

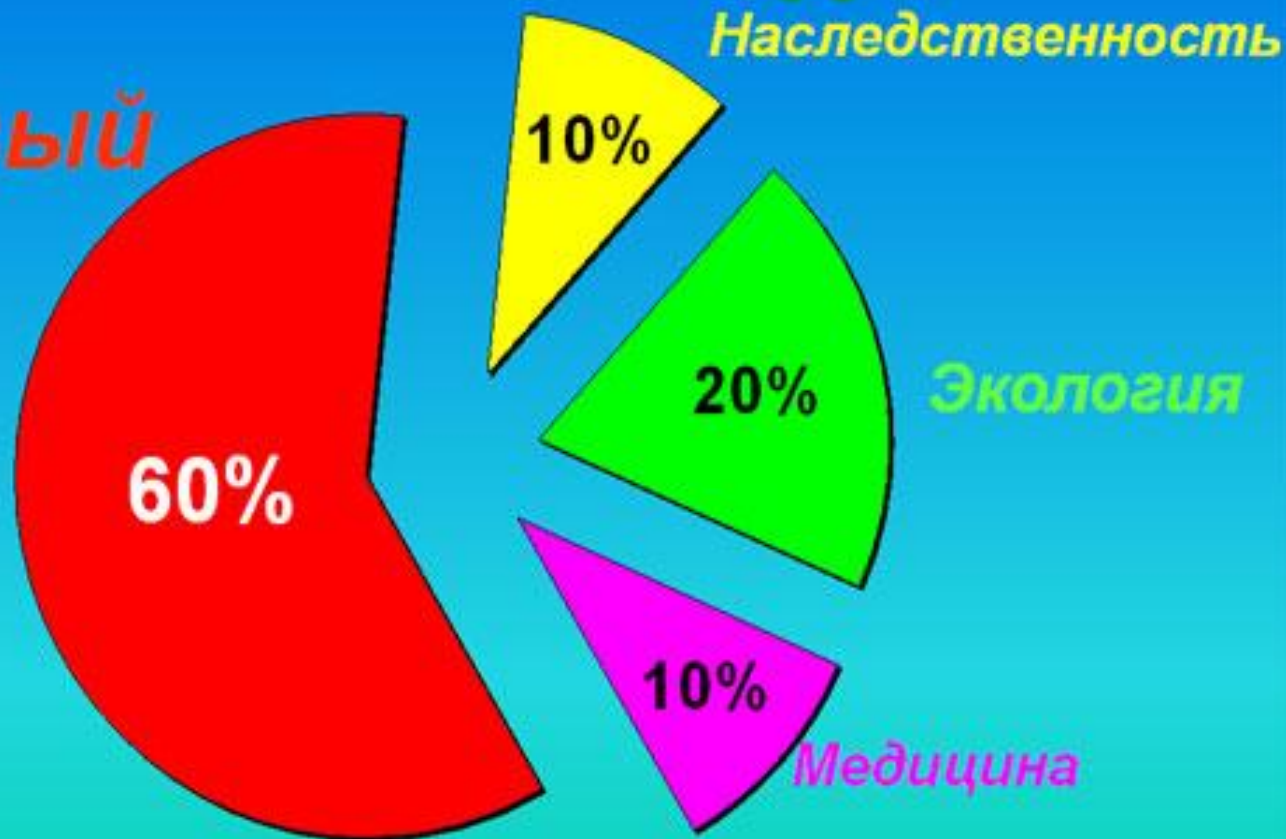
Проект на тему:

**«ЭТО ЗНАЮТ ВСЕ ВОКРУГ,
ЧТО ЗДОРОВЬЕ - ЛУЧШИЙ ДРУГ»**



От чего зависит наше здоровье?

Здоровый
образ
жизни



Понятие ЗОЖ

Здоровый образ жизни (ЗОЖ)

- это образ жизни, основанный на принципах нравственности, рационально организованный, активный, трудовой, закалывающий и, в то же время, защищающий от неблагоприятных воздействий окружающей среды, позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье.



УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ К ЗОЖ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

СОЗДАНИЕ ВОКРУГ РЕБЕНКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ, НАПОЛНЕННОЙ ТЕРМИНАМИ, СИМВОЛАМИ, АТРИБУТАМИ, ТРАДИЦИЯМИ ЗОЖ



НАЛИЧИЕ В БЛИЖАЙШЕМ ОКРУЖЕНИИ ДОШКОЛЬНИКА ЛЮДЕЙ, ВЕДУЩИХ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

СОЗДАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ФОНА ПРИ ФОРМИРОВАНИИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА

ФОРМИРОВАНИЕ АКТИВНОЙ ПОЗИЦИИ РЕБЕНКА В ОСВОЕНИИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА



УЧЕТ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ И ТИПОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ДЕТЕЙ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

СИСТЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ



• ЭКОЛОГО-ГИГИЕНИЧЕСКИЕ
ФАКТОРЫ



• ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ
ФАКТОРЫ



• СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ



Что такое здоровье сберегающие технологии?

Здоровье сберегающие технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.



В настоящее время в группе реализуются следующие здоровые сберегающие технологии:

1. Сохранения и стимулирования здоровья

(ритмопластика, динамические паузы, (минутки), релаксация, подвижные и спортивные игры);

2. Эстетической

направленности (гимнастика: пальчиковая, язычковая, для глаз, дыхательная, бодрящая, корригирующая);

3. Обучения здоровому образу

жизни (физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия), коммуникативные игры, занятия из серии «здоровье», **самомассаж, точечный**

самомассаж, утренняя гигиеническая гимнастика);

4. Коррекционные (технологии музыкального

воздействия, сказкатерапия, технологии воздействия цветом, психогимнастика).



Точечный массаж – элементарный приём самопомощи своему организму. Упражнения точечного массажа учат детей сознательно заботиться о своём здоровье, прививают им уверенность в том, что они сами могут помочь себе улучшить своё самочувствие. Наряду с этим точечный массаж является профилактикой







