

МБДОУ «Детский сад №3»г. Воронеж

# Использование здоровьесберегающих технологий в условиях семейного воспитания



Подготовила воспитатель  
Е. Ю. Картамышева

Здоровый образ жизни характеризуется благоприятным социальным окружением, духовно-нравственным благополучием, положительными ЭМОЦИЯМИ



Здоровый образ жизни - это способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и улучшение здоровья людей.



# Здоровьесберегающие технологии -

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



## **Принципы здоровьесберегающих технологий:**

- **“Не навреди!”**
- **Принцип сознательности и активности.**
- **Принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса.**
- **Принцип всестороннего и гармонического развития личности.**
- **Принцип доступности и индивидуальности.**
- **Принцип систематичности и последовательности.**
- **Принцип системного чередования нагрузок и отдыха.**
- **Принцип постепенного наращивания оздоровительных воздействий, адекватности.**

# Здоровьесберегающие технологии семьи включают в себя:



Режим дня



Положительные эмоции



Физическая нагрузка



Двигательный режим



Развитие ребёнка

# Типы здоровьесберегающих технологий семьи

## Оздоровительные

(физическая подготовка, закаливание, гимнастика, массаж)

## Технологии обучению здоровья

(беседы, рассказы о ЗОЖ)

## Здоровьесберегаю щие

(профилактические прививки, витаминизация)

## Воспитание культуры здоровья

(участие в разных мероприятиях, конкурсах)

# Здоровьесберегающее пространство семьи адаптируется самой семьёй

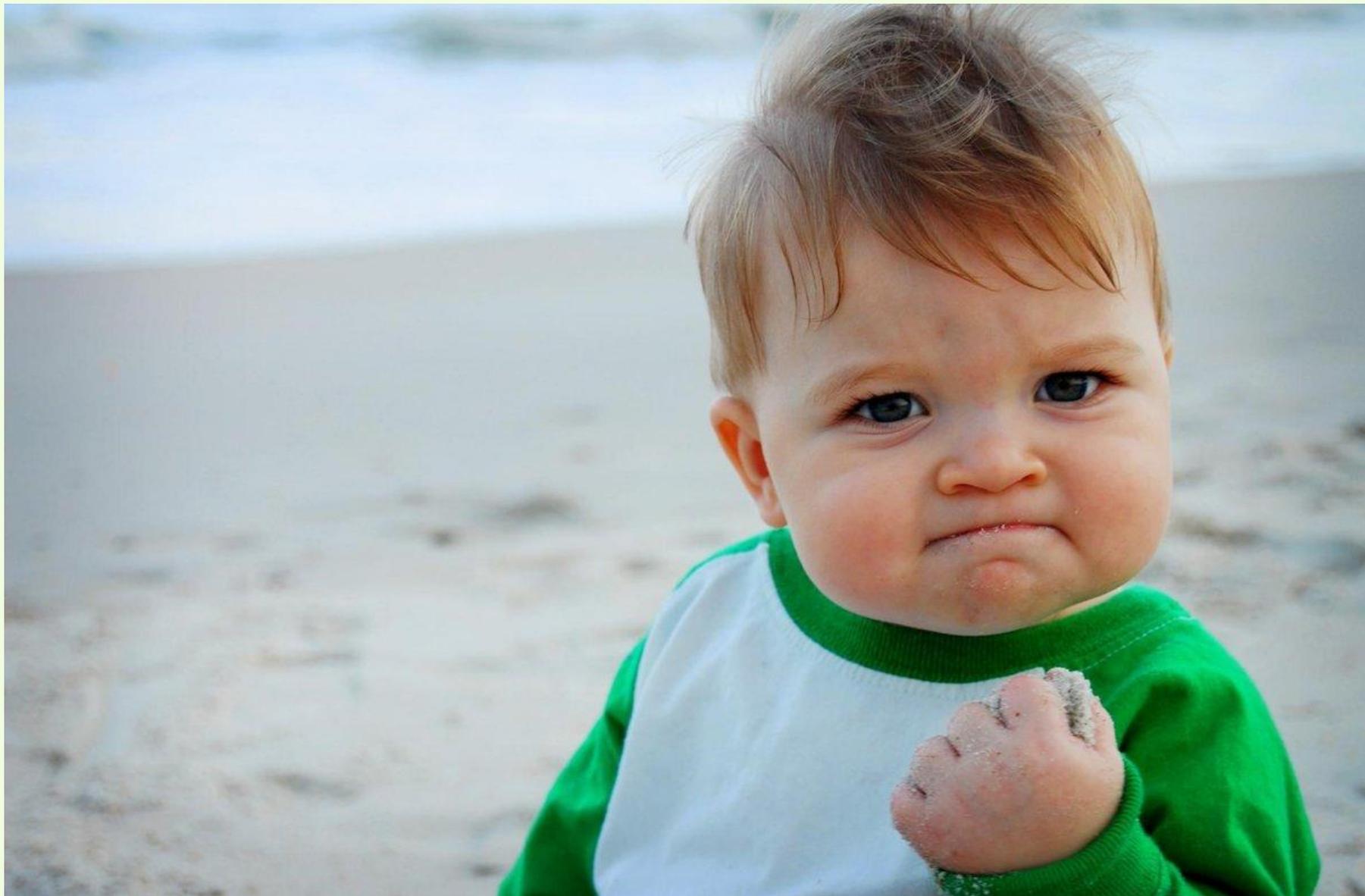


Около 25% детей не имеют возможности общения с родителями из – за занятости родителей



Только в семье возможно  
использование широкого и  
многообразного диапазона различных  
здоровьесберегающих технологий





**Будьте здоровы!**