



***БЫТЬ
ЗДОРОВЫМИ
ХОТИМ !***

Воспитатель Чернышева Людмила
Николаевна

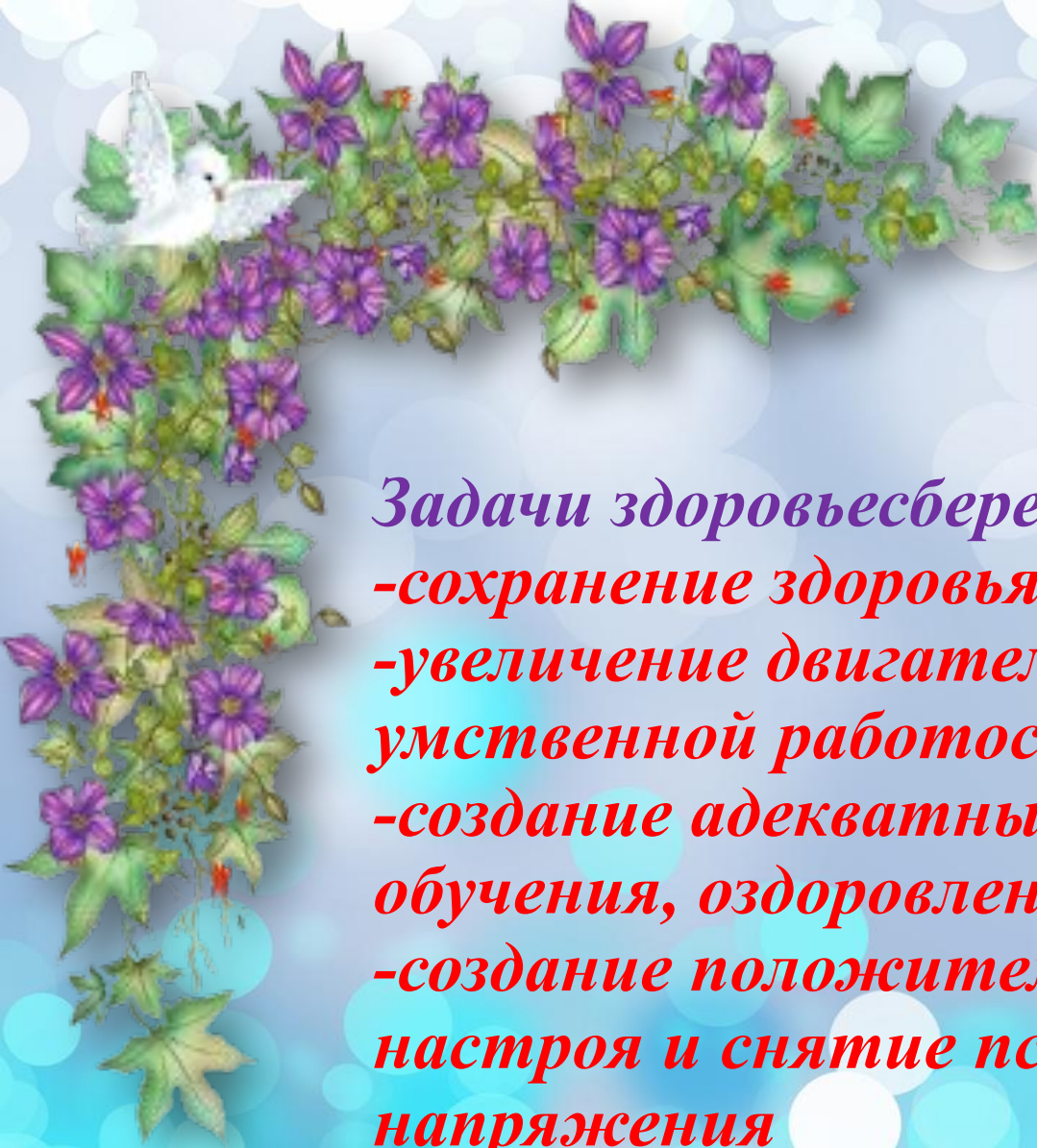
текст

*«Детям совершенно так же,
как и взрослым, хочется быть
здоровыми и сильными,
только дети не знают, что
для этого надо делать.
Объясни им, и они будут
беречься»*

Януш Корчак



**Здоровье - это состояние полного
физического, психического
и социального благополучия, а не
просто отсутствие болезней или
физических дефектов.
(Всемирная организация
здравоохранения)**



