

МДОУ «Детский сад № 68»

**«Современные
здоровьесберегающ
ие технологии»**

**Подготовила воспитатель:
Пьянзина Е.П.**

Саранск - 2018

**«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).**

Задачи здоровьесбережения:

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

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.

Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- * технологии обеспечения гигиенически оптимальных условий проведения воспитательно-образовательного процесса**
- * технологии правильной организации воспитательно - образовательного процесса**
- * психолого-педагогические технологии**

Формы организации здоровьесберегающей работы



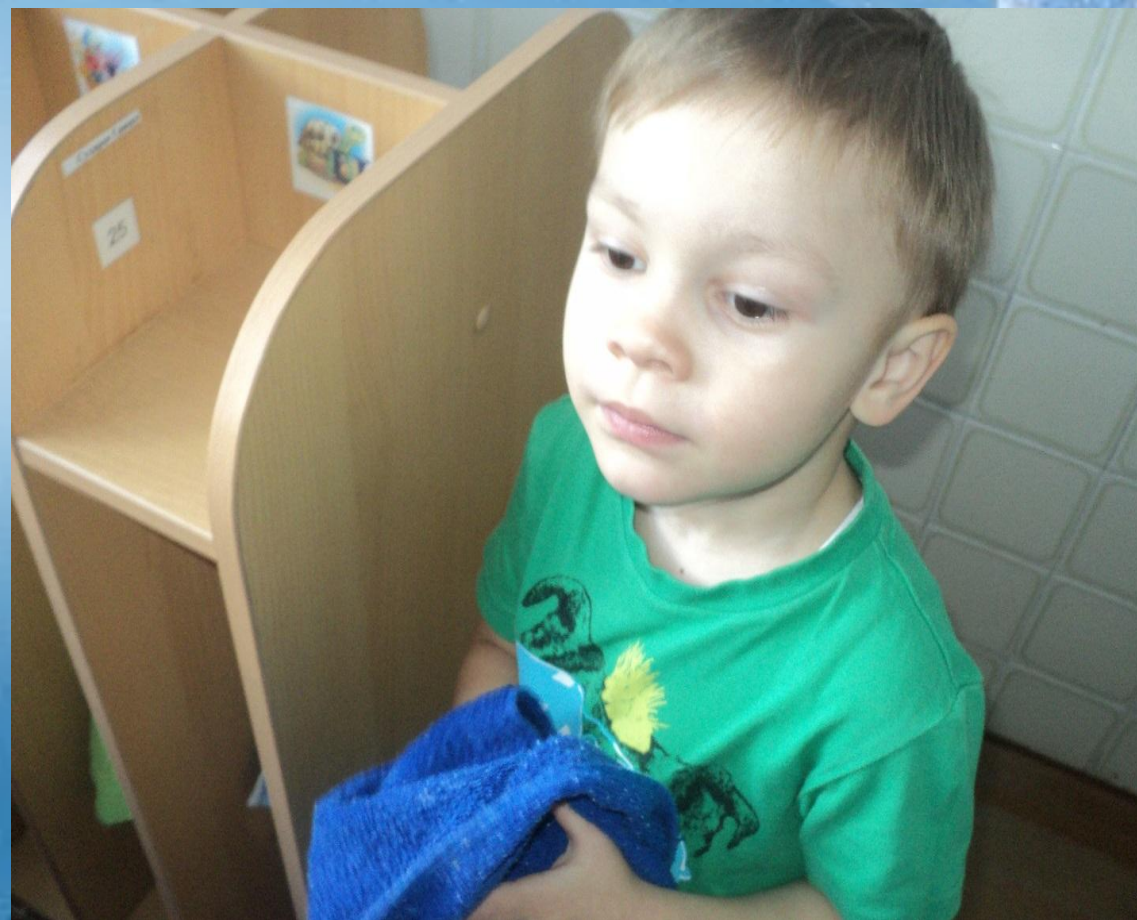
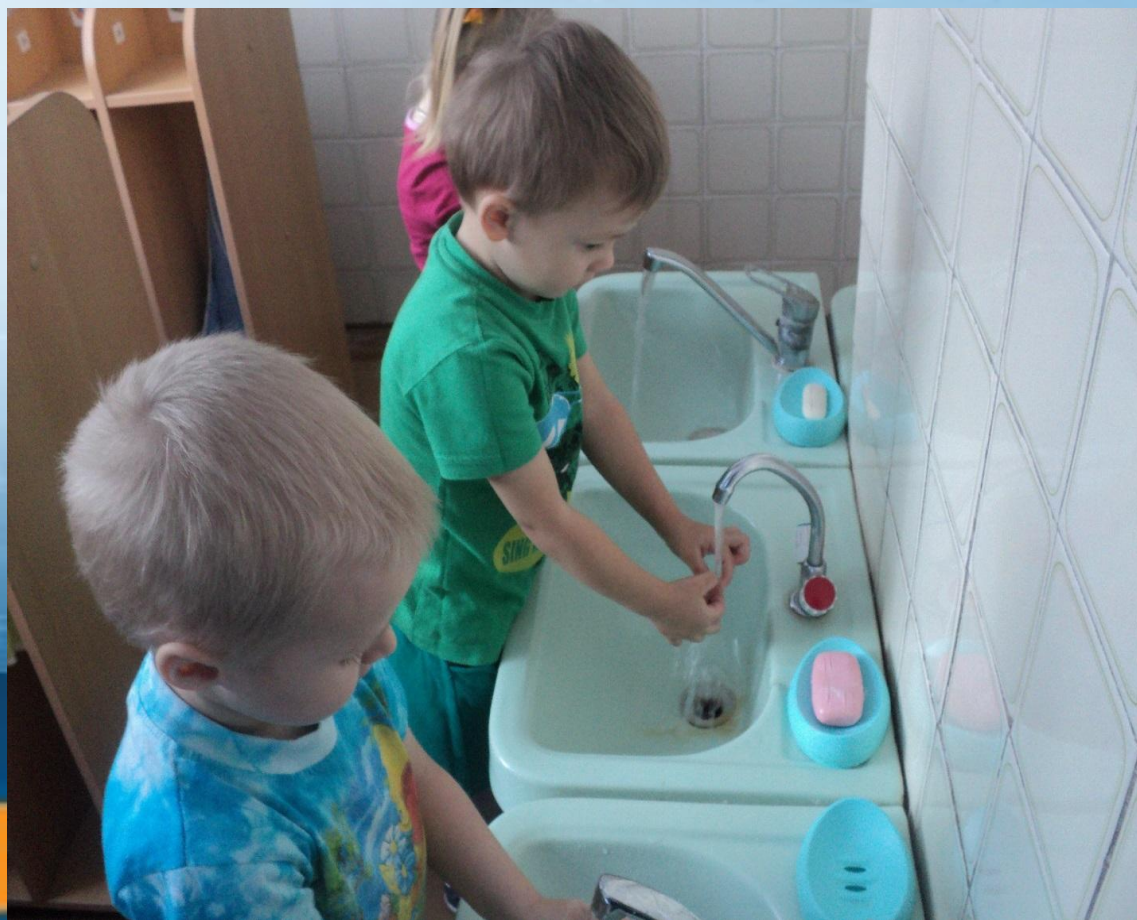
Утренняя гимнастика



