



***«Здоровьесберегающие  
технологии в педагогическом  
процессе ДОУ»***

***Подготовила:  
ст.воспитатель МБДОУ  
детского сада №9 «Красная Шапочка»  
Терёшина Оксана Ивановна***

**ЗДОРОВЬЕ** - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

**( Всемирная организация здравоохранения )**



**Здоровьесбережение** – это активность людей, направленная на улучшение и сохранение здоровья, а также согласованность и единство всех уровней жизнедеятельности человека.



Термин **"технология"** – это сочетание двух греческих слов:

**"техно"** – мастерство, умение, и

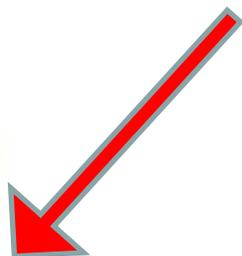
**"логос"** – способ, методика, мысль.



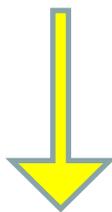
# Здоровьесберегающие технологии



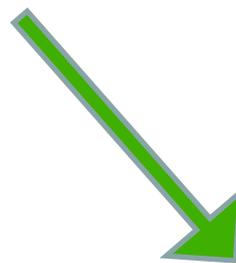
**целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мер которые осуществляются в процессе взаимодействия**



*ребенка и педагога*



*ребенка и родителей*



*ребенка и доктора*

# ВИДЫ

## здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании



**Технология  
сохранения  
и  
стимулирования  
здоровья**

**Технология  
обучения  
здоровому образу  
жизни**

**Коррекционные  
технологии**

**Подвижные и  
спортивные  
игры**

**Динамические  
паузы**

**Пальчиковая  
гимнастика**

**Технология  
сохранения и  
стимулирования  
здоровья**

**Гимнастика  
для  
глаз**

**Дыхательная  
гимнастика**

**Гимнастика  
после сна**

**Утренняя  
гимнастика**

Парциальная программа  
Н.Н.Авдеевой,  
Р.Б.Стеркиной

«Основы безопасности детей дошкольного  
возраста»

