



# Здоровьесберегающие технологии в детском саду



АОУ Детский сад №7 «Улыбка»  
Воспитатель: Осипова  
Ольга Петровна



**«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).



**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



# 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



# Условия для оздоровления детей в ДОУ.

- обеспечение предметно- развивающей средой:
- физкультурный зал со спортивным инвентарем,
- оборудованная спортивная площадка,
- участки для прогулки,
- физкультурные уголки в группах,
- медицинский кабинет,
- интеграционная работа, взаимосвязь воспитателей и узких специалистов в работе по оздоровлению детей в ДОУ.



# Спортивный зал







# Спортивная площадка





# Физкультурный уголок в группе





# Участки для прогулок





# Ведущие принципы:

- лично-ориентированный подход к каждому ребёнку;
- систематичность;
- последовательность;
- доступность;
- постепенность;
- комплексность.



Утренняя гимнастика

Прогулка на свежем воздухе

Рациональный режим



Традиционные формы оздоровления

Спортивные праздники, досуги, развлечения, дни здоровья

Самостоятельная двигательная деятельность: игры с элементами спорта, подвижные игры.

Система закаливания

Физкультурные занятия в зале и на воздухе.





# Бодрящая гимнастика и закаливание.

форма проведения различна: упражнения на кроватках, умывание, ходьба по дорожкам «здоровья» и другое



гимнастика пробуждения





# Физкультурные занятия на улице.





# Физкультурные занятия в зале

проводятся в соответствии с программой,

перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение







# Самостоятельная двигательная деятельность

Подвижные и спортивные игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения.





# Спортивные праздники , досуги.







# Пальчиковая гимнастика

рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.

Проводиться в любой удобный отрезок времени.



Пальчиковая гимнастика





# Дыхательная гимнастика

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





# Гимнастика для глаз

рекомендуется использовать наглядный материал (ориентиры), показ педагога

Гимнастика для глаз



картотека

MP3SORT.COM



# Релаксация

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





# Игровой и точечный массаж

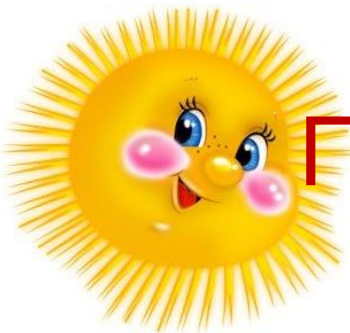
проводится строго по специальной методике, показана детям с частыми простудными заболеваниями и для профилактики ОРЗ.



## Игровой массажный







# Профилактика плоскостопия



коррекция плоскостопия у



Профилактика и  
коррекция плоскостопия у  
детей дошкольного  
возраста





# Взаимодействие через сказку

Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание





# Технологии эстетической направленности

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





Витаминизация

Кислородный коктейль

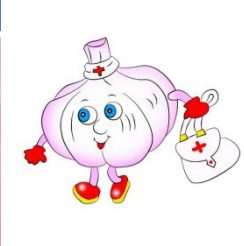
Соблюдение противоэпидемиологического режима

Лечебно-профилактические мероприятия

Контроль за физическим развитием детей

Ультрафиолетовая обработка групп, спортивного зала

Добавление в пищу фитонцидов (лук, чеснок)





# Кислородный коктейль







# 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



Спасибо за внимание