

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ С ВОСПИТАННИКАМИ В УСЛОВИЯХ ВНЕДРЕНИЯ ФГОС ДО



## АКТУАЛЬНОСТЬ

Одним из основных критериев благополучия общества является состояние здоровья населения. На сегодняшний день проблема здоровья детей очень актуальна. Главным в воспитании детей является то, что они должны быть здоровыми, так как общеизвестно, что здорового ребенка легче воспитывать. У него быстрее устанавливаются необходимые умения и навыки, он лучше приспосабливается к смене условий и воспринимает все предъявляемые ему требования. На здоровье ребенка влияют многие факторы, одним из которых является среда, в которой он растет и развивается.



## Цель моей работы:

- Повысить профессиональную квалификацию по вопросу здоровьесберегающих технологий.

## ЗАДАЧИ:

- Изучить учебную, научно-методическую литературу по вопросу здоровьесбережения.
- Проводить работу с детьми, направленную на сохранение и укрепление здоровья, воспитания здорового образа жизни.
- Пополнить предметно-развивающую среду по направлению «Физическая культура» и «Здоровье».
- Просвещать родителей в вопросах воспитания здорового ребенка

# Формы организации здоровьесберегающей работы



# Технологии сохранения и стимулирования здоровья

- ▶ **Динамические паузы,**
- ▶ **Подвижные и спортивные игры,**
- ▶ **Релаксация,**
- ▶ **Пальчиковая гимнастика,**
- ▶ **Гимнастика для глаз,**
- ▶ **Дыхательная гимнастика,**
- ▶ **Закаливание, гимнастика бодрящая,**

# КАРТОТЕКИ



# СПОРТИВНЫЙ УГОЛОК



Приходите на часок в наш спортивный уголок, Упражнения с друзьями выполняйте вместе с нами. Чтобы были вы подвижны, и активны, и спортивны!

# НЕСТАНДАРТНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ



Чтоб спина была  
прямая, диск на  
голову  
клади и по группе так  
ходи.





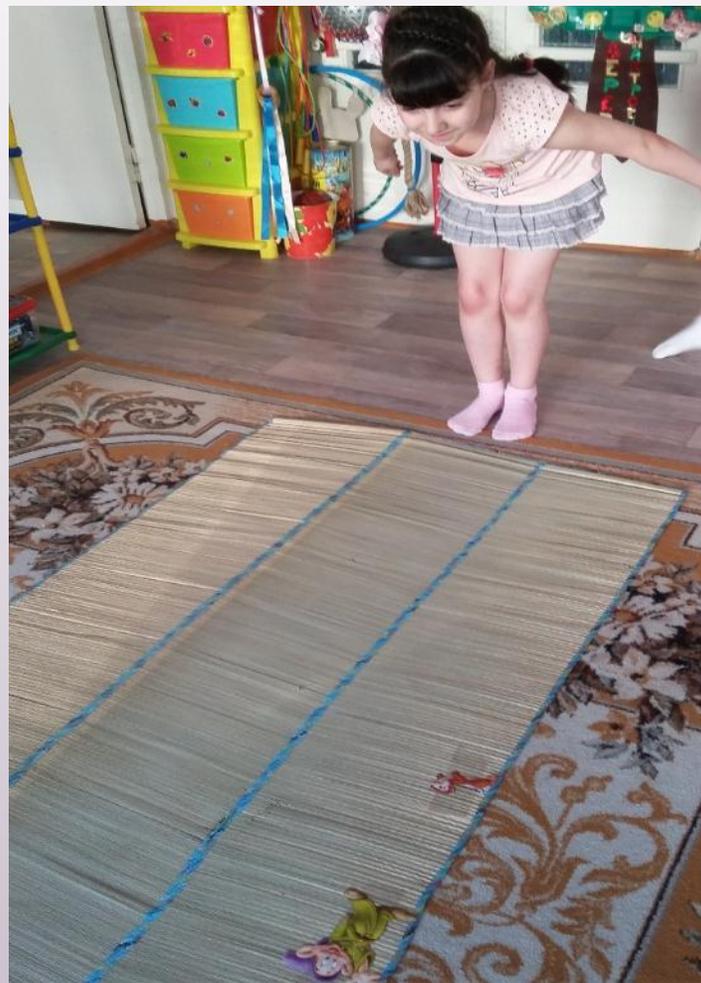
**В руки мы возьмем  
веревки, ну а может  
быть и палки,**

**Все движения разучим,  
станем крепче мы и  
лучше!**

Палочки- моталочки возьмем  
и соревнованья проведем,  
быстро-быстро  
ленту намотаем,  
пальчики свои поразвиваем!



- ▶ Хотим гимнастками мы стать и
- ▶ с лентой упражненья выполнять,
- ▶ ГОТОВИМСЯ МЫ
- ▶ каждый день
- ▶ и делать нам это совсем не лень!



