

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА-ДЕТСКИЙ САД №28»

# ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДОУ

Воспитатель:  
КАШИРНАЯ А.И.

г. Михайловск  
2017г.

Здоровьесберегающая технология –  
это система мер, включающая  
взаимосвязь  
и взаимодействие всех факторов  
образовательной среды, направленных  
на  
сохранение здоровья ребенка на всех  
этапах его обучения и развития.



Актуальными проблемами детского здоровья  
на сегодняшний день являются:

- ❖ гиподинамия (нарушение функций опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения)
  - ❖ детские стрессы ( нервные расстройства в следствии отрицательной психологической обстановки в семье, излишнего шума и нервности в детском коллективе)
  - ❖ тревожность( недостаток эмоциональной поддержки в семье, недостаток информации)

В связи с этим в ДОУ необходимо уделить особое внимание воспитанию физически здорового и адаптированного ребенка, обеспечению его психического благополучия, а так же формированию у дошкольника ответственности за свое здоровье.



# ЦЕЛЬ

Формировать осознанное отношение к соблюдению культурно - гигиенических требований и здоровьесберегающие поведение в повседневной жизни, эмоциональное благополучие, социальные навыки и уверенность в себе.



# ЗАДАЧИ

- ❖ Создание адекватных условий для развития , обучения и оздоровление детей.



- ❖ Сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности.

- ❖ Создание эмоционального настроения и снятия психоэмоционального напряжения.





Kloha.Zdorovogo.ru

Валеологическое  
просвещение родителей

Медико-  
профилактические

Физкультурно-  
оздоровительные

Виды  
здоровьесберегающих  
технологий

Социально -  
психологические

образовательные

## Физкультминутки



Пальчиковая гимнастика



Подвижные и спортивные игры



Самомассаж



Утренняя гимнастика

# Формы организации

# здоровьесберегающей работы

Гимнастика для глаз



Дыхательная гимнастика



Релаксация



Психогимнастика



Пластические этюды



Корректирующая гимнастика





Физкультминутки снимают напряжения,  
восстанавливают умственную работоспособность детей  
помогают расслабиться,  
снимают мышечную утомляемость, успокаивают  
нервную систему.





Динамические паузы во время занятия по 2-5 мин по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других видов в зависимости от вида занятия





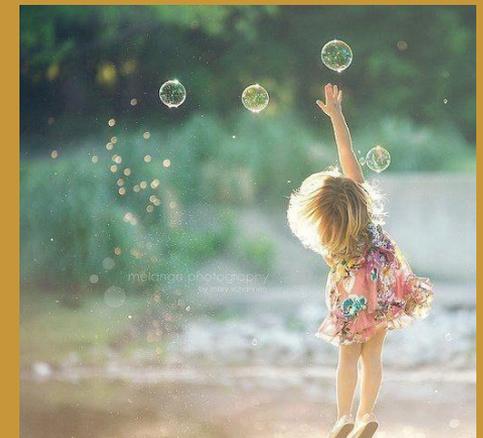
ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ,  
КАК ЧАСТЬ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ЗАНЯТИЯ,  
НА ПРОГУЛКЕ, В ГРУППОВОЙ КОМНАТЕ –  
МАЛОЙ,  
СРЕДНЕЙ И ВЫСОКОЙ СТЕПЕНИ  
ПОДВИЖНОСТИ. ЕЖЕДНЕВНО ДЛЯ ВСЕХ  
ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП.  
ИГРЫ ПОДБИРАЮТСЯ  
В СООТВЕТСТВИИ С ВОЗРАСТОМ,  
МЕСТОМ И ВРЕМЕНЕМ ИХ ПРОВЕДЕНИЯ





РЕЛАКСАЦИЯ В ЛЮБОМ ПОДХОДЯЩЕМ  
ПОМЕЩЕНИИ , В ЗАВИСИМОСТИ  
ОТ СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ И ЦЕЛЕЙ  
ПЕДАГОГА.

МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
СПОКОЙНУЮ КЛАССИЧЕСКУЮ МУЗЫКУ,  
ЗВУКИ ПРИРОДЫ.





ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА  
РЕКОМЕНДУЕТСЯ ВСЕМ ДЕТЯМ,  
ОСОБЕННО С РЕЧЕВЫМИ  
ПРОБЛЕМАМИ. ПРОВОДИТСЯ В  
ЛЮБОЕ УДОБНОЕ ВРЕМЯ.  
ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ  
ПРОВОДИТСЯ ЛЮБОЕ ВРЕМЯ В  
ЗАВИСИМОСТИ ОТ  
ИНТЕНСИВНОСТИ ЗРИТЕЛЬНОЙ  
НАГРУЗКИ С МЛАДШЕГО  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.  
РЕКОМЕНДУЕТСЯ  
ИСПОЛЬЗОВАТЬ НАГЛЯДНЫЙ  
МАТЕРИАЛ,  
ПОКАЗ ПЕДАГОГА.

# ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ДОУ С СЕМЬЕЙ ПО ВОПРОСАМ ОХРАНЫ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ



- ❖ ИНФОРМАЦИОННЫЕ СТЕНДЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.
- ❖ ПРЕОБЩЕНИЕ К УЧАСТИЮ В ФИЗКУЛЬТУРНО – МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЯ ДОУ.
- ❖ КОНСУЛЬТАЦИИ, БЕСЕДЫ С РОДИТЕЛЯМИ ПО ВОПРОСАМ ЗДОРОВЬЯСБЕРЕЖЕНИЯ.



# ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Снижение заболеваемости и повышение роста физической подготовленности детей дошкольного возраста.

Формирование стремления к духовному и физическому совершенствованию.

Обеспечение психологического и эмоционального благополучия дошкольника . Повышение компетентности родителей по вопросам охраны и укрепления здоровья детей в соответствии с ФГОС

Активизация партнерских отношений родителей и детского сада в воспитании и оздоровлении ребенка в условиях ДОУ и дома

**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**



*metalinge photography  
by mary schanda*