Задачи здоровьесбережения

-сохранение здоровья детей

-увеличение двигательной активности и умственной работоспособности

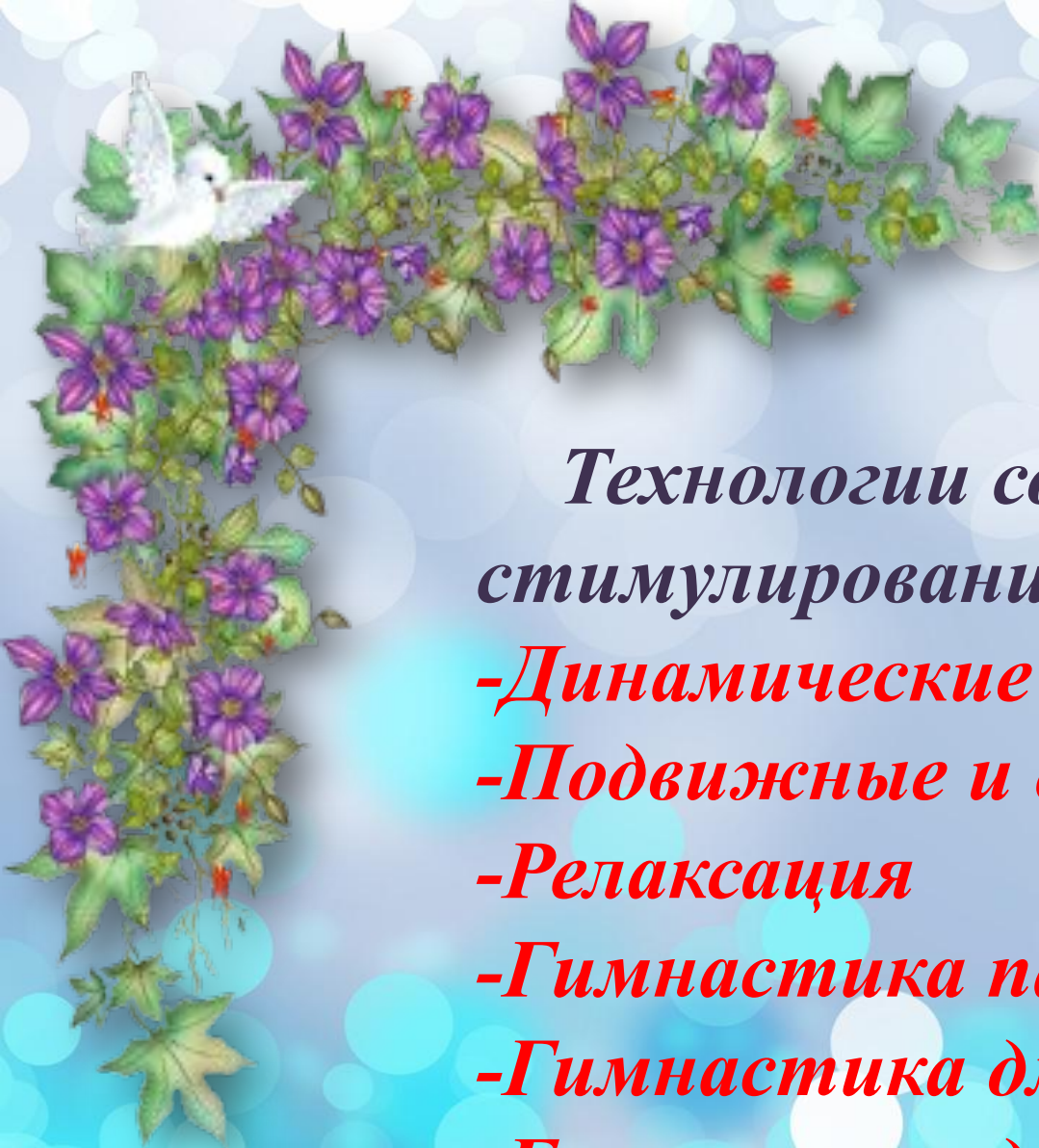
-создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей

-создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения



Здоровьесберегающие образовательные технологии делятся на три группы:

- 1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья*
- 2. Технологии обучения здоровому образу жизни*
- 3. Коррекционные технологии.*



Технологии сохранения и стимулирования здоровья.