**Чтобы прыгать научиться  
Надо много потрудиться,  
Оттолкнусь я хорошо  
Прыгну очень далеко!**

**Чтоб мышцы ног  
укрепить,  
на лыжах будем мы  
ходить**





По канату и веревке  
ходим  
быстро мы  
и ловко,  
Равновесие у нас  
просто класс!



А для этого упражнения  
нужно сосредоточение, ловкость  
рук и глазомер  
ты уж нам поверь!



Силу развиваю, мускулы  
качаю!

Нам полезно без сомнений все,  
что связано с координацией  
движения, прыгаем, шагаем,  
ловкость развиваем!





Ленты разноцветные  
Для упражнений полезные,  
их используем  
в игре на радость детворе!



▶ Подкину мячик высоко, поймаю я его легко,  
▶ ведь пальцы мои ловкие,  
▶ а глазки очень зоркие!

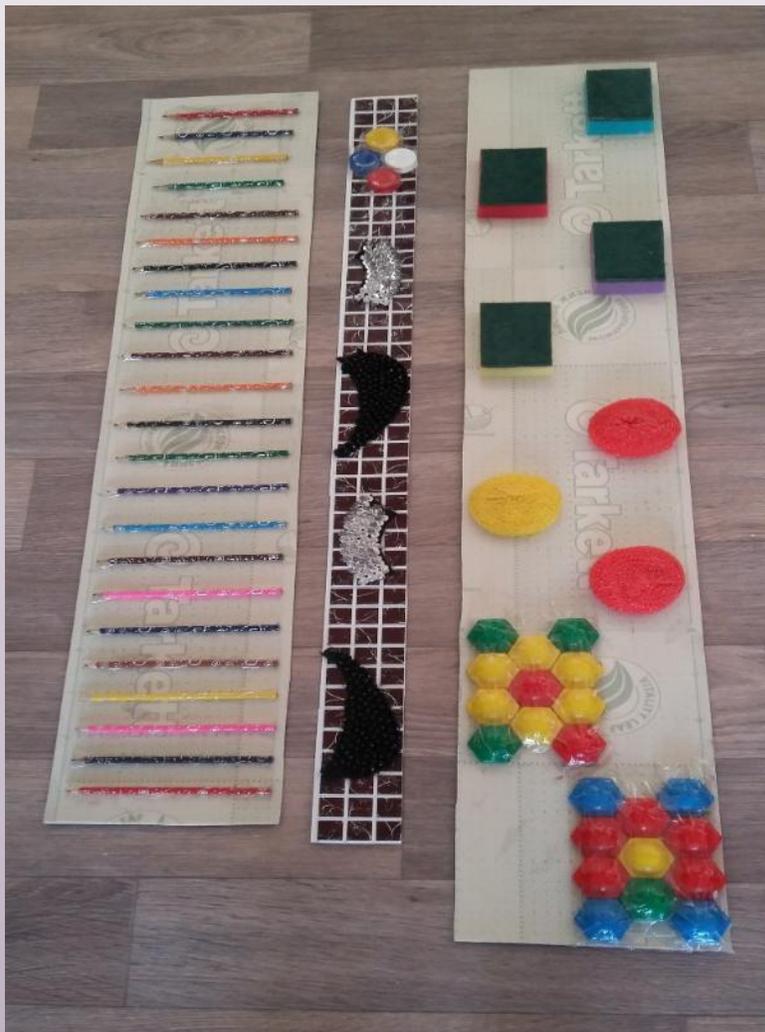


1,2,3,4,5, надо стопы ног размять,  
раньше- клей карандаш, а сейчас  
для ног массаж!



Чтобы плоскостопие избежать,  
упражненья нужно выполнять,  
захватить предмет скорей,  
Ну а вместе веселей!

После сна встаем, по дорожкам здоровья идем,  
они очень важные- лечебные,  
массажные!





**Улыбаюсь, закаляюсь,  
массажирую себя, чтоб  
здоровой быть всегда!**



**Дыхательные упражнения  
выполняем и здоровье свое  
укрепляем!**



**Мы картинки  
собираем,  
виды спорта  
называем!**





Я не зря играю,  
виды спорта  
закрепляю!

# Технологии обучения здоровому образу

## ЖИЗНИ

- ▶ Коммуникативные игры,
- ▶ Беседы, НОД из серии «Здоровье»,
- ▶ Самомассаж



# Коррекционные технологии

- ▶ Технологии музыкального воздействия (один из методов, который укрепляет здоровье детей, доставляет детям удовольствие)
- ▶ Сказкотерапия (используется для психотерапевтической и развивающей работы)
- ▶ Технология цветового воздействия (используется как вспомогательное средство для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения)





- ▶ **СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**
- ▶ **БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**