



# 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

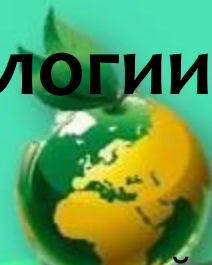
физкультурно-  
оздоровительна  
я

Экологическая  
направленность  
я

направленнос

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





# 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