Физкультурные  
Занятия

Коммуникативные игры

Технология  
обучения  
здоровому  
образу  
жизни

Чтение  
художественной литературы

Точечный  
массаж

Спортивные  
праздники

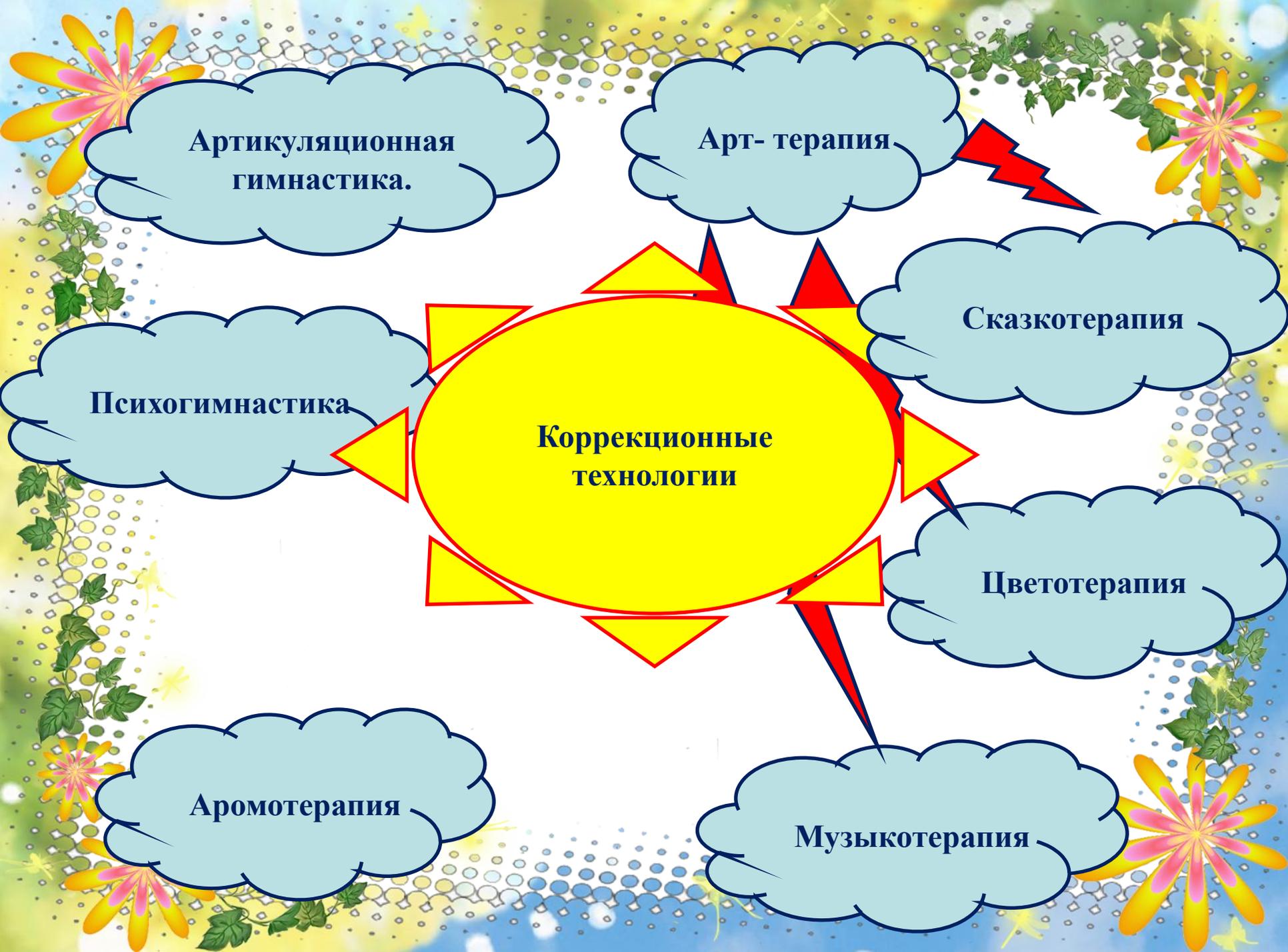
Активный  
отдых

# Коммуникативные игры



**Коммуникативные игры** – так называют игры для развития умения общаться, умения сотрудничать и взаимодействовать с людьми в разнообразных жизненных ситуациях

**Коммуникативные игры** проводятся 1-2 раза в неделю по 30 мин. со старшего возраста



# Арт-терапия

В переводе данного слова с латыни звучит как «терапия творчеством», «лечение творчеством».

Словосочетание «арт-терапия» в научно-педагогической интерпретации понимается как забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами художественной деятельности.

## Виды арт-терапии

- игротерапия,
- изотерапия,
- сказкотерапия,
- оригами,
- драматерапия,
- музыкотерапия,
- цветотерапия,
- песочную терапию,
- танцеваль-двигательную терапию и т. д.

# Сказкотерапия

**Сказкотерапия** — это один из психологических методов. — это новое молодое течение в прикладной психологии, которое широко используют врачи, психологи и педагоги. Преимущество сказкотерапии в том, что этот метод родители могут использовать самостоятельно.

**Полезьа сказкотерапии состоит в следующем:**

- помогает найти выход из проблемной ситуации (сложности во взаимоотношениях с родителями, сверстниками и т.д.);
- расширяет знания ребенка о нем самом и окружающем мире;
- обогащает внутренний мир ребенка **духовно-нравственными ценностями**;
- корректирует поведение и развитие речи;
- стимулирует психофизическое и эмоциональное развитие.

A decorative border surrounds the text, featuring large pink and yellow flowers, green vines with leaves, and yellow dragonflies on a background of blue and yellow dots.

## **Цель здоровьесберегающих технологий в ДОУ**

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

# Система здоровьесбережения в ДОУ:

- комплекс закаливающих мероприятий (воздушное закаливание, хождение по “дорожкам здоровья”, профилактика плоскостопия; хождение босиком, “топтание” в тазах, полоскание горла и рта, максимальное пребывание детей на свежем воздухе, бодрящая гимнастика);
- физкультурные занятия всех типов;
- оптимизация двигательного режима: традиционная двигательная деятельность детей (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, проведение подвижных игр, прогулки) и инновационные технологии оздоровления и профилактики (ритмопластика, логоритмика, сухой бассейн, массажёры, тактильные дорожки);
- организация рационального питания;
- медико-профилактическая работа с детьми и родителями;
- соблюдение требований СанПиНа к организации педагогического процесса;
- комплекс мероприятий по сохранению физического и психологического здоровья педагогов.

## **Направления работы по здоровьесбережению в ДОУ**

- **Интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности.**
- **Внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОУ.**
- **Разнообразие форм физкультурно - досуговой деятельности с дошкольниками.**
- **Формирование привычки к здоровому образу жизни у дошкольников, педагогов и родителей.**
- **Совершенствование физических качеств и обеспечение нормального уровня физической подготовленности в соответствии с возможностями и состоянием здоровья ребенка**
- **Выявление интересов, склонностей и способностей детей в двигательной деятельности и реализация их через систему спортивно-оздоровительной работы.**
- **Обеспечение физического и психического благополучия каждого ребёнка в ДОУ.**

## **Десять золотых правил здоровьесбережения**

- Соблюдайте режим дня!
- Обращайте больше внимания на питание!
- Больше двигайтесь!
- Спите в прохладной комнате!
- Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
- Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
- Гоните прочь уныние и хандру!
- Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
- Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
- Желайте себе и окружающим только добра!

**СПАСИБО  
ЗА  
ВНИМАНИЕ!**

