

«Современные здоровье сберегающие технологии, используемые в средней группе №12» (из опыта работы)



*Выполнила воспитатель
МДОУ-ЦРР детский сад №5
Денишева Елена Викторовна*

г. Жуковский

„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 сберегающие технологии —
это совокупность педагогических,
психологических и медицинских
воздействий, направленных на защиту и
обеспечение здоровья, формирование
ценностного отношения
к своему здоровью.*

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий:

- Обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья
- Сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по ЗОЖ
- Научить использовать полученные знания в повседневной жизни

Технологии сохранения, стимулирования и коррекции здоровья:

- *Динамические паузы*
- *Утренняя гимнастика*
- *Подвижные и спортивные игры*
- *Релаксация*
- *Пальчиковая гимнастика*
- *Артикуляционная гимнастика*
- *Гимнастика для глаз*
- *Дыхательная гимнастика*
- *Физкультурные занятия*
- *Гимнастика после сна*

Утренняя гимнастика



*Всем зарядку делать надо
Много пользы от неё.
А здоровье – вот награда
За усердие твоё!*

Дыхательная гимнастика



Гимнастика для глаз

ежедневно по 1,5 -2 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки



Пальчиковая гимнастика



Артикуляционная гимнастика

упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения.



Динамические паузы

во время занятий, по мере утомляемости детей



Гимнастика бодрящая



Релаксация

используем спокойную классическую музыку, звуки природы



**Будто мы лежим на траве...
На зелёной мягкой травке...
Греет солнышко сейчас,
руки тёплые у нас.
Жарче солнышко пригрело
– и ногам тепло, и телу.
Дышится легко, вольно, глубоко**

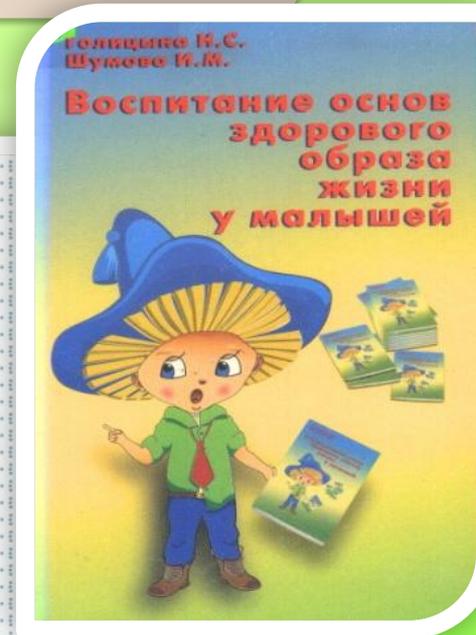
Подвижные и спортивные игры



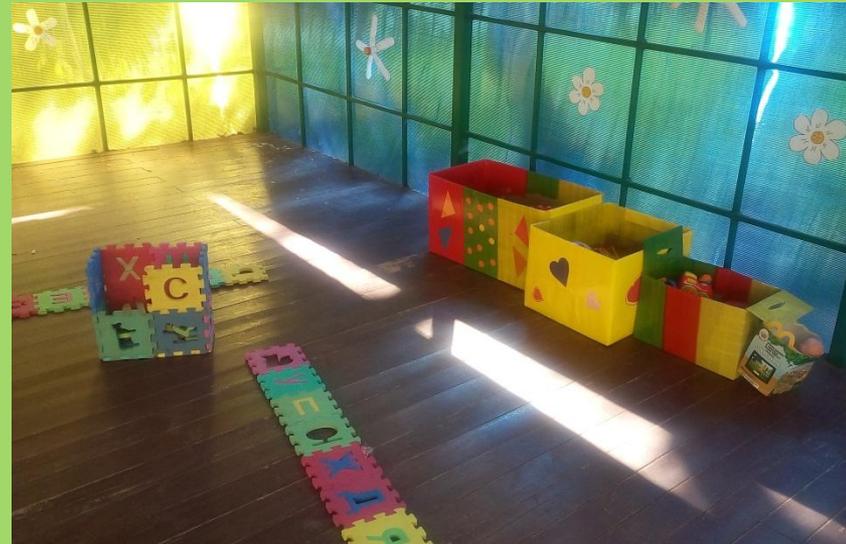
Физкультурные занятия



Работа с родителями



Предметно – развивающая среда





*Применение в работе здоровье
сберегающих технологий, повышает
результативность воспитательно –
образовательного процесса, формирует у
педагогов и родителей ценностные
ориентации, направленные на
укрепление здоровья, а у ребёнка –
стойкую мотивацию на здоровый образ
жизни.*

**УКРЕПЛЕНИЕ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ – ОДНА ИЗ ГЛАВНЫХ
НАШИХ ЗАДАЧ, КАК РОДИТЕЛЕЙ, ТАК И ПЕДАГОГОВ.**

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

Спасибо за внимание!