

***«Использование
здоровьесберегающей
технологии в группе дошкольного
образования»***

***Подготовила воспитатель:
Боловина Наталия Николаевна***



*«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



The background is a vibrant, colorful illustration of a spring landscape. At the top, there are branches of cherry blossom trees with pink and purple flowers. The sky is a mix of light blue and green, with several butterflies in various colors (pink, orange, purple) fluttering around. The bottom of the image shows rolling green hills and a small cluster of houses with colorful roofs (green, purple, yellow) and trees. The text is centered in the middle of the image.

***Здоровье сберегающая технология -
это система мер, включающая
взаимосвязь и взаимодействие всех
факторов образовательной и
воспитательной среды,
направленных на сохранение
здоровья ребенка на всех этапах его
обучения и развития.***

Задачи здоровьесбережения

- *сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности*
- *создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей*
- *создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения*

***Здоровьесберегающие технологии
делятся на три группы:***

***1. Технологии сохранения и
стимулирования здоровья***

***2. Технологии обучения здоровому
образу жизни***

3. Коррекционные технологии.

Технологии сохранения и стимулирования

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



Спортивные и подвижные игры.



Утренняя гимнастика и гимнастика после сна.



Гимнастика пальчиковая



- *Способствует овладению навыкам мелкой моторики*
- *Помогает развивать речь*
- *Повышает работоспособность коры головного мозга*
- *Развивает психические способности: мышление, память, воображение*
- *Снимает тревожность*

Дыхательная гимнастика

- Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении том числе и легочной ткани - восстанавливает нарушенное носовое дыхание
- Способствует
- восстановлению нормального крово - и лимфоснабжения
- Повышает общую сопротивляемость организма



Гимнастика для глаз



- *Улучшает циркуляцию крови и внутриглазной жидкости глаз*
- *Укрепляет мышцы глаз*



Релаксация

- *Учит детей расслабляться*
- *Способствует концентрации внимания*
- *Помогает снять напряжение*
- *Снимает возбуждение*



Технологии обучения здоровому образу жизни

● *Точечный массаж*

● *Проблемно – игровые и коммуникативные игры* (Например, игра «Секрет». Цель: умение находить общий язык со сверстниками, развивать добрые, тёплые отношения между детьми.)

Точечный массаж и самомассаж



- *Учит детей сознательно заботиться о своём здоровье*
- *Является профилактикой простудных заболеваний*
- *Повышает жизненный тонус у детей*
- *Прививает им чувство ответственности за своё здоровье, уверенность в том, что они сами могут помочь себе улучшить своё самочувствие.*



Коррекционные технологии

- *Сказкотерапия*
- *Массаж кистей рук.*
- *Музыкотерапия*



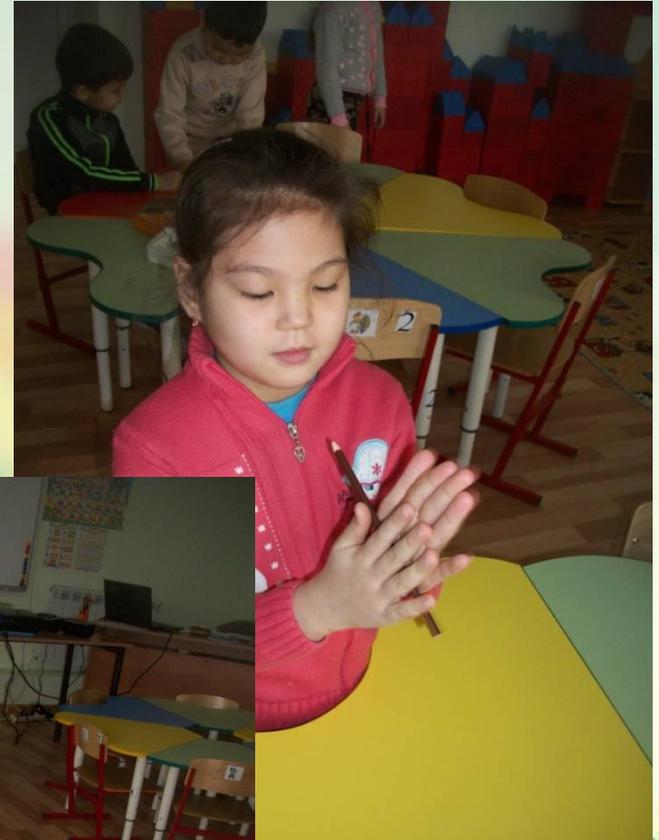
Сказкотерапия

отработка произвольного внимания или сплочение группы, развитие чувства взаимопомощи и поддержки, развитие памяти, расширение эмоционально-поведенческих реакций, где на примерах сказочных героев дети учатся разбираться в людских характерах.