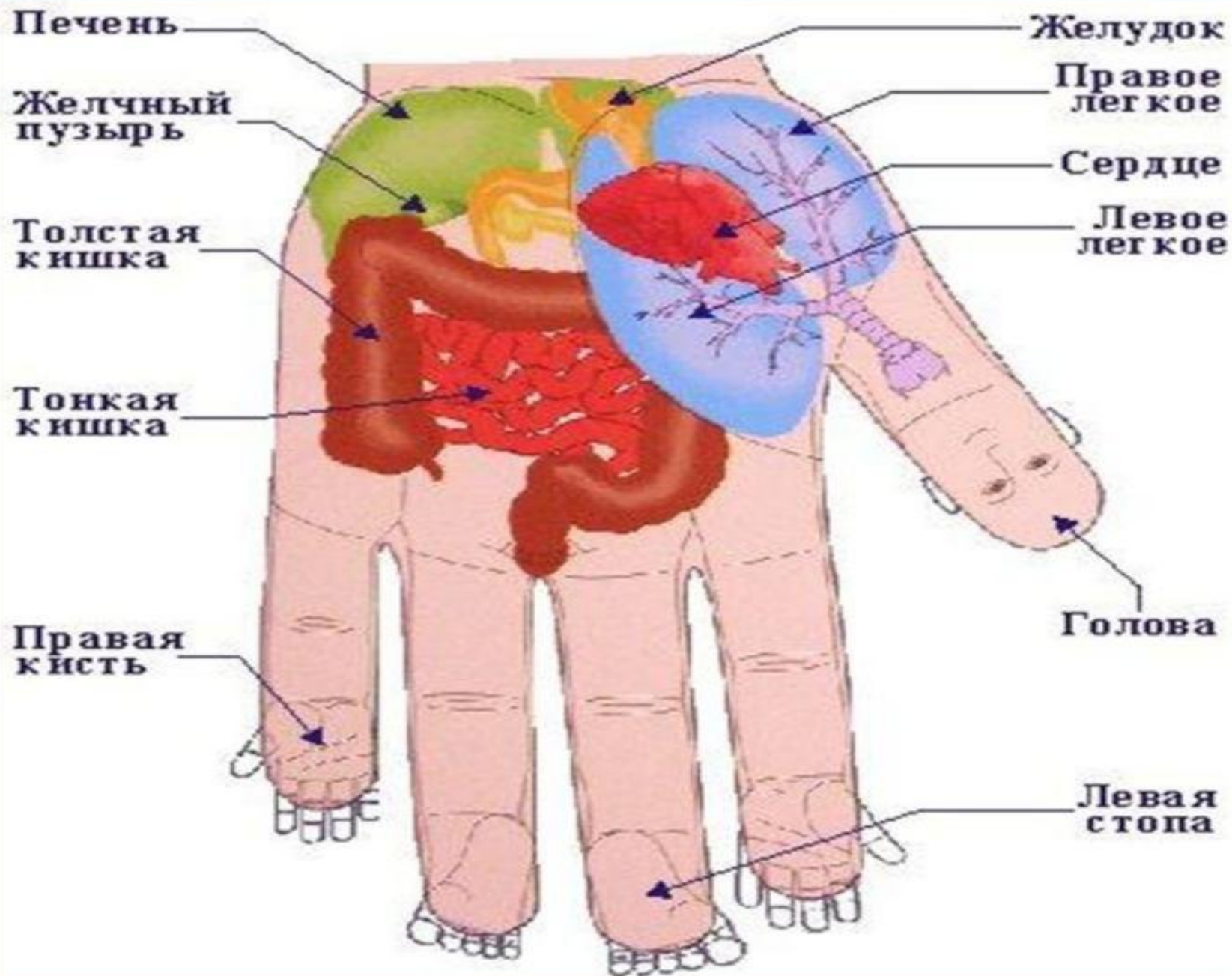


Схема рефлекторных зон на стопах

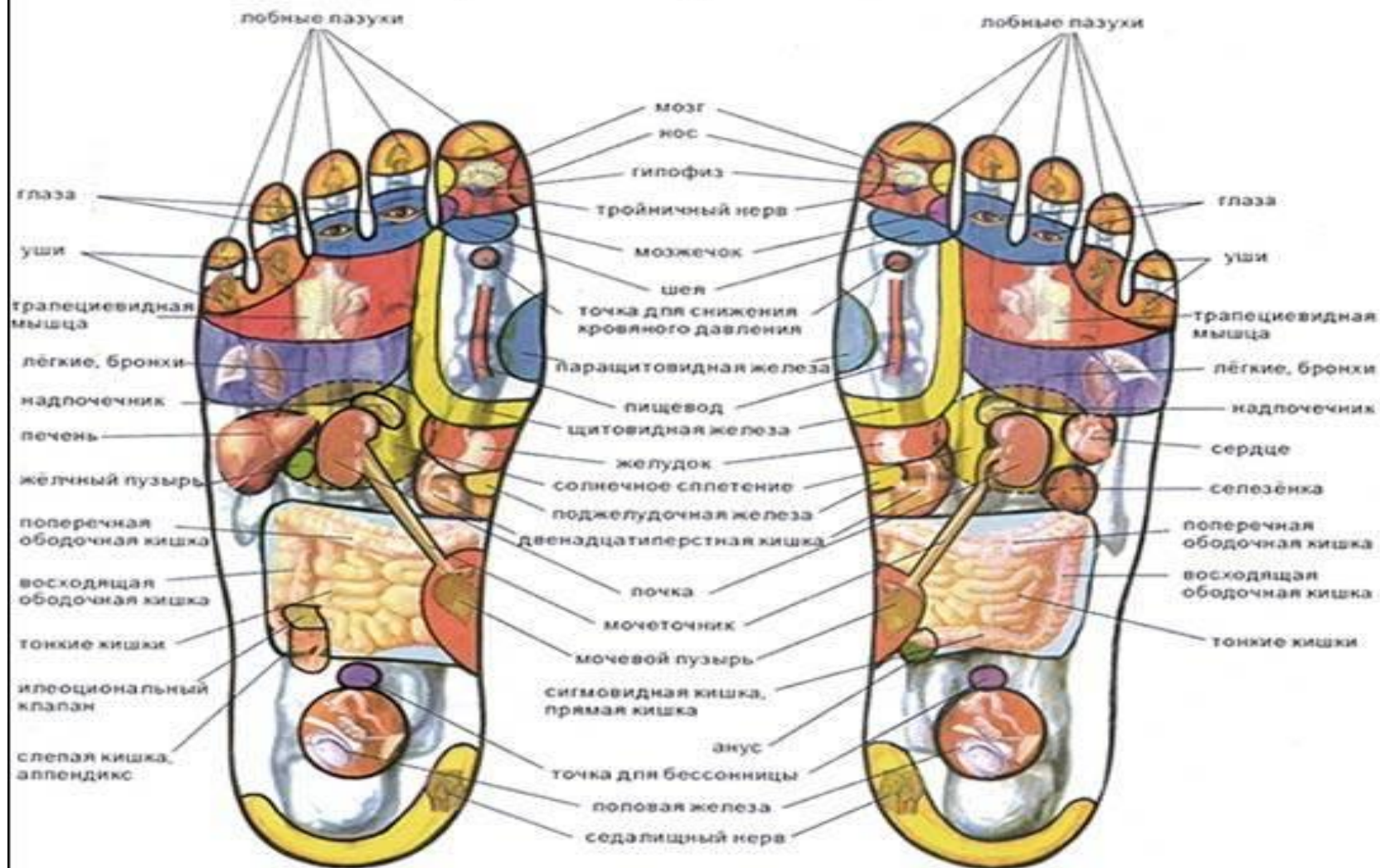
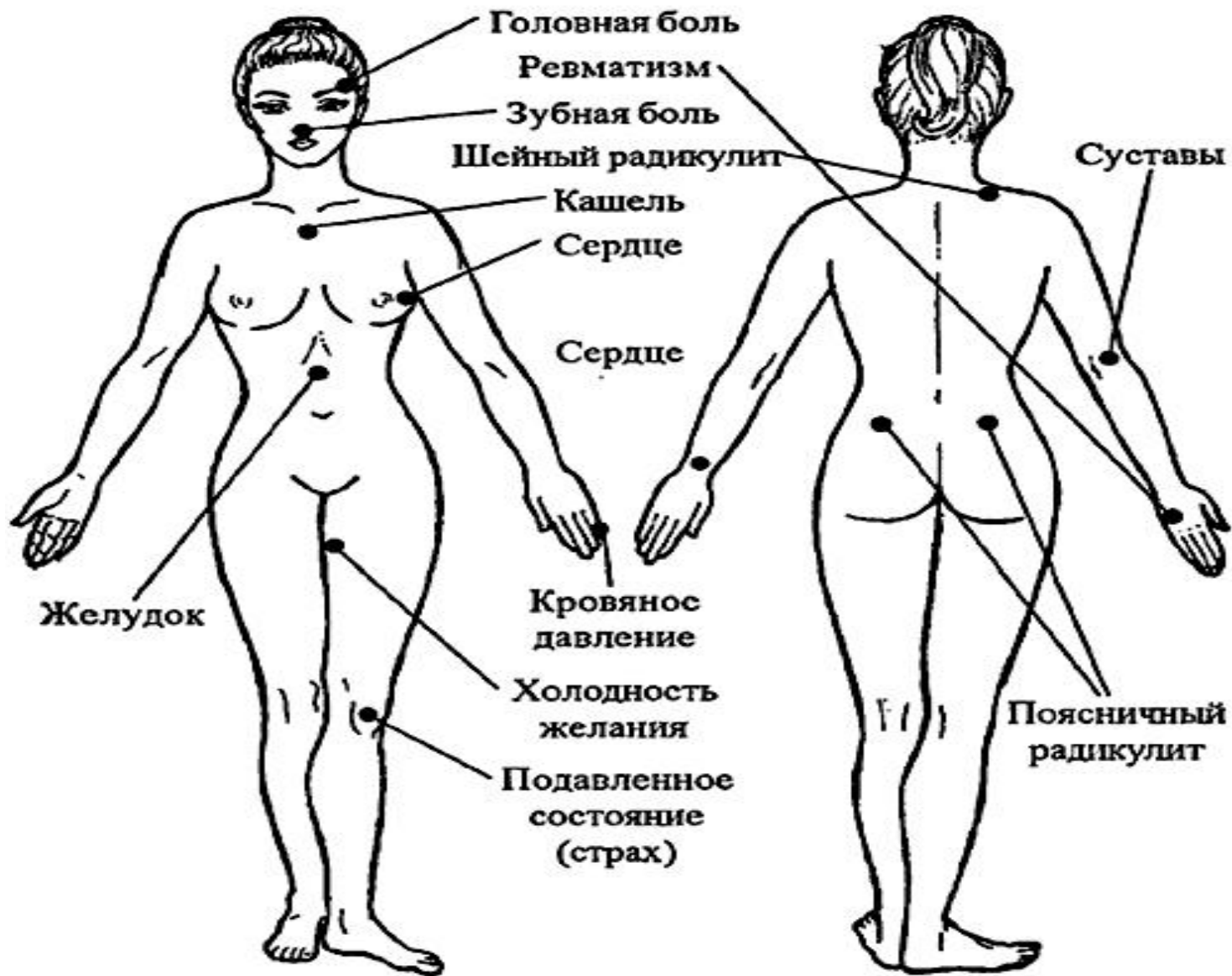


схема рефлекторных зон на правой стопе

схема рефлекторных зон на левой стопе с lubomartl.ucoz.ru





Внимание
за
внимание!