

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Детский сад комбинированного вида «Брусничка»

*«Здоровьесбережение дошкольников на
современном этапе развития ДОУ.*

*Реализация опыта работы
подготовительной группы на прогулке»*

Презентацию подготовили воспитатели:

Данченко Л.В

Зеленова М.В



***Здоровьесберегающая технология -
это система мер, включающая
взаимосвязь и взаимодействие всех
факторов образовательной среды,
направленных на сохранение
здоровья ребенка на всех этапах его
обучения и развития.***

Задачи здоровьесбережения

- *сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности*
- *создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей*
- *создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения*

Здоровьесберегающие образовательные технологии делятся на три группы:

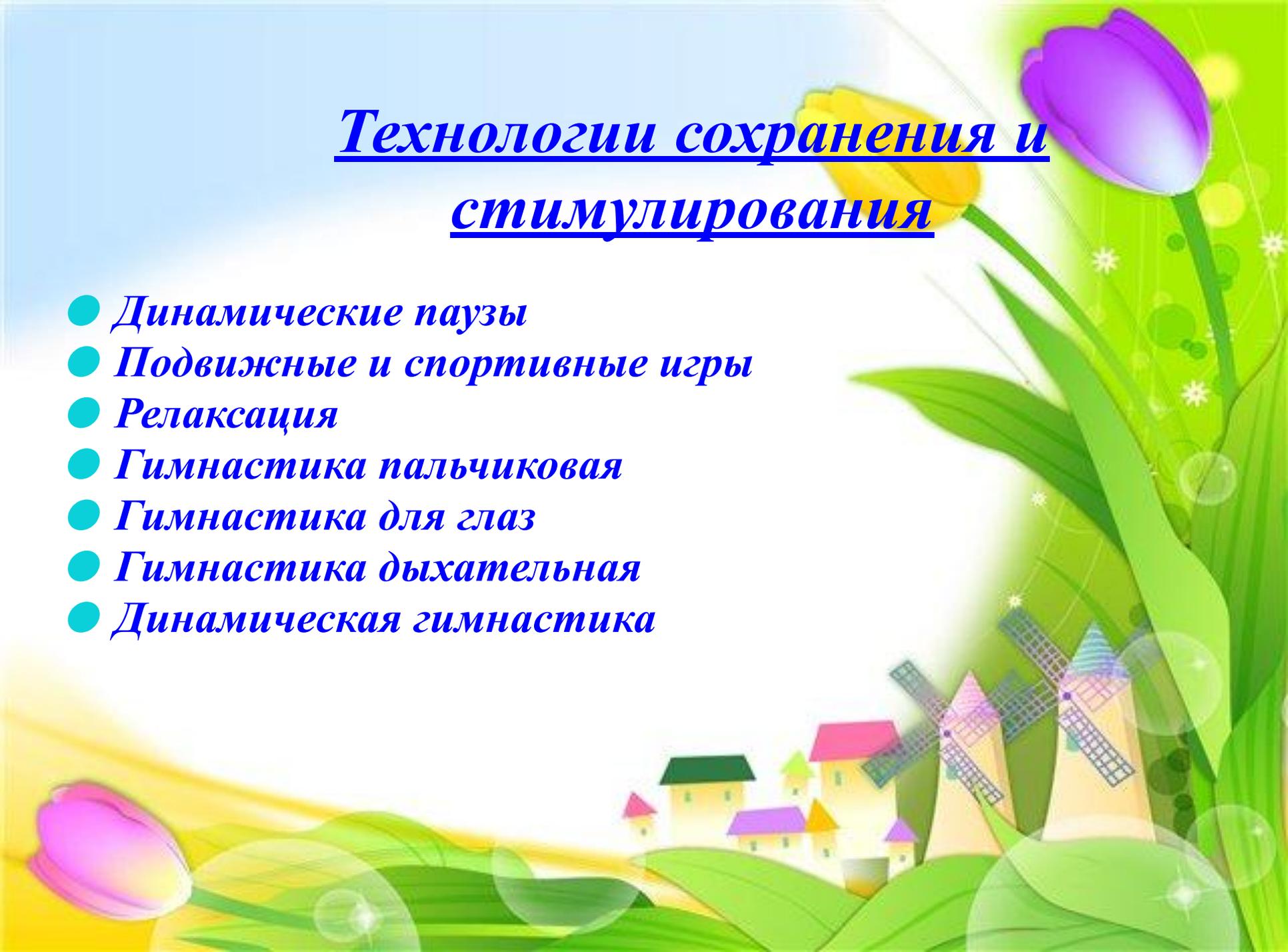
1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья

