



*«Здоровьесберегающие
технологии в детском саду»*

*Презентацию подготовила
воспитатель:
Осипова Нина Николаевна
«Непоседы» 2017г.*

*«Детям совершенно так же, как и
взрослым, хочется быть
здоровыми и сильными, только
дети не знают, что для этого
надо делать. Объясни им, и они
будут беречься»*

Януш Корчак





Цель: Формирование у детей осознанное отношение к здоровью и жизни человека.

Задачи здоровьесбережения

- *Сохранить здоровье детей и повысить двигательную активность и умственную работоспособность;*
- *создать адекватные условия для развития, обучения, оздоровления детей;*
- *создать положительный эмоциональный настрой и снять психоэмоциональное напряжение.*



***Культурно-гигиенические
навыки.***

***- Сформировать стремление
быть чистым, опрятным,
аккуратным;***

***- С раннего детства приучаем
ребенка индивидуально поль-
зоваться предметами личной
гигиены.***



Правильное питание
От него зависит здоровье и
правильное развитие ребенка.



- 
- **Физкультурное занятие**
 - **- Формирует умение ориентироваться в пространстве;**
 - **- Содействует**
 - **развитию основных**
 - **движений.**

Подвижные игры



- *Способствует
закреплению и
совершенствованию
двигательных
навыков.*
- *Развивает ловкость,
быстроту
координацию
движений.*

Гимнастика пальчиковая

Пальчиковая гимнастика



Наши пальчики играли,
Веселились и плясали.
Раз прыжок, два прыжок –
К ноготочку ноготок.

MyShared

- *Способствует овладению навыкам мелкой моторики*
- *Помогает развивать речь*
- *Повышает работоспособность коры головного мозга*
- *Развивает психические способности: мышление, память, воображение*
- *Снимает тревожность*

Дыхательная гимнастика

- Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани
- Улучшает дренажную функцию бронхов; - восстанавливает нарушенное носовое дыхание
- Способствует восстановлению нормального крово- и лимфоснабжения
- Повышает общую сопротивляемость организма





Закаливающие процедуры

*Способствуют укреплению
здоровья
и снижению заболеваемости.*

- Хожжение по дорожкам;*
- Сухое обтирание;*
- Дыхательная гимнастика
после сна;*
- Влажное обтирание.*

*Здоровье ребенка превыше всего,
Богатство земли не заменит его.
Здоровье не купишь, никто не
продаст.
Его берегите, как сердце, как глаз!!!*

