

Здоровье – это самое ценное, что есть у человека. Н.А. Семашко

Наша цель на сегодня:

- познакомить Вас, уважаемые товарищи родители, с современными здоровьесберегающими технологиями ДОУ;
- показать применение технологий в ходе работы с детьми дошкольного возраста;
- дать соответствующие рекомендации по данному вопросу.

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

(Всемирная организация здравоохранения).

Что же такое здоровьесберегающие технологии?

Здоровьесберегающая технология - это система мер, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Здоровьесберегающие технологии – это

- Динамические паузы (физкультминутки) (рекомендуются для всех детей в качестве профилактики при утомлении);
- *Подвижные и спортивные игры* (проводятся ежедневно в соответствии с возрастом детей);
- *Релаксация* (проводится для всех возрастных групп, при этом используется спокойная музыка, звуки природы);
- *Гимнастика пальчиковая* (рекомендована всем детям, особенно с речевыми проблемами);
- Гимнастика для глаз (проводится ежедневно с младшего возраста в зависимости от зрительной нагрузки);
- *Гимнастика дыхательная* (проводится в различных формах физкультурнооздоровительной работы);
- Гимнастика бодрящая (проводится ежедневно после дневного сна);
- Гимнастика утренняя (ежедневно, утром, перед завтраком во всех группах);
- Комплексное закаливание (с младшего дошкольного возраста: полоскание горла водой комнатной температуры), ходьба по ребристой поверхности)
- *Игровой самомассаж* (в зависимости от поставленных целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы с детьми старшего возраста);

РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ДЕТСКОМ САДУ

- ✓ Закон «Об образовании»
- ✓ Концепция дошкольного воспитания от 16.06.89 №7/1
- ✓ Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.2660-10
- Устав образовательного учреждения
- ✓ Приказ Минздрава России от 30.06.09 №186/272 «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях»
- ✓ Инструктивно-методическое письмо Минобразования России «О гигиенических требованиях, максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» от 14.03.00.



3доровьесбе режение

в режиме дня





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





Подвижные и спортивные игры: подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения. В детском саду используем лишь элементы спортивных игр.





Гимнастика бодрящая, закаливание: форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание, ходьба по дорожкам «здоровья и другие.

