



Здоровьесберегающие технологии в группе продлённого дня – залог здоровья детского коллектива



**Альмяшева Людмила
Викторовна, воспитатель группы
продленного дня
МОУ «Александровская СОШ»**

Из Федеральной целевой программы
развития образования :



**«*новые технологии и методики
здоровьесберегающего обучения
обеспечивают формирование
заинтересованного отношения к
собственному здоровью,
здорового образа жизни всех
участников образовательного
процесса*».**

Здоровьесберегающая образовательная технология



- это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья субъектов образования – обучающихся и других участников образовательного процесса.

Здоровьесберегающая образовательная технология



медико-
гигиеническая
направленность

физкультурно-
оздоровительна
я

Экологическая
направленность

направленность

защитно-профилактические, стимулирующие,
информационно-обучающие, компенсаторно-
нейтрализующие и другие технологии

Задачи здоровьесберегающей технологии



- **Образовательные** (направлены на приобретение знаний и представлений о здоровом образе жизни, о правильном питании, факторах, влияющих на здоровье, обучение двигательным умениям и навыкам).
- **Воспитательные** (направлены на формирование нравственного сознания и поведения, волевых качеств, трудолюбия, устойчивых мотивов самовоспитания, эстетическое и эмоциональное развитие личности).
- **Оздоровительные** (направлены на укрепление физического здоровья, профилактику заболеваний, развитие полезных привычек и навыков, связанных с правильным питанием, содействие правильному физическому развитию, включение в активную двигательную деятельность, повышение с помощью средств физической культуры умственной работоспособности, снижение отрицательного воздействия чрезмерной нагрузки на психику).
- **Прикладные задачи** (направлены на формирование умений и навыков, необходимых для сотрудничества со сверстниками и обеспечения жизнедеятельности, физкультурных занятий, требующих не только в быту).

Здоровьесбережение школьника включает компоненты:



- Соблюдение режима дня.
- Рациональное и правильное питание.
- Оптимальная двигательная активность.
- Соблюдение санитарно-гигиенических норм.
- Предупреждение вредных привычек и формирование полезных произвольных и непроизвольных привычек здорового питания, образа жизни и профилактики заболеваний.

Соблюдение режима дня



Рациональное и правильное питание



Оптимальная двигательная активность



Соблюдение санитарно-гигиенических норм



Предупреждение вредных привычек и формирование полезных произвольных и непроизвольных привычек здорового питания, образа жизни и профилактики заболеваний.



Повышение психоэмоциональной устойчивости