2. Технологии обучения здоровому образу жизни

3. Коррекционные технологии.

Технологии сохранения и стимулирования

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



Технологии обучения здоровому образу жизни

- *Физкультурные занятия*
- *Точечный массаж*
- *Занятия в бассейне*
- *Проблемно – игровые и коммуникативные игры*

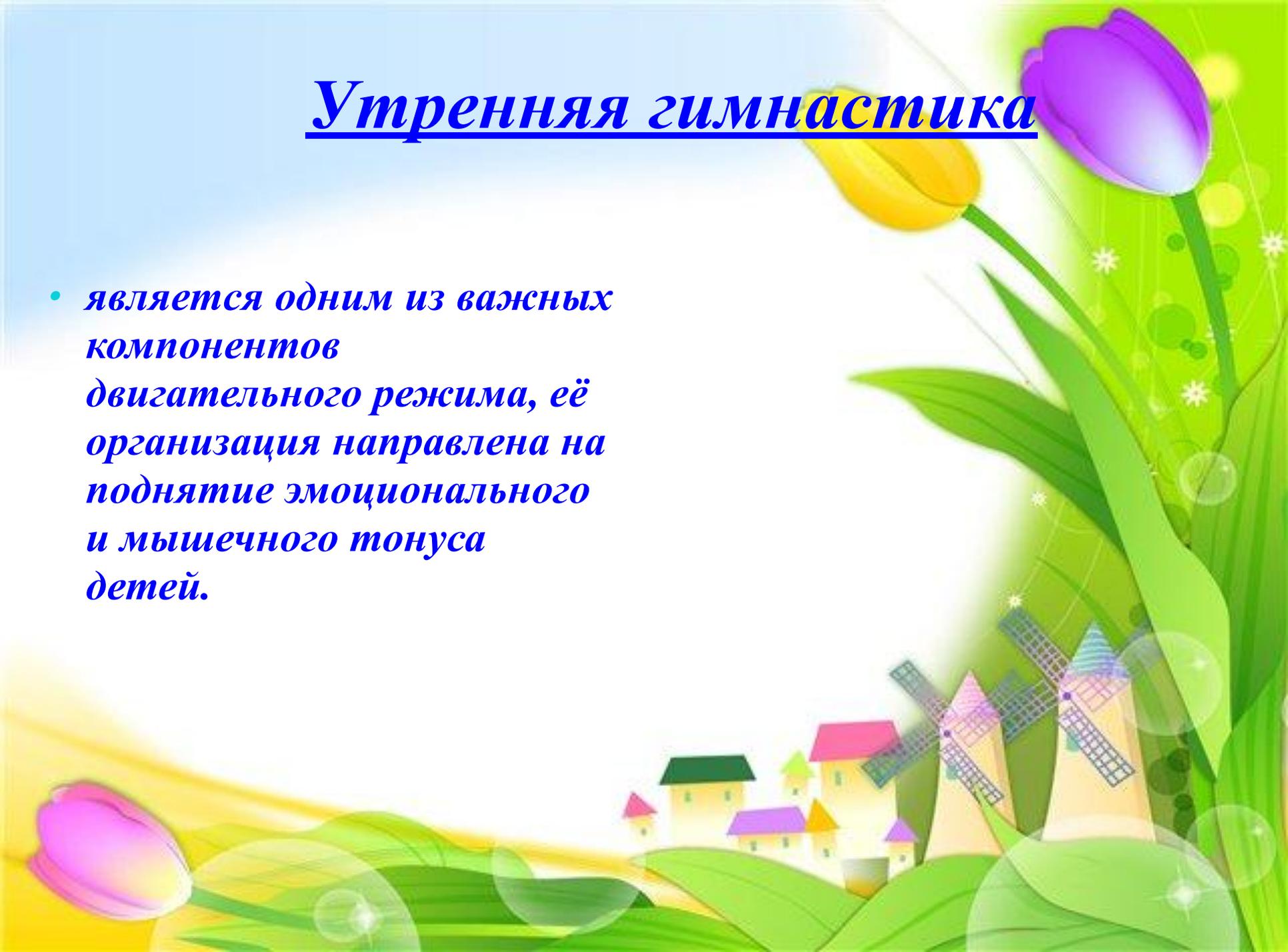
Коррекционные технологии

- *Сказкотерапия*
- *Песочная терапия*
- *Арт –терапия*
- *Су-Джок терапия*
- *Музыкотерапия*



Утренняя гимнастика

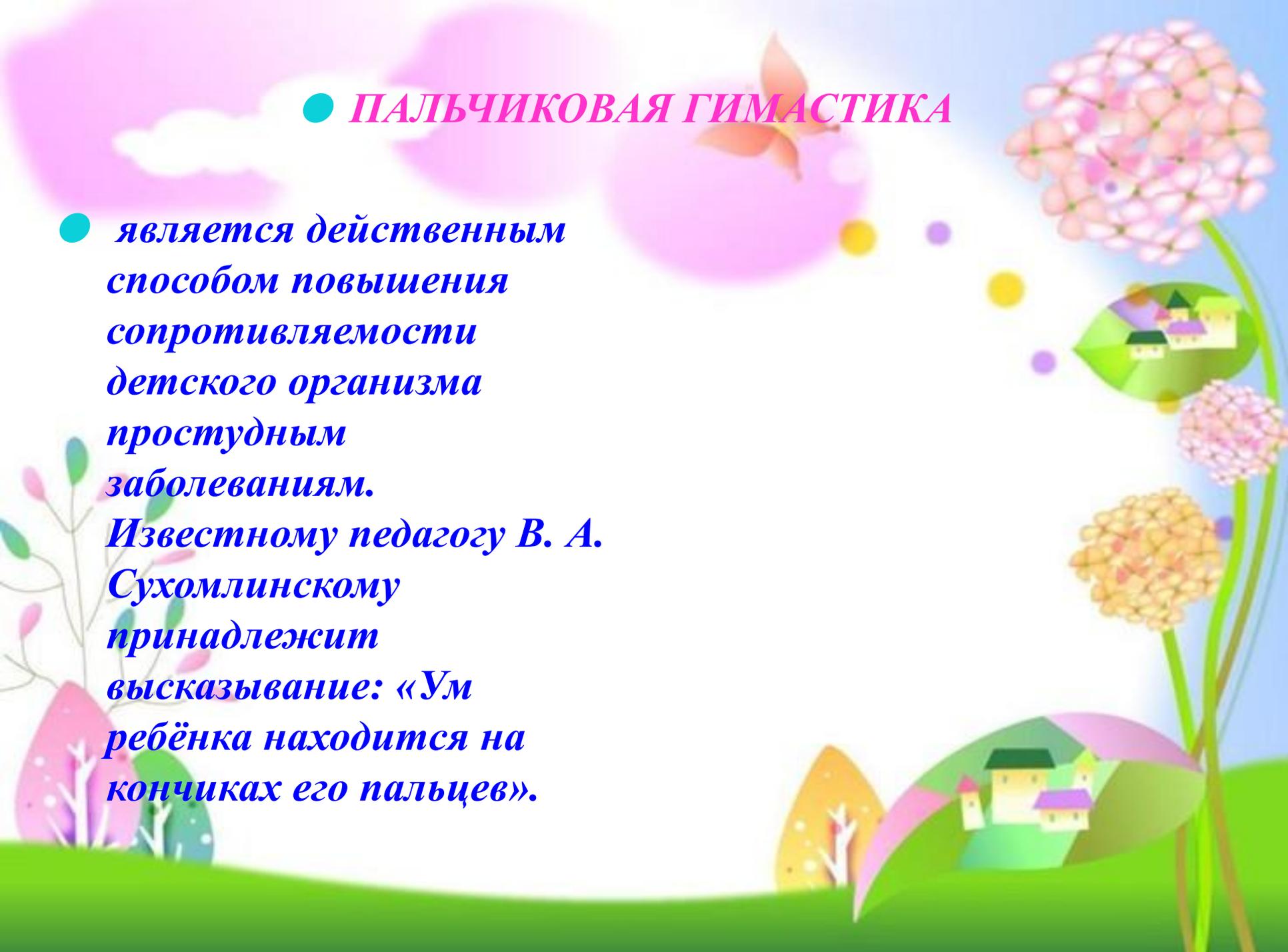
- *является одним из важных компонентов двигательного режима, её организация направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей.*



● ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМАСТИКА

- является действенным способом повышения сопротивляемости детского организма простудным заболеваниям.

Известному педагогу В. А. Сухомлинскому принадлежит высказывание: «Ум ребёнка находится на кончиках его пальцев».



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*



Креативная гимнастика

- *предусматривает целенаправленную работу по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы.*



Игровая гимнастика

● *служит основой для освоения ребёнком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при разучивании танцевальных движений: на укрепление осанки; на расслабление мышц; мимические упражнения.*



Су-Джок терапия

- *Воздействует на биологически активные точки организма*
- *Стимулирует речевые зоны коры головного мозга*
- *Способствует лечению внутренних органов, нормализует работу организма в целом*
- *Развивает мелкую моторику рук*
- *Развивает память, внимание, связную речь*



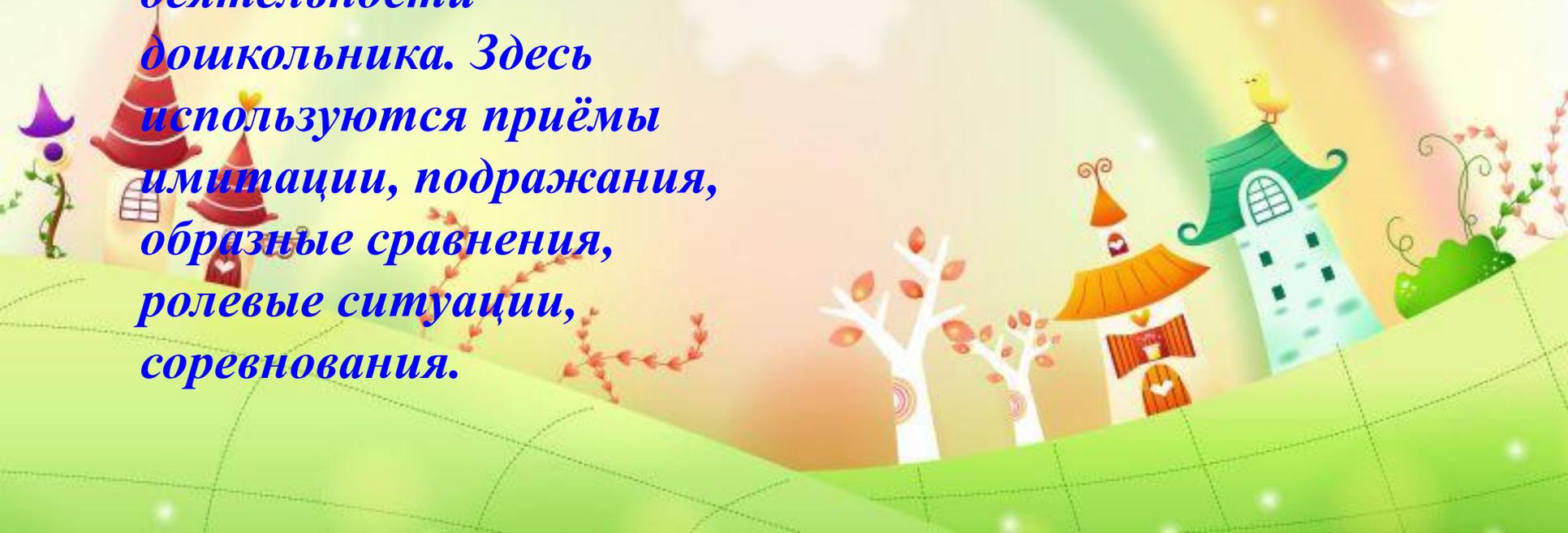
Подвижные игры

- *служат методом совершенствования уже освоенных детьми двигательных навыков и воспитание физических качеств.*
- *Активное участие в подвижных играх обогащает детей новыми впечатлениями.*



Музыкально-подвижные игры

- *содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования.*



Веселый тренинг

- *эти упражнения дают нагрузку для определённых групп мышц, развивают гибкость, подвижность суставов, улучшают кровообращение.*

Качественно выполнить и запомнить упражнения детям помогают их названия, символизирующие подражание каким – либо действиям различных персонажей из произведений и сказок, а также предметов, птиц, рыб, зверей, деревьев и т. д.



Гимнастика для глаз

