

**Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
Детский сад № 10 «Росинка»**

**«Современные
здоровье сберегающие
технологии»**

воспитатель

Свистунова Екатерина Михайловна

опыт работы

В. А. Сухомлинский

**«Забота о здоровье —
это важнейший труд воспитателя.
От жизнерадостности, бодрости
детей зависит их духовная
жизнь, мировоззрение,
умственное развитие, прочность
знаний, вера в свои силы»**

Всемирная организация здравоохранения

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

Здоровьесберегающие технологии

**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

- технологии обеспечения гигиенически оптимальных условий проведения воспитательно-образовательного процесса**
- технологии правильной организации воспитательно-образовательного процесса**
- психолого-педагогические технологии**

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**

Опыт работы по здоровьесбережению



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



Самостоятельная деятельность детей



**Подвижные и спортивные игры
подбираю в соответствии с возрастом детей, местом и
временем их проведения**



**Релаксация -
использую спокойную классическую музыку,
звуки природы**



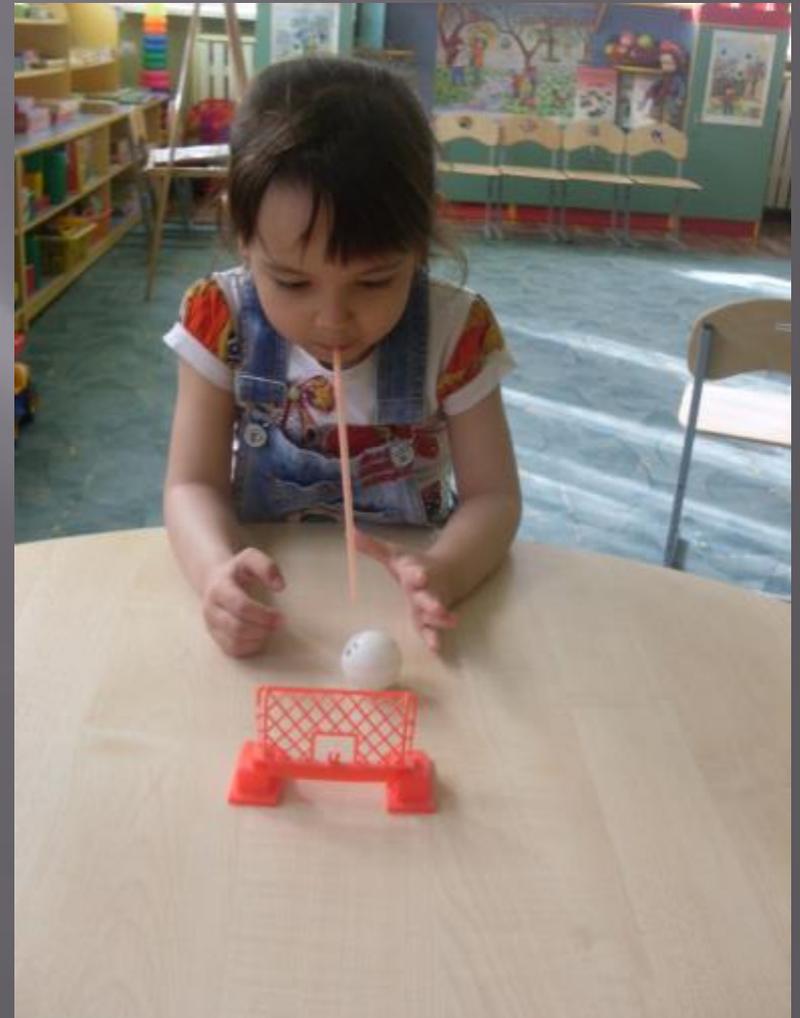
форма проведения различна: обширное
умывание, ходьба по дорожкам «Здоровья» и
другие.



**Гимнастика пальчиковая
рекомендуется всем детям, особенно с речевыми
проблемами. Проводиться в любой удобный
отрезок времени.**



Гимнастика дыхательная провожу в проветриваемом помещении, даю детям инструкции об обязательной гигиене полости носа



**Гимнастика для глаз
рекомендую использовать наглядный материал
(ориентиры), показ педагога.**



Провожу самомассаж, показан детям с частыми простудными заболеваниями и для профилактики ОРЗ



Сказкотерапия используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание.



Провожу взбадривающую гимнастику после дневного сна



**Технологии музыкального воздействия
использую в качестве вспомогательного средства, для снятия
напряжения, повышения эмоционального настроения.**



Технологии эстетической направленности реализуются на занятиях художественного цикла, при посещении, выставок, оформлении помещений к праздникам



Приобщаю к оздоровлению детей родителей



**Стремлюсь к полной реализации, в жизни
каждого ребенка, трех моментов:**

***достаточной индивидуальной
умственной нагрузки***

***обеспечение условий для
преобладания положительных
эмоциональных впечатлений***

***полное удовлетворение
потребности в движении***

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

Свистунова

Екатерина