




# Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми

подготовительной к школе группы

ДОУ №2099, при в/ч 08275 МО РФ.

Деонова  
Ирина  
Михайловн  
а  
воспитате

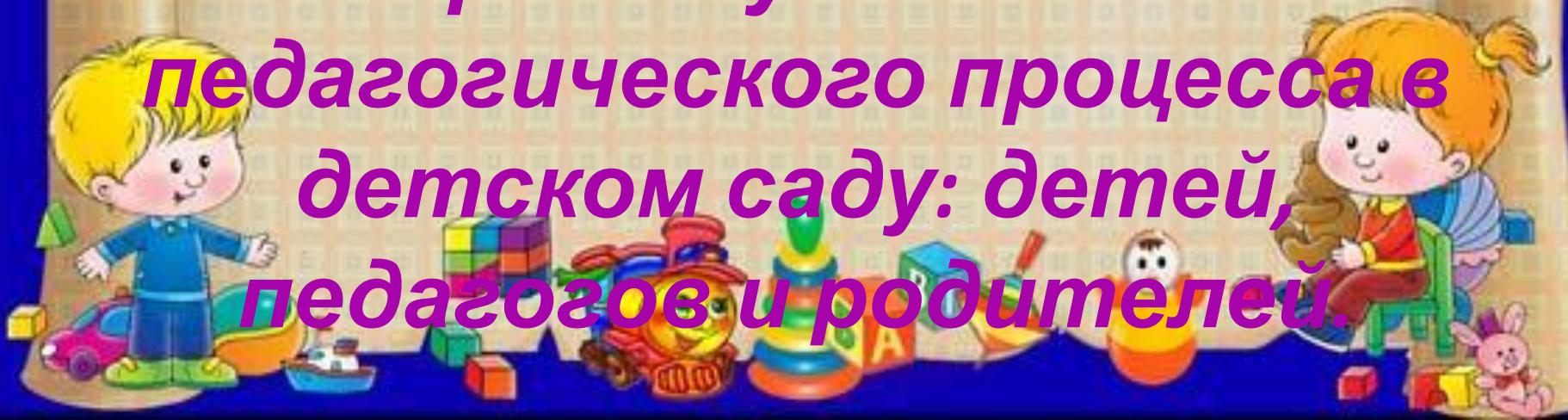
ЛЬ



**Здоровье –  
бесценный дар,  
потеряв его в  
молодости, не  
найдешь до самой  
старости»**

**народная мудрость**

**Здоровьесберегающие  
технологии в дошкольном  
образовании – технологии,  
направленные на решение  
задач сохранения,  
поддержания и обогащения  
здоровья участников  
педагогического процесса в  
детском саду: детей,  
педагогов и родителей.**