Массаж кистей рук

- *Воздействует на биологически активные точки организма*
- *Стимулирует речевые зоны коры головного мозга*
- *Развивает мелкую моторику рук*
- *Развивает память, внимание, связную речь*



Музыкотерапия

- *Повышает иммунитет детей*
- *Снимает напряжение и раздражительность*
- *Снимает головную боль*
- *Восстанавливает спокойное дыхание*





***Тематическое мероприятие «Папа, мама, я-
спортивная семья»***

Цель: повышать интерес к физической культуре и здоровому образу жизни дошкольников и их родителей.

Задачи:

Привлекать родителей к развитию физических качеств собственных детей;

Закреплять двигательные умения дошкольников;

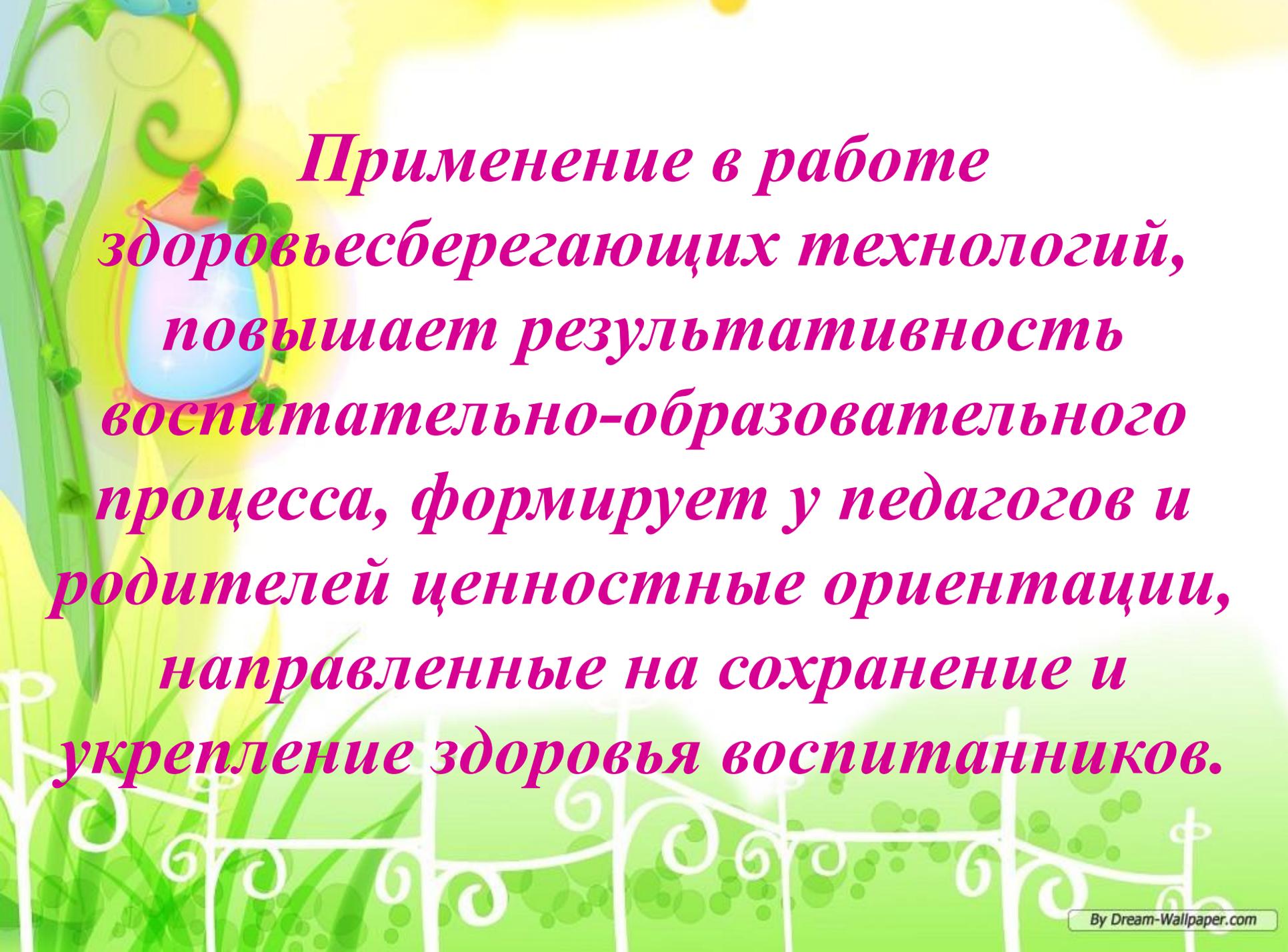
Пропагандировать здоровый образ жизни;

Приобщать семьи к физкультуре и спорту;

Создавать эмоционально-положительный настрой в процессе совместной деятельности;

Воспитывать взаимовыручку, смелость, ловкость, силу.





*Применение в работе
здоровьесберегающих технологий,
повышает результативность
воспитательно-образовательного
процесса, формирует у педагогов и
родителей ценностные ориентации,
направленные на сохранение и
укрепление здоровья воспитанников.*

***Здоровье ребенка превыше всего,
Богатство земли не заменит его.
Здоровье не купишь, никто не
продаст.
Его берегите, как сердце, как глаз!!!***