- *Улучшает циркуляцию крови и внутриглазной жидкости глаз*
- *Укрепляет мышцы глаз*
- *Улучшает аккомодацию (это способность глаза человека к хорошему качеству зрения на разных расстояниях)*



РИТМОПЛАСТИКА

- *Музыка, игра и разнообразие движений создают благоприятные условия для формирования двигательных, психомоторных функций.*



ДАНСТЕРАЦИЯ

- *(танцевальная терапия)*
предполагает осуществление спонтанного танцевального действия, что способствует выработке свободы и выразительности движений, развивает общую подвижность и повышает физические и психические возможности организма детей.



Игровой стретчинг

- это творческая деятельность, при которой дети живут в мире образов. Эффективность подражательных движений заключается ещё в том, что через образы можно осуществлять частую смену двигательной деятельности из различных исходных положений и с большим разнообразием видов движений, что даёт хорошую физическую нагрузку на все группы мышц.

Стретчинг – это система статических растяжек.



Фитбол-гимнастика

- *одно из новых направлений в физкультурно-оздоровительной работе с дошкольниками. Значимость фитбол-гимнастики в детском саду обусловлена тем, что новое для дошкольного учреждения оборудование имеет ряд преимуществ. Занятия с мячом-фитболом не просто укрепляют мышцы спины и брюшного пресса, но и позволяют решать достаточно актуальную для современного дошкольника задачу – формирование правильной осанки.*



Хатха-йога

Проведение занятия в детском саду с элементами хатха-йоги поможет детям сбалансировать противоположные физиологические процессы возбуждения и торможения. Основными элементами хатха-йоги являются так называемые асаны (позы), а также пранаяма (дыхательные упражнения).