**Технологии  
сохранения и  
стимулирования  
здоровья**



**Физкультминутки**

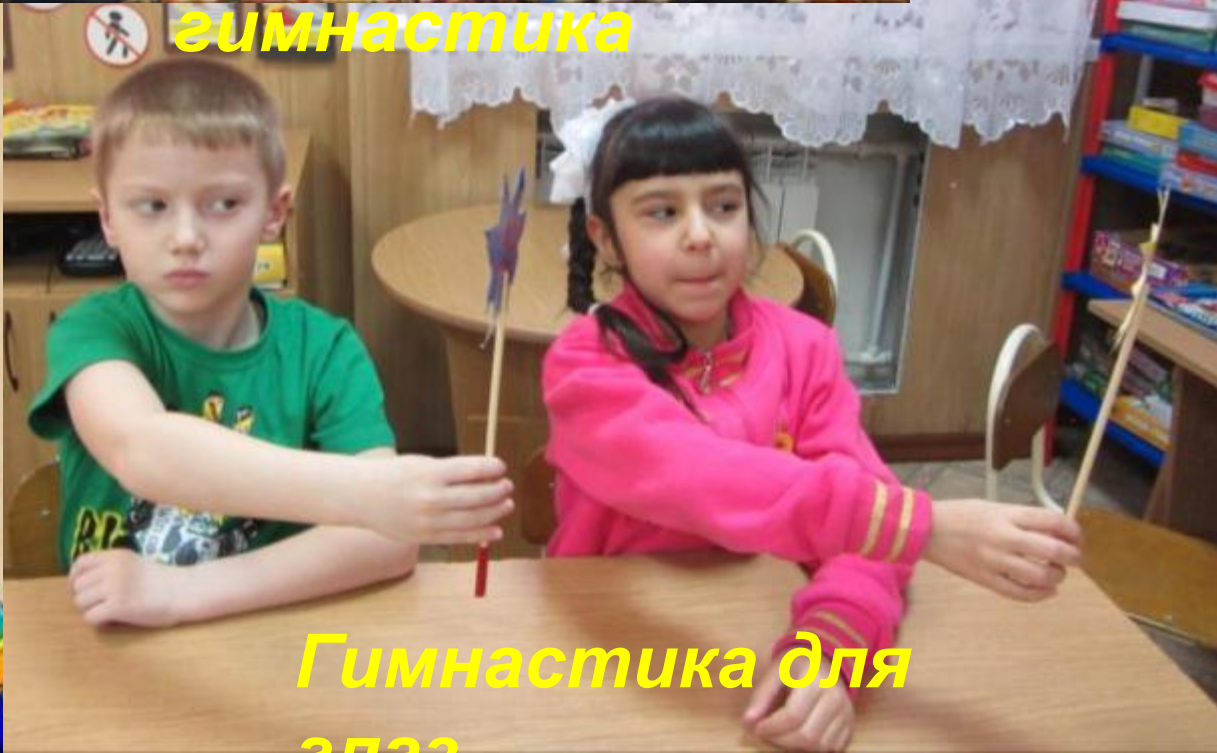


**Пальчиковая гимнастика**





**Дыхательная гимнастика**



**Гимнастика для глаз**





# Подвижные игры



Сюжетные  
и  
бессюжетные





*Игры  
соревновательного  
пита*





# Технологии обучения здоровому образу жизни

## ЖИЗНИ

### Самопресса



### Точечный массаж





# Физкультура



# Утренняя гимнастика



**Гимнастика  
а  
после  
дневного  
сна**



**Закаливающие  
мероприятия**

*Беседы о  
здоровом  
образе  
жизни*



# Организация питания.







**Музыкотерап  
ия**



**Коррекционн  
ые  
технологии**



**Сказкотерап  
ия**



08/11/2013



**Релаксация**



**Артикуляционная**







# «Центр здоровь Я»



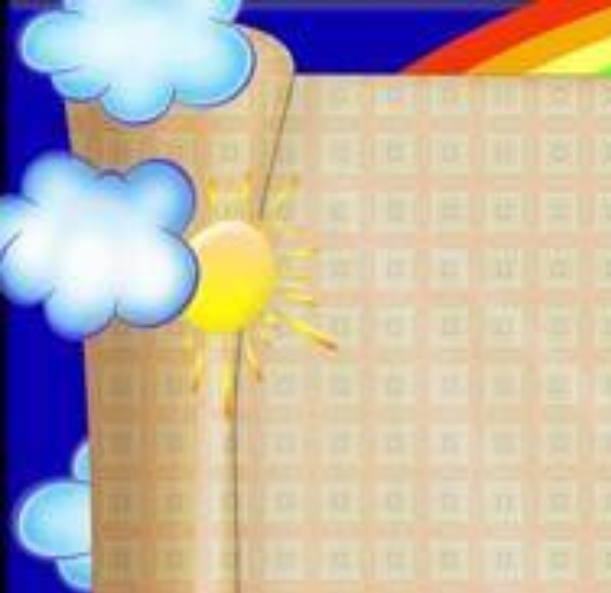
**Физкультурное оборудование  
для профилактики  
плоскостопия,  
формирования  
правильной осанки.**



