

## Психологическая безопасность

Комфортная организация режимных моментов

Оптимальный двигательный режим

Правильное распределение интеллектуальных и физических нагрузок

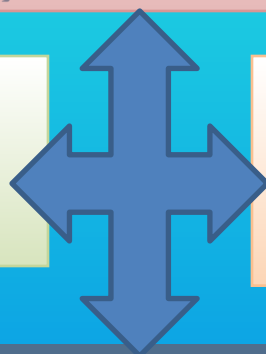
Доброжелательный стиль общения взрослого с детьми

Целесообразность в применении и приемов и методов

Использование приемов релаксации в режиме дня

**Медико-профилактические**  
здоровьесберегающие  
технологии

**Физкультурно-оздоровительные**  
здоровьесберегающие  
технологии



## Оздоровительная направленность воспитательно - образовательного процесса

Учет гигиенических требований

Создание условий для оздоровительных режимов

Бережное отношение к нервной системе ребенка

Учет индивидуальных особенностей и интересов детей

Предоставление ребенку свободы выбора

Создание условий для самореализации

Ориентация на зону ближайшего развития

## Виды здоровьесберегающих технологий

### Технологии сохранения и стимулирования здоровья

- стретчинг
- ритмопластика
- динамические паузы
- подвижные и спортивные игры
- релаксация
- различные гимнастики

### Технологии обучения здоровому образу жизни

- физкультурные занятия
- проблемно-игровые занятия
- коммуникативные игры
- занятия из серии «Здоровье»
- самомассаж
- биологическая обратная связь (БОС)

### Коррекционные технологии

- арттерапия
- технологии музыкального воздействия
- сказкотерапия
- цветотерапия
- психогимнастика
- фонетическая ритмика

# Виды здоровьесберегающих технологий, используемых в ДОУ

Для сохранения и укрепления здоровья детей в группе используются следующие здоровьесберегающие технологии:

- ◆ Хореография
- ◆ Динамические паузы, физминутка
- ◆ Подвижные игры
- ◆ Спортивные игры
- ◆ Релаксация
- ◆ Пальчиковая гимнастика
- ◆ Гимнастика для глаз
- ◆ Дыхательная гимнастика
- ◆ Бодрящая гимнастика
- ◆ Утренняя гимнастика
- ◆ Физкультурные занятия
- ◆ Серия занятий «Азбука здоровья»
- ◆ Самомассаж
- ◆ Активный отдых
- ◆ Артикуляционная гимнастика
- ◆ Прогулка

