

**Методический семинар на тему:  
ПРИМЕНЕНИЕ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ  
ТЕХНОЛОГИЙ В  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ организации  
ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ В  
СООТВЕТСТВИИ**

С ФГОС

Подготовила : Галеева Альфия Рустемовна



**Цель** здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

**Применительно к ребенку** – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры, как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

**Применительно к взрослым** – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДОО и валеологическому просвещению родителей.

## Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании

- медико-профилактические;
  - физкультурно-оздоровительные;
  - технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
  - здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;
  - валеологического просвещения родителей;
- здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

# НАПРАВЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

1. СТИМУЛИРОВАНИЕ И СОХРАНЕНИЕ  
ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ  
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.
2. ОБУЧЕНИЕ ПРАВИЛЬНОМУ И ЗДОРОВОМУ  
ОБРАЗУ ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКОВ
3. КОРРЕКЦИЯ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ.

## Десять золотых правил здоровьесбережения:

- Соблюдайте режим дня!
- Обращайте больше внимания на питание!
- Больше двигайтесь!
- Спите в прохладной комнате!
- Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
- Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
- Гоните прочь уныние и хандру!
- Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
- Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
- Желайте себе и окружающим только добра!

**Все здоровье сберегающие технологии можно разделить несколько групп:**

**Технологии сохранения и стимулирования здоровья.**

- динамические паузы (комплексы физ. минуток, которые могут включать дыхательную, пальчиковую, артикуляционную гимнастику, гимнастику для глаз и т.д.)
- подвижные и спортивные игры
- контрастная дорожка, тренажеры
- стретчинг
- ритмопластика
- релаксация

## Технологии обучения здоровому образу жизни.

- утренняя гимнастика
- физкультурные занятия
- бассейн
- точечный массаж (самомассаж)
- спортивные развлечения, праздники
- День здоровья
- СМИ (ситуативные малые игры – ролевая подражательная имитационная игра)
- Игротренинги и игротерапия
- Занятия из серии «Здоровье»

## **Коррекционные технологии**

- технология коррекции поведения
- арттерапия
- технологии музыкального воздействия
- сказкотерапия
- технология воздействия цветом
- психогимнастика
- фонетическая ритмика

**Гимнастика пробуждения!!!**

Ходьба по дорожкам!!!

Самомассаж!!!

Утренняя зарядка!!!