**Развития  
координации и равновесия,  
ловкости,  
глазомера**







«Повтори движение»



«Набрось кольцо»





**«Гантели»  
для  
рук и ног**



Предметы для  
ОРУ





Для  
танцев



Перчатки  
-  
массажер  
ы





*Массажеры для  
ног,  
спины, рук.*



# Информационный стенд для родителей

## Мы растём здоровыми!



Вашему ребёнку необходимо получать достаточное количество витаминов. Если вы заметили, что ваш ребёнок плохо ест, часто болеет, плохо спит, то это может быть признаком недостатка витаминов. Витамин А необходим для зрения, витамин В — для нервной системы, витамин С — для иммунитета. Поэтому важно следить за тем, чтобы ваш ребёнок получал все необходимые витамины.

### Витамины

Витамины — это вещества, которые необходимы для нормальной жизнедеятельности организма. Они участвуют в обмене веществ, регулируют работу органов и систем. Недостаток витаминов может привести к различным заболеваниям.

**Витамин А** — необходим для зрения, участвует в образовании красных кровяных телец.

**Витамин В** — участвует в обмене веществ, регулирует работу нервной системы.

**Витамин С** — укрепляет иммунитет, участвует в образовании коллагена.

Источники витаминов: овощи, фрукты, ягоды, злаки, орехи.



### ВИТАМИНЫ

<b>А</b>	<b>В</b>	<b>С</b>
ОСТ	СИЛА	КОРРОСТЬ
КРЕПКИЕ ЗУБЫ	ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ	НЕТ ПРОСТУДА

### Здоровье и физическая активность

Физическая активность способствует укреплению здоровья, улучшает настроение и помогает бороться с лишним весом. Дети должны заниматься спортом и активными играми не менее 30 минут в день.

Источники: физкультура, танцы, спортивные игры.



### «МЫ РАСТЕМ!»

Имя	ДЕЦАБРЬ		ЯНВАРЬ		ФЕВРАЛЬ	
	1	2	3	4	5	6
Сидорова Мария						
Петрова Анна						
Иванова Елена						
Смирнова Ольга						
Кузнецова Мария						
Лебедева Анна						
Соловьева Ольга						
Васильева Мария						
Попов Анна						
Смирнова Ольга						
Иванова Елена						
Петрова Анна						
Сидорова Мария						
Кузнецова Мария						
Лебедева Анна						
Соловьева Ольга						
Васильева Мария						
Попов Анна						

### Здоровье и физическая активность

Здоровье — это состояние полного благополучия, а не просто отсутствие болезней. Физическая активность — это ключ к хорошему здоровью. Дети должны заниматься спортом и активными играми не менее 30 минут в день.

Источники: физкультура, танцы, спортивные игры.



Валентина Петровна Шемкина

Берегите своих детей.

Их за шалости не ругайте.

Зло своих неудачных дней

Никогда на них не срывайте.

Не сердитесь на них всерьёз

Даже если они провинились.

Ничего нет дороже слёз,

Чем с ресничек родных скатились.

Если валит усталость с ног,

Своей любовью...

