

Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение Детский сад №1
«Березка»



«Современные
здоровьесберегающие
технологии»
Воспитатель :
Лысова Галина Юрьевна
первая
квалификационная категория

<<Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь,, прочность знаний ,вера в свои силы>>

В.А.Сухомлинский

Здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов

(Всемирная организация здравоохранения).

Задачи здоровьесбережения

- ◎ *создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей*
- ◎ *сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности*
- ◎ *создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения*

Здоровьесберегающая технология –

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

Здоровьесберегающие образовательные технологии

- ◎ **технология обеспечения гигиенически оптимальных условий проведения воспитательного- образовательного процесса**
- ◎ **технология правильной организации воспитательного- образовательного процесса**
- ◎ **психолого - педагогические технологии**

Формы организации здоровьесберегающей работы

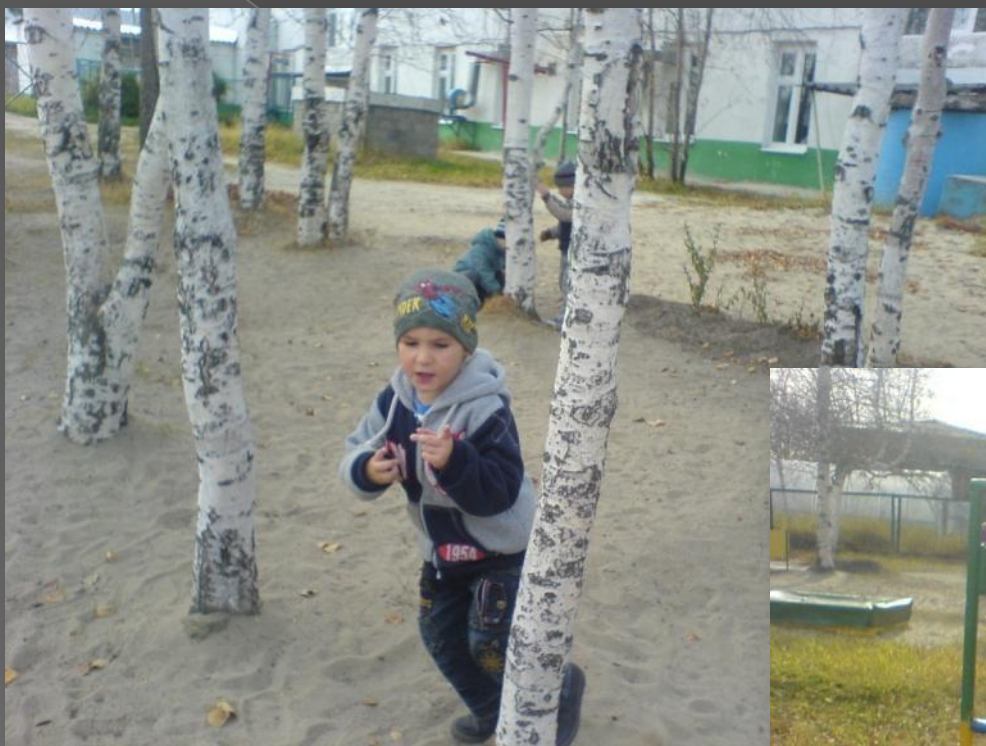


Физкультурное занятие

занятия проводятся в соответствии с программой, перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.



Самостоятельная деятельность детей



Подвижные и спортивные игры

подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В детском саду используем элементы спортивных игр.



Релаксация

*используется спокойная классическая музыка
(Чайковский, Рахманинов), звуки природы*



Гимнастика бодрящая, закаливание

форма проведения различна :упражнения на кроватках ,обширное умывание, ходьба по дорожкам «здоровья»,легкий бег из группы в спортивный зал с разницей температуры в помещениях и другие.



Гимнастика пальчиковая

*рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами
проводится в любой удобный отрезок времени*



Гимнастика дыхательная

*проводится в проветриваемом помещении, педагог дает
детям инструкции об обязательной гигиене полости
носа*



ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ

рекомендуется использовать наглядный материал (ориентир), показ педагога.



*Занятия из серии «Здоровье»
могут быть включены в НОД в качестве
познавательного характера*



Точечный самомассаж

проводится строго по специальной методике, показания детям с частыми простудными заболеваниями и для профилактики ОРЗ



Сказкотерапия

*используется для психо - терапевтической и развивающей работы.
Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть
групповое рассказывание*



Восточная гимнастика

*ПРОВОДИТСЯ СО СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА, РАЗВИВАЕТ
ПЛАСТИКУ ДВИЖЕНИЙ*



Технологии музыкального воздействия

*используется в качестве вспомогательного средства ,как часть
других технологий ,для снятия напряжения, повышения
эмоционального настроения*



*Технологии эстетической направленности
реализуется на занятиях художественно - эстетического цикла, при
посещении музеев, театров ,выставок и пр., оформление помещений к
праздникам.*



Мы стремимся к полной организации, в жизни каждого ребенка, трех моментов:

- 1. Достаточной индивидуальной умственной нагрузки.*
- 2. Обеспечение условий для преобладания положительных эмоциональных впечатлений.*
- 3. полное удовлетворение потребности в движении.*