

**Современные
здоровьесберегающие
технологии, используемые в
детском саду**

Здоровьесберегающие технологии



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



ребёнка и педагога

ребёнка и родителей

ребёнка и доктора

**Цель
здоровьесберегающих
образовательных
технологий :**

- обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья
- сформировать у него необходимые знания, умения и навыки ЗОЖ
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни

Система здоровьесбережения в ДОУ

- различные оздоровительные режимы (адаптационный, на время каникул);
- комплекс закаливающих мероприятий (воздушное закаливание, хождение по “дорожкам здоровья”, профилактика плоскостопия; максимальное пребывание детей на свежем воздухе, бодрящая гимнастика);
- Непосредственная образовательная деятельность по физической культуре всех типов;
- оптимизация двигательного режима: традиционная двигательная деятельность детей (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, проведение подвижных игр, прогулки) и инновационные технологии оздоровления и профилактики (ритмопластика, логоритмика, тактильные дорожки);
- организация рационального питания;
- медико-профилактическая работа с детьми и родителями;
- соблюдение требований СанПиНа к организации педагогического процесса;
- комплекс мероприятий по сохранению физического и психологического здоровья педагогов.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья

- Динамические паузы
- Подвижные и спортивные игры
- Релаксация
- Пальчиковая гимнастика
- Гимнастика для глаз
- Дыхательная гимнастика
- Гимнастика после сна

Гимнастика после сна, закаливание

Форма проведения различная: ходьба по коврикам, гимнастика после сна , посещение сауны, витаминные напитки, полоскание горла настоем ромашки, самомассаж, ароматерапия, профилактика ОРВИ.







Технологии обучения здоровому образу жизни

- Утренняя гимнастика
- Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию
- Самомассаж

***Спасибо
за внимание!***