



*« Виды здоровьесберегающих
технологии в ДОО»*

Подготовила: Рахимгалиева М.М



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

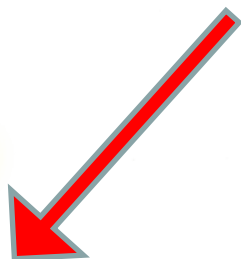
"логос" – способ, методика, мысль.



Здоровьесберегающие технологии



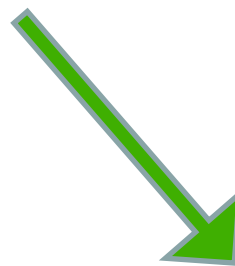
целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мер которые осуществляются в процессе взаимодействия



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, and yellow dragonflies on a background of blue and yellow dots.

Цель здоровьесберегающих технологий в ДОО

- ◆ **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 ДОО:

- 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 ДОО

- **Интеграция задач физкультурно-оздоровительной работы в различные виды совместной деятельности.**
- **Внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс ДОО.**
- **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 ДОО.**

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!**