МЕДИЦИНА



Если ты заболел

ДЕТСКИЕ  
БОЛЕЗНИ



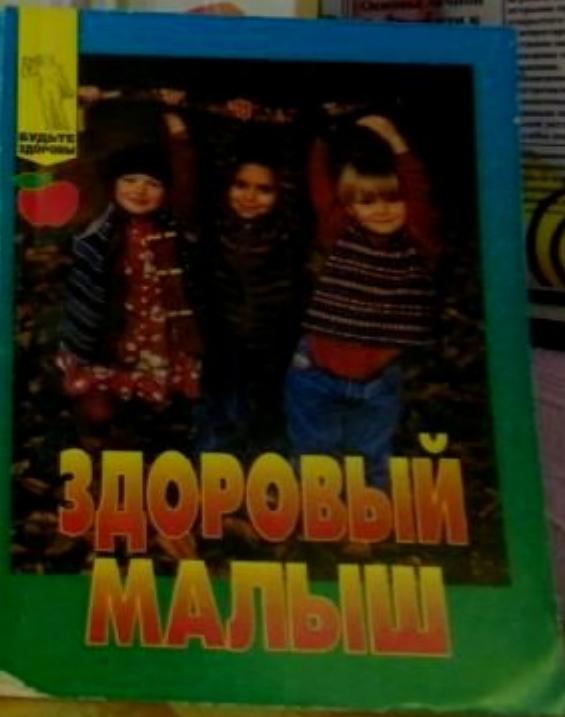
ЛИМОН  
И ДРУГИЕ  
ЦИТРУСОВЫЕ

стимуляция организма  
апельсинами

противогрибковые  
свойства мандарина

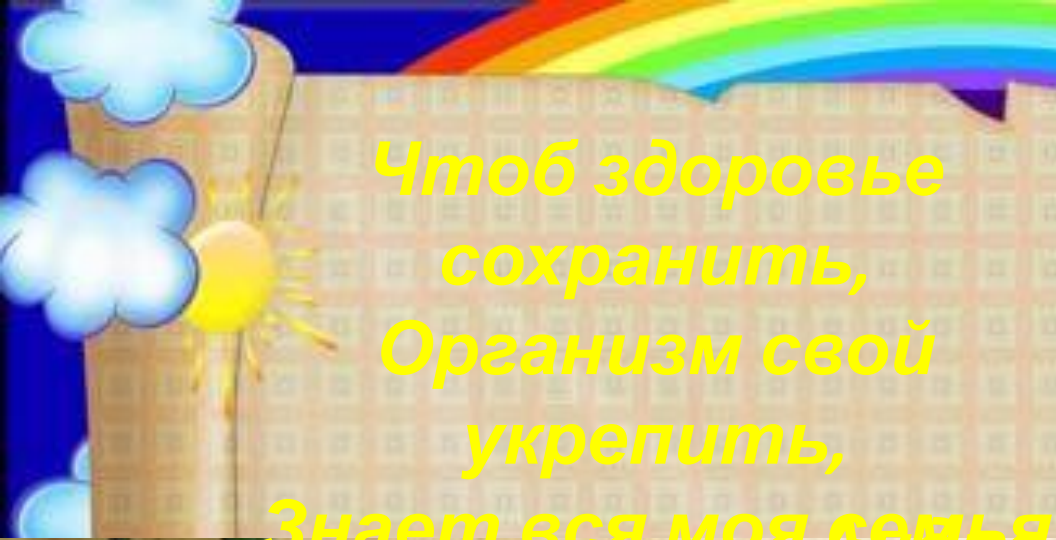
грейпфрут против  
бессонниц

антистрессовые  
свойства лимона





*Чтобы жизни  
удивляться,  
Чтобы духом не  
стареть  
И дома надо  
заниматься,  
Надо лень  
преодолеть!!!*



Чтоб здоровье  
сохранить,  
Организм свой  
укрепить,  
Знает вся моя семья  
Должен быть режим у  
дня.



У меня зубная щетка  
Она чистит зубы  
четко  
Раз за разом веселей  
Мои зубы все белей



Никит  
а




Никита  
-  
роллер





Гюлюсюм-  
мисс  
«Грация»