Физкультурные занятия
проводятся в соответствии с программой, перед
занятием необходимо хорошо проветрить помещение



Соблюдение гигиены



Здоровое питание



Прогулки на свежем воздухе



Подвижные игры

подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения. В детском саду используем лишь элементы спортивных игр.





Фитотерапия
проводится прием
травяного чая с
интервалом 10 дней



Закаливание
форма проведения
различна: упражнения
на кроватках,
обширное умывание,
ходьба по дорожкам
«здоровья», лёгкий бег
из группы в спортзал
с разницей
температуры в
помещениях и другие.

Самостоятельная деятельность детей



Пальчиковая гимнастика
рекомендуется всем детям, особенно с речевыми
проблемами. Проводиться в любой удобный отрезок
времени.





**Дыхательная
гимнастика
проводится в
проветриваемом
помещении, педагог
даёт детям
инструкции об
обязательной
гигиене полости
носа**



**Гимнастика
для глаз**
рекомендуется
использовать
наглядный материал
(ориентир), показ
педагога.

Релаксация

используется спокойная классическая музыка
(Чайковский, Рахманинов), звуки природы



Точечный самомассаж

проводится строго по специальной методике, показана детям с частыми простудными заболеваниями и для профилактики ОРЗ.



Занятия из серии «Здоровье» могут быть включены в НОД в качестве познавательного характера



Дидактические и сюжетно-ролевые игры



Сказкотерапия
используется для психо-
терапевтической и
развивающей работы.
Сказку может
рассказывать взрослый,
либо это может быть
драматизация знакомых
сказок.





Технология эстетической направленности

реализуется на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр.





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

Мы стремимся к полной реализации в жизни каждого ребенка, трех моментов:

- * достаточной индивидуальной умственной нагрузки***
- * обеспечение условий для преобладания положительных эмоциональных впечатлений***
- * полное удовлетворение потребности в движении***