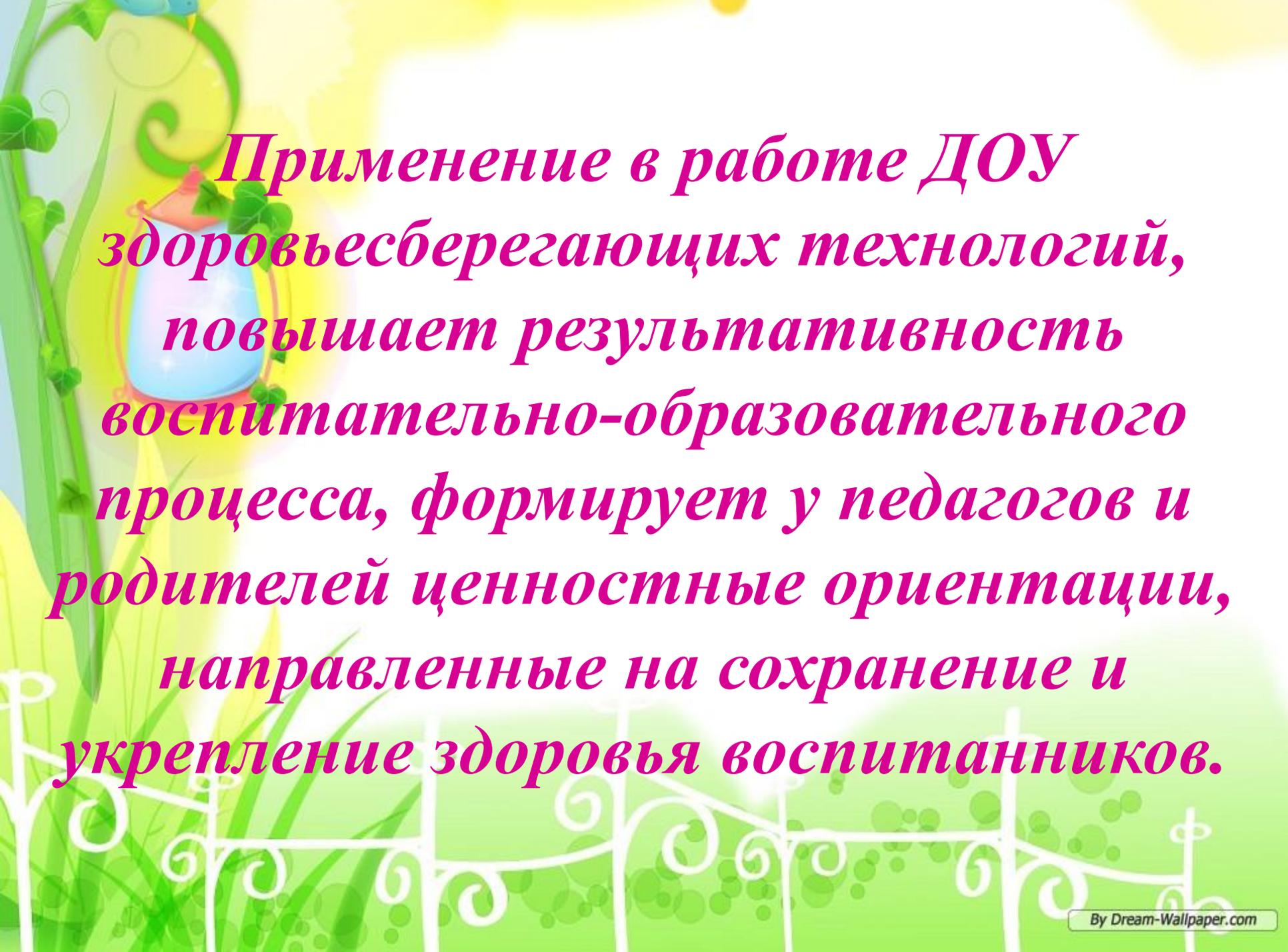


Степ-аэробика

Один из самых простых и эффективных стилей в аэробике.

Степ-аэробика развивает подвижность в суставах, формирует свод стопы, тренирует равновесие, укрепляет мышечную систему, улучшает гибкость, пластику, помогает выработать хорошую осанку, красивые, выразительные точные движения, способствует гармоничному развитию.





*Применение в работе ДОУ
здоровьесберегающих технологий,
повышает результативность
воспитательно-образовательного
процесса, формирует у педагогов и
родителей ценностные ориентации,
направленные на сохранение и
укрепление здоровья воспитанников.*

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