**Братья  
Егоровы-  
«маленькие  
Ван Даммы»**





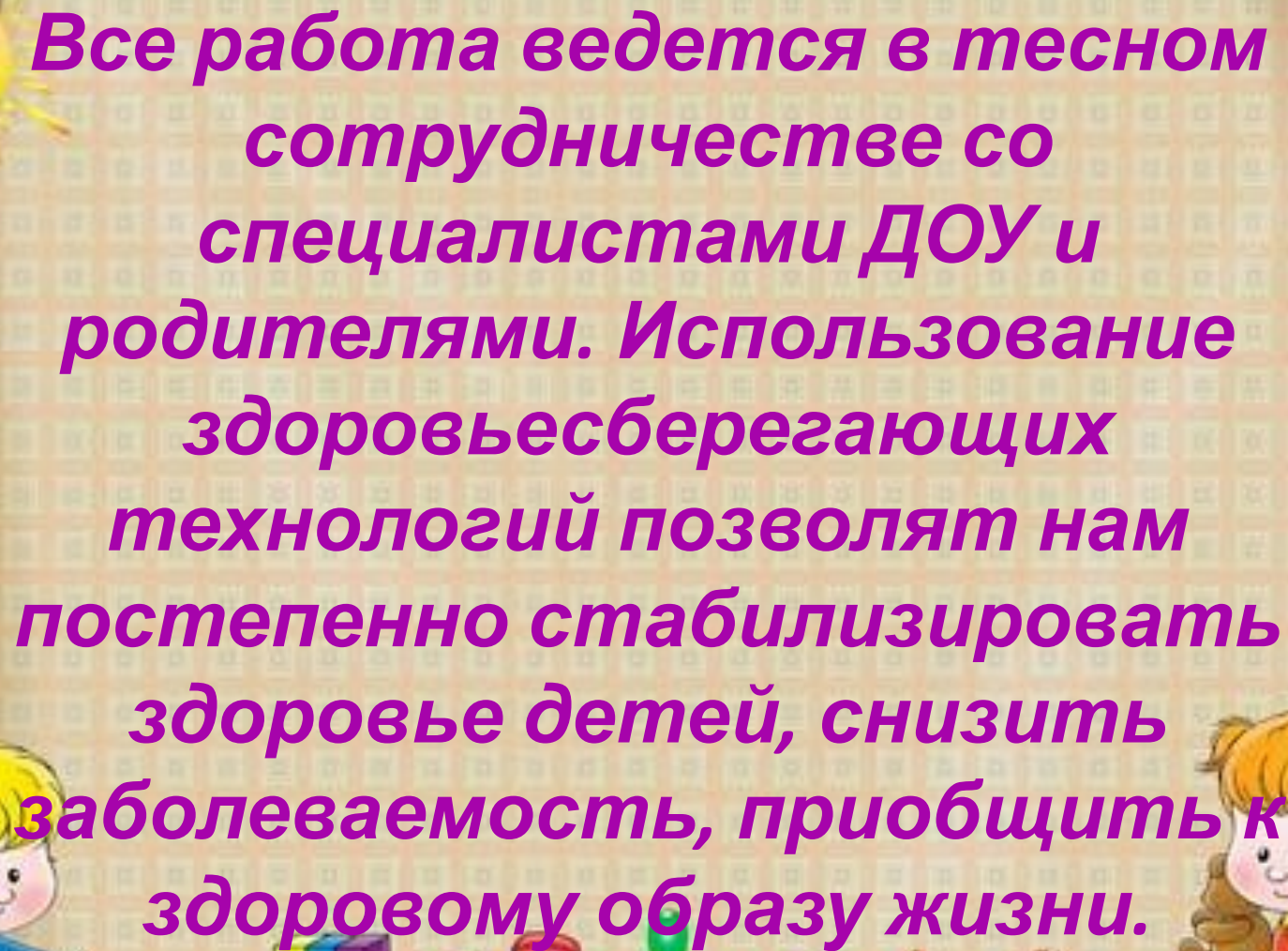
Совет от  
Играма:  
«Если хочешь  
быть  
здоров  
- закаляйся!»




10/07/2013

Коля-  
гимнас  
т





*Все работа ведется в тесном сотрудничестве со специалистами ДОО и родителями. Использование здоровьесберегающих технологий позволят нам постепенно стабилизировать здоровье детей, снизить заболеваемость, приобщить к здоровому образу жизни.*



*Спасибо за внимание!!!*

*Будьте здоровы!!!*