



*Современные здоровье сберегающие  
технологии в детском саду*

**Презентацию  
подготовила:  
воспитатель  
Тапилина Н.А.**



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

*(Всемирная организация  
здравоохранения)*



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



*Здоровье сберегающие  
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

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

# *Динамические паузы*



# Подвижные и спортивные игры



# *Гимнастика пальчиковая*



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



# *Гимнастика для глаз*



- *Улучшает циркуляцию крови и внутриглазной жидкости глаз*
- *Укрепляет мышцы глаз*
- *Улучшает аккомодацию (это способность глаза человека к хорошему качеству зрения на разных расстояниях)*



# Дыхательная гимнастика

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



# Релаксация

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



# Технологии обучения здоровому образу жизни

- *Физическая культура в НОД*
- *Точечный массаж*
- *Проблемно – игровые и коммуникативные игры*

# Физическая культура в НОД

- Данный вид деятельности направлен на развитие физических качеств и двигательной активности детей, приобщение детей к здоровому образу жизни.



# *Точечный массаж и самомассаж*



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



# Проблемно – игровые и коммуникативные игры

*Что могут сформировать у детей проблемно – игровые и коммуникативные игры:*

- умение распознавать эмоции других и владеть своими чувствами.*
- позитивное отношение к другим людям, даже если они «совсем другие».*
- умение сопереживать - радоваться чужим радостям и огорчаться из-за чужих огорчений.*
- умение выразить свои потребности и чувства с помощью вербальных и невербальных средств.*
- умение взаимодействовать и сотрудничать*



# *Коррекционные технологии*

- *Песочная терапия*
- *Арт –терапия (сказкотерапия, музыкотерапия, танцевальная терапия, игротерапия)*
- *Су-Джок терапия*
- *Работа с камушками марблс и кабашонами*



# Песочная терапия



- Усиливает желание ребенка узнавать что – то новое
- Развивает тактильную чувствительность – основу «ручного интеллекта»
- Гармонично развивает познавательные функции, а также речь и моторику
- Песок «заземляет» отрицательную энергию



# Музыкотерапия

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



# Су-Джок терапия

- *Воздействует на биологически активные точки организма*
- *Стимулирует речевые зоны коры головного мозга*
- *Способствует лечению внутренних органов, нормализует работу организма в целом*
- *Развивает мелкую моторику рук*
- *Развивает память, внимание, связную речь*



## *Работа с камушками марблс и кабашионами*

- *Формирует правильный захват шарика кистью руки.*
- *Развивает сложно координированные движения пальцев и кистей рук.*
- *Профилактика оптико-пространственных нарушений.*
- *Профилактика дисграфии;*



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





***Благодарим за  
внимание!***