

# Здоровьесберегающие технологии в ДОУ



студентка II курса  
Муромского  
педагогического  
колледжа  
**Попова Алиса  
Александровна**

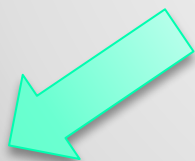
**«Забота о здоровье детей -  
это важнейший труд  
воспитателя.**

**От жизнерадостности,  
бодрости детей зависит их  
духовная жизнь,  
мировоззрение,  
умственное развитие,  
прочность знаний и самое  
главное вера в свои силы»**

# Здоровьесберегающая технология



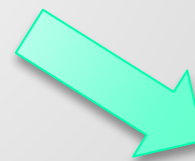
целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мер которые осуществляются в процессе взаимодействия



*ребенка и  
ребенка и  
педагога  
доктора*



*ребенка и  
родителей*



# Цель применения здоровьесберегающих технологий в работе с детьми :

Обеспечить дошкольнику возможность  
сохранения здоровья;

Сформировать у него необходимые  
знания, умения и навыки по ЗОЖ ;

Научить использовать полученные  
знания в повседневной жизни



# Здоровьесберегающие технологии подразделяются на:



- **технологии сохранения и стимулирования здоровья**

- **технологии обучения здоровому образу жизни**

# Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

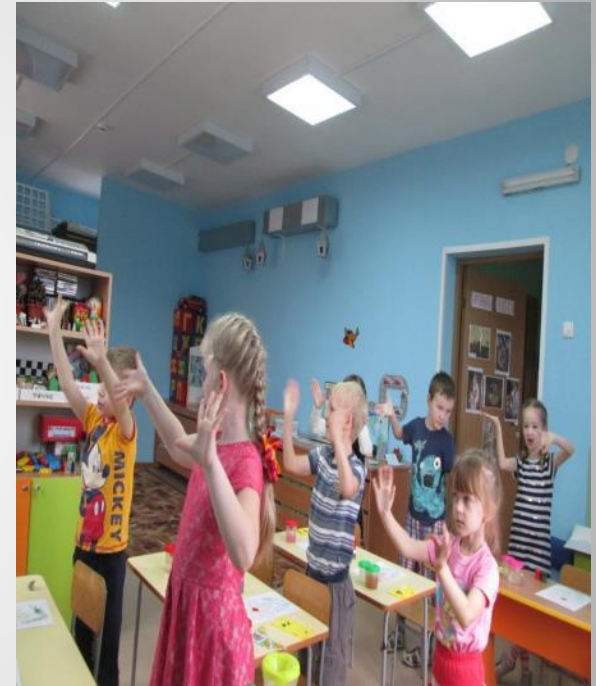
- **Динамические паузы**
- **Подвижные и спортивные игры**
- **Релаксация**
- **Гимнастика пальчиковая**
- **Гимнастика для глаз**
- **Гимнастика дыхательная**
- **Гимнастика пробуждения**



# Динамические паузы, релаксация

Во время занятий, 2-5 мин. По мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления.

В любом подходящем помещении, в зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Можно использовать спокойную классическую музыку, звуки природы.



# Подвижные и спортивные игры

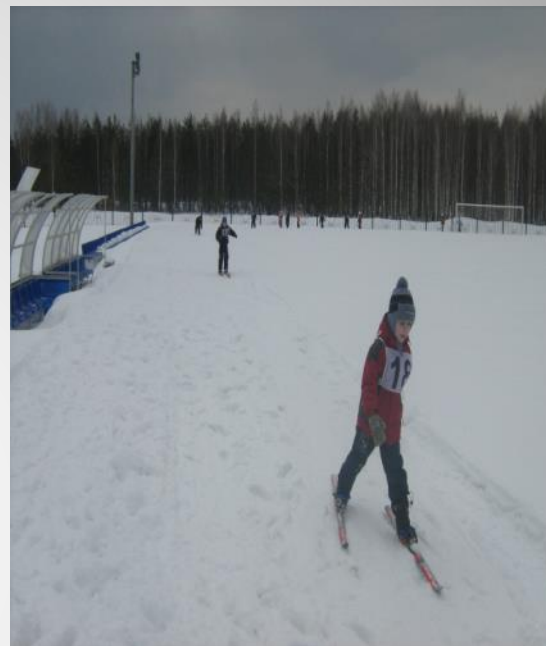
- Как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате – малой, средней и высокой степени подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с
- возрастом ребенка, местом и временем ее проведения







- Зимние подвижные игры: хоккей, лыжи, метание снежков и др.



- Народные подвижные игры: лапта, городки, ловишки и др.



## Гимнастика пальчиковая, для глаз, дыхательная

Проводится в различных формах  
физкультурно-оздоровительной  
работы.



Активизируется  
кислородный обмен во  
всех тканях организма,  
что способствует  
нормализации и  
оптимизации его работы  
в целом

# Гимнастика пробуждения



Проводится  
после  
дневного  
сна, форма  
проведения  
различна:  
упражнения  
на кроватках,  
обширное  
умывание,  
ходьба по  
коврикам  
«здоровья»  
и т.д.

# Технология обучения здоровому образу жизни



- ◆ Утренняя гимнастика
- ◆ Физкультурные занятия
  - ◆ Занятия из серии «Азбука здоровья»
- ◆ Точечный массаж
  - ◆ Активный отдых
- ◆ Туристические походы

# Утренняя гимнастика, физкультурные занятия



Утренняя гимнастика проводится ежедневно

Физкультурное занятие – 2-3

раза в неделю в спортивном зале. Перед занятием зал

# Занятия из серии «Азбука здоровья»



Проводятся 1 раз в неделю со старшего возраста. Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития.

# Точечный массаж, самомассаж



Проводится в преддверии эпидемии, в осенний и весенний периоды по специальной методике.

# Активный отдых

**Спортивное оборудование позволяет обеспечить максимальную двигательную активность детей на прогулке**





# Туристическая деятельность



Проводится с детьми старшего дошкольного возраста. Развивает организованность, расширяет кругозор детей, учит любить и беречь природу.



# Коррекционные технологии

- **Технология музыкального воздействия**
- **Сказкотерапия**
- **Психогимнастика**
- **Песочная терапия**



# Сказкотерапия , психогимнастика , технология музыкального воздействия

- Используется в различных формах физкультурно- оздоровительной работы, в качестве вспомогательного средства, как часть других технологий:
- для снятия напряжения;
- повышения эмоционального настроения и пр.



# Песочная терапия

**Песочная терапия** - одна из разновидностей игротерапии. В песочной игре ребенок и педагог легко обмениваются идеями, мыслят чувствами, что позволяет построить партнерские, доверительные отношения.



## Сотрудничество с родителями

дает положительные результаты: родители проявляют интерес к успехам своих детей в области здоровья и физической подготовки и охотно участвуют в организации и проведении досуговой деятельности дошкольников.





**Презентацию «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» выполнила студентка II курса Муромского педагогического колледжа Попова Алиса Александровна**