

МБДОУ «Детский сад №9 «Одуванчик»»

СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В ДЕТСКОМ САДУ.



Выполнила: воспитатель Якобюк М.Н.

„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

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

(Всемирная организация здравоохранения)

Здоровьесберегающие технологии



целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мер

которые осуществляются
в процессе взаимодействия



ребенка и педагога



ребенка и родителей



ребенка и доктора

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

Здоровьесберегающие технологии



технологии сохранения и стимулирования
здоровья

технологии обучения здоровому образу жизни

коррекционные технологии

Технологии сохранения и стимулирования здоровья используемые мною в группе

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

Динамические паузы

во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей



Подвижные и спортивные игры



как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате – малой, со средней степенью подвижности.



Пальчиковая гимнастика



*Разотру ладошки
сильно,
Каждый пальчик
покручу.
Поздоровуюсь со
всеми,
Никого не обойду.*

Гимнастика для глаз



*ежедневно по 3-5 мин.
в любое свободное
время; в зависимости
от интенсивности
зрительной нагрузки*



Дыхательная гимнастика



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

проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы.



Гимнастика бодрящая

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



Технологии обучения здоровому образу жизни

- Утренняя гимнастика
- Физкультурные занятия
- Занятия из серии «Азбука здоровья»
- Самомассаж
- Активный отдых



Утренняя гимнастика

*Точно знаем: по утрам
Взрослым всем и малышам
Чтоб стать сильным и здоровым,
Не болеть и быть весёлым,
Надо быстро просыпаться и
зарядкой заниматься.*



Физкультурные занятия

Занятия проводятся в соответствии программой, по которой работает ДОУ



Занятия из серии «Азбука здоровья»



Самомассаж

Самомассаж проводится в игровой форме ежедневно, в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях.



Активный отдых

физкультурные праздники, досуги, развлечения, дни здоровья



АКТИВНЫЙ ОТДЫХ

Спортивное оборудование позволяет обеспечить максимальную двигательную активность детей на прогулке



Коррекционные технологии

- Технология музыкального воздействия
- Сказкотерапия
- Артикуляционная гимнастика

Технология музыкального воздействия



используется в качестве вспомогательного средства, как часть других технологий, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения.

Сказкотерапия



используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание.



Работа с родителями

*валеологическое
просвещение родителей.*



СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ !

