимулирования здоровья**

- **технологии обучения здоровому образу жизни**

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- Динамические паузы
- Подвижные и спортивные игры
- Релаксация
- Гимнастика пальчиковая
- Гимнастика для глаз
- Гимнастика дыхательная
- Гимнастика пробуждения



Динамические паузы, релаксация

Во время занятий, 2-5 мин. По мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления.

В любом подходящем помещении, в зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Можно использовать спокойную классическую музыку, звуки природы.



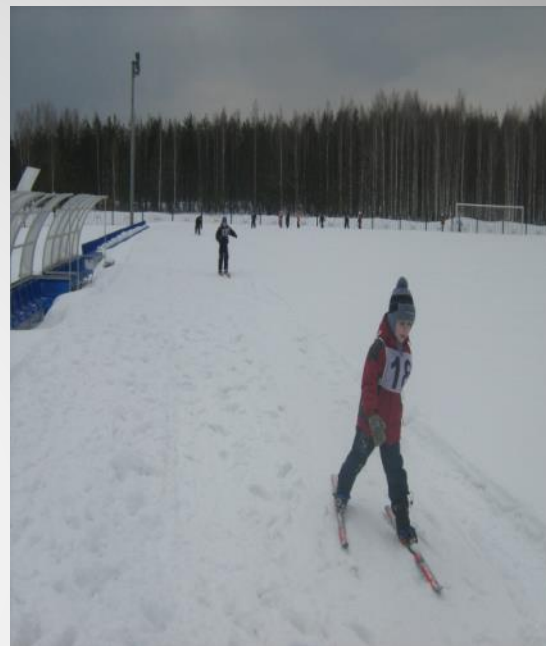
Подвижные и спортивные игры

- Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате – малой, средней и высокой степени подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с
- возрастом ребенка, местом и временем ее проведения





- Зимние подвижные игры: хоккей, лыжи, метание снежков и др.



- Народные подвижные игры: лапта, городки, ловишки и др.



Гимнастика пальчиковая, для глаз, дыхательная

Проводится в различных формах
физкультурно-оздоровительной
работы.



Активизируется
кислородный обмен во
всех тканях организма,
что способствует
нормализации и
оптимизации его работы
в целом

Гимнастика пробуждения



Проводится
после
дневного
сна, форма
проведения
различна:
упражнения
на кроватках,
обширное
умывание,
ходьба по
коврикам
«здоровья»
и т.д.

Технология обучения здоровому образу жизни



- ❖ Утренняя гимнастика
- ❖ Физкультурные занятия
 - ❖ Занятия из серии «Азбука здоровья»
- ❖ Точечный массаж
 - ❖ Активный отдых
- ❖ Туристические походы

Утренняя гимнастика, физкультурные занятия



Утренняя гимнастика проводится ежедневно

Физкультурное занятие – 2-3

раза в неделю в спортивном зале. Перед занятием зал

Занятия из серии «Азбука здоровья»



Проводятся 1 раз в неделю со старшего возраста. Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития.

Точечный массаж, самомассаж



Проводится в преддверии эпидемии, в осенний и весенний периоды по специальной методике.

Активный отдых

Спортивное оборудование позволяет обеспечить максимальную двигательную активность детей на прогулке



Туристическая деятельность



Проводится с детьми старшего дошкольного возраста. Развивает организованность, расширяет кругозор детей, учит любить и беречь природу.



Коррекционные технологии

- **Технология музыкального воздействия**
- **Сказкотерапия**
- **Психогимнастика**
- **Песочная терапия**



Сказкотерапия , психогимнастика , технология музыкального воздействия

- Используется в различных формах физкультурно- оздоровительной работы, в качестве вспомогательного средства, как часть других технологий:
- для снятия напряжения;
- повышения эмоционального настроения и пр.



Песочная терапия

Песочная терапия - одна из разновидностей игротерапии. В песочной игре ребенок и педагог легко обмениваются идеями, мыслят чувствами, что позволяет построить партнерские, доверительные отношения.



Сотрудничество с родителями

дает положительные результаты: родители проявляют интерес к успехам своих детей в области здоровья и физической подготовки и охотно участвуют в организации и проведении досуговой деятельности дошкольников.





**Презентацию «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» выполнила студентка II курса Муромского педагогического колледжа
Попова Алиса Александровна**