

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
общеразвивающего вида детский сад №45 «Солнышко»

# **СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ ПУТЕМ ВНЕДРЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ.**

Заместитель заведующего по ВМР:  
Кочкина А.А.

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

*А. Сухомлинский*

**«Здоровье – это состояние  
полного физического,  
психического, социального  
благополучия».**

# НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ:

- Закон РФ «Об образовании» (ст. 51)
- «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».
- «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения РФ»
- «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в РФ».

# КОМПОНЕНТЫ ЗДОРОВЬЯ

**Соматическое здоровье** — текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития.

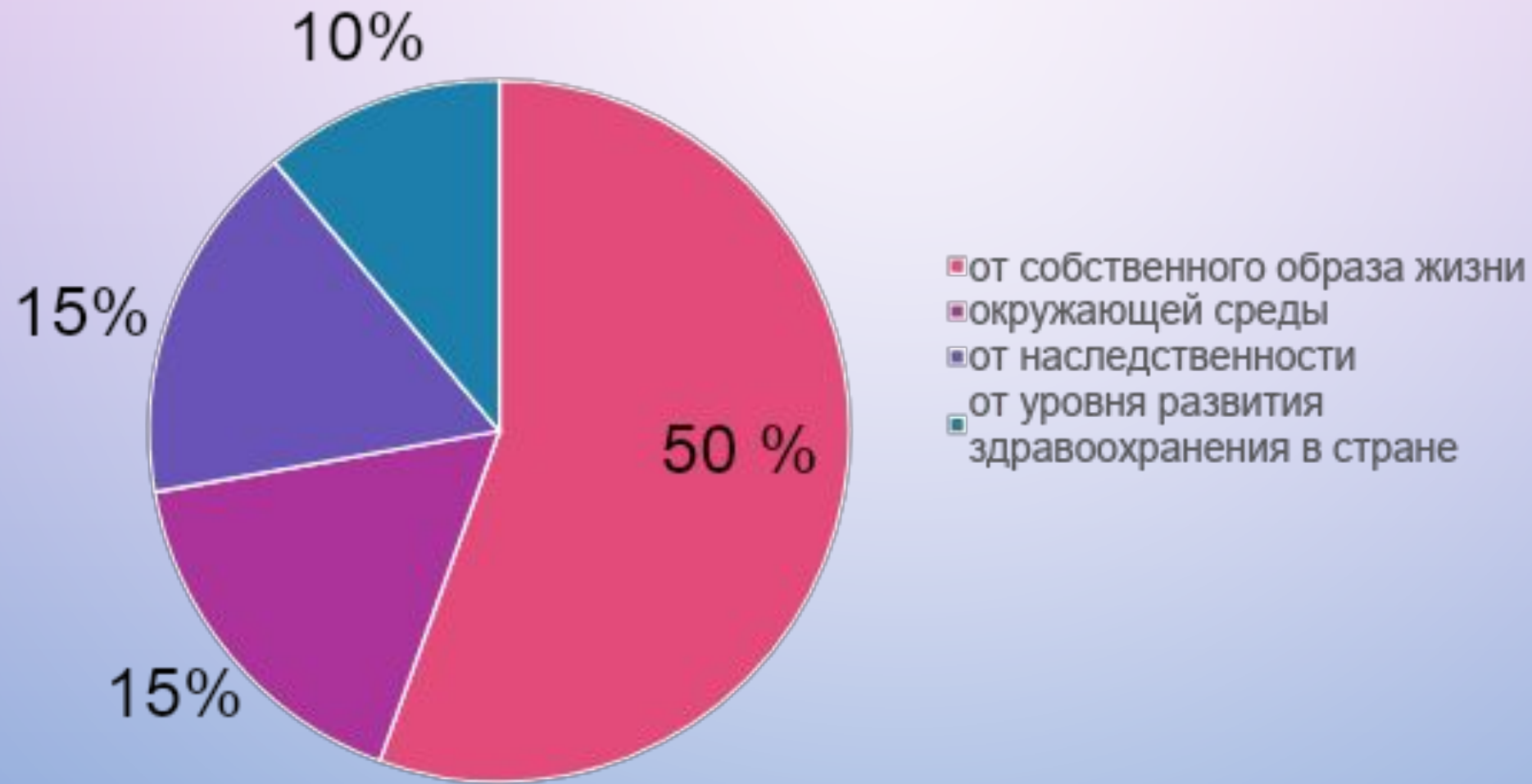
**Физическое здоровье** — уровень роста и развития органов и систем организма.

**Психическое здоровье** — состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта.

# ЗАКОНЧИТЕ ПОСЛОВИЦЫ О ЗДОРОВЬЕ:

- Чистота –
- Здоровье дороже
- Чисто жить –
- Если хочешь быть здоров –
- Здоровье в порядке –
- В здоровом теле –
- Здоровье за деньги
- Береги платье с нову,
- Будет здоровье –

# Здоровье человека





*При проведении физкультурной образовательной деятельности в детском саду две трети движений, составляющих его структуру, должны быть циклического характера.*

*подвижные  
игры*

*индивидуальн  
ая работа над  
ОВД*

**Виды  
двигательной  
активности  
детей на  
прогулке**

*спортивные  
игры и  
упражнения*

*самостоятел  
ьная  
двигательная  
активность*





*Повышение резервов дыхательной системы ребёнка происходит за счёт регулярной двигательной активности на свежем воздухе*

# Какие виды здоровьесберегающих технологий используются в дошкольном образовательном учреждении?

Три группы здоровьесберегающих технологий:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья: ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.
2. Технологии обучения здоровому образу жизни: физкультурные занятия, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия), коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж.
3. Коррекционные технологии: технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.

# Правила использования здоровьесберегающих технологий

- *постепенность,*
- *учёт состояния здоровья и индивидуальных особенностей ребёнка,*
- *системность,*
- *эмоциональная и физическая привлекательность для ребёнка*



*Органичное сочетание всех  
здоровьесберегающих технологий в  
ДОУ способствует сохранению и  
укреплению здоровья детей.*





# Утверждения

1. При проведении физкультурного занятия в детском саду две трети движений, составляющих его структуру, должны быть циклического характера.

2. Повышение резервов дыхательной системы ребёнка происходит за счёт регулярной двигательной активности на свежем воздухе.

3. Органичное сочетание всех здоровьесберегающих технологий в ДОУ способствует совершенствованию системы иммунной защиты ребёнка.

4. Регулярность физических нагрузок способствует нарастанию резервных мощностей организма ребёнка.



# Будьте здоровы!

