

*«Нетрадиционные методы
оздоровления детей и
здоровьесберегающие
технологии в ДОУ»*

*Презентацию подготовила:
инструктор по физической культуре
Бойко С.В.*

*«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





*Здоровье - это состояние полного
физического, психического
и социального благополучия, а не
просто отсутствие болезней или
физических дефектов.*

*(Всемирная организация
здравоохранения)*



***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*
- *Бодрящая гимнастика*

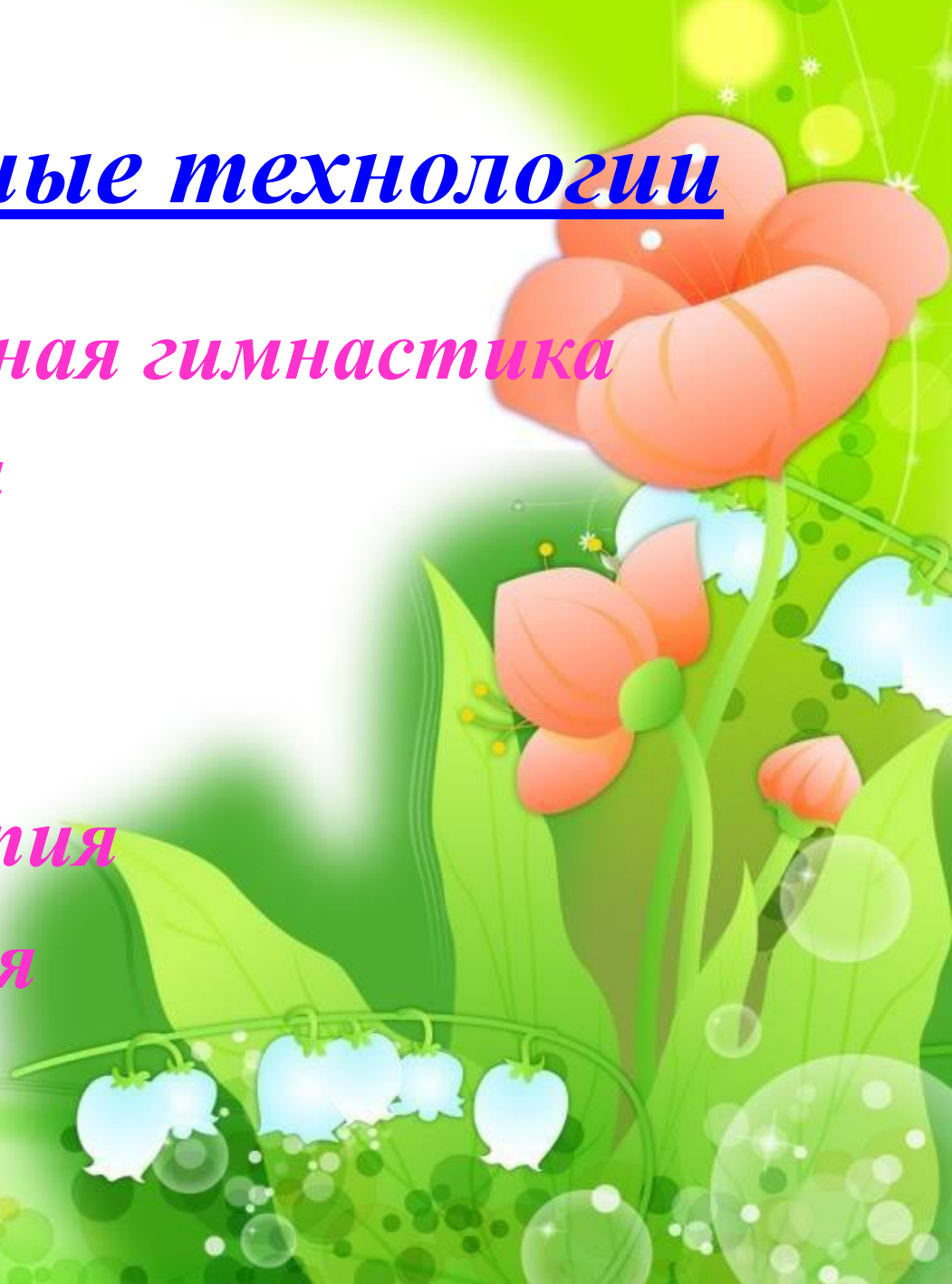


Технологии обучения здоровому образу жизни

- *Утренняя гимнастика*
- *Физкультурные занятия*
- *Точечный массаж*
- *Проблемно – игровые и коммуникативные игры*

Коррекционные технологии

- *Артикуляционная гимнастика*
- *Сказкотерапия*
- *Цветотерапия*
- *Арт – терапия*
- *Су-Джюк терапия*
- *Музыкотерапия*



Гимнастика пальчиковая



- *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



Точечный массаж и самомассаж



- *Учит детей сознательно заботиться о своём здоровье*
- *Является профилактикой простудных заболеваний*
- *Повышает жизненный тонус у детей*
- *Прививает им чувство ответственности за своё здоровье, уверенность в том, что они сами могут помочь себе улучшить своё самочувствие.*



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)*



Релаксация

- *Учит детей расслабляться*
- *Способствует концентрации внимания*
- *Помогает снять напряжение*
- *Снимает возбуждение*



Музыкотерапия



- *Повышает иммунитет детей*
- *Снимает напряжение и раздражительность*
- *Снимает головную боль*
- *Восстанавливает спокойное дыхание*

*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!!!*