-Динамические паузы

-Подвижные и спортивные игры

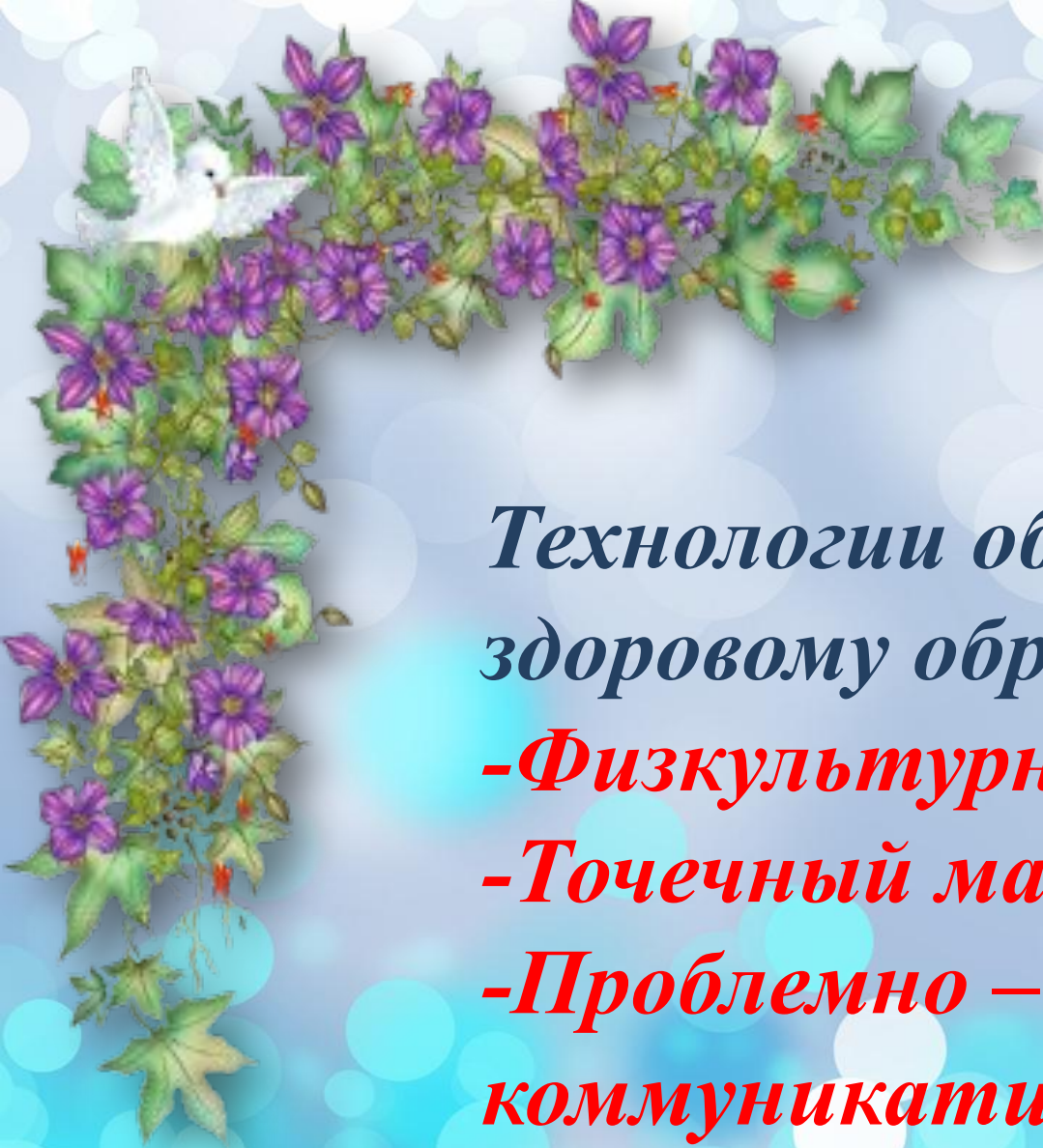
-Релаксация

-Гимнастика пальчиковая

-Гимнастика для глаз

-Гимнастика дыхательная

-Динамическая гимнастика



*Технологии обучения
здоровому образу жизни*

- Физкультурные занятия*
- Точечный массаж*
- Проблемно – игровые и
коммуникативные игры*



Коррекционные технологии

- Сказкотерапия*
- Песочная терапия*
- Арт –терапия*
- Музыкотерапия*













