



*Реализация  
здоровьесберегающих  
технологий в ДОУ*

# Здоровьесберегающие технологии

Целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и доктора

# Цели технологий

- сбережение здоровья детей путем создания благоприятных условий пребывания, воспитания и образования в ДОУ,
- укрепление психического и физического здоровья дошкольников,
- обеспечение дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

# Задачи технологий

- распределять образовательные и физические нагрузки;
- предотвращать перегрузки и усталость;
- пропагандировать здоровый образ жизни среди родителей и детей.

# Классификация технологий

- медико-профилактические;
- физкультурно-оздоровительные;
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка
- технологии здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов;
- валеологического просвещения родителей,
- здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

# Средства технологий

## *1. Средства двигательной направленности:*

- элементы движений (ходьба, бег, прыжки, метание);
- физические упражнения;
- физкультминутки, лечебная физкультура, подвижные игры, гимнастика, самомассаж и др.

*2. Оздоровительные силы природы* (солнечные и воздушные ванны, водные процедуры, фитотерапия, ингаляция).

*3. Гигиенические факторы* (выполнение санитарно – гигиенических требований, личная и общественная гигиена, проветривание, влажная уборка помещений, соблюдение режима дня и т. д.).

# Технологии сохранения и стимулирования здоровья

- Ритмопластика
- Динамические паузы
- Подвижные и спортивные игры
- Релаксация
- Пальчиковая гимнастика
- Гимнастика для глаз
- Дыхательная гимнастика
- Взбадривающая гимнастика

# Технологии обучения здоровому образу жизни

- Утренняя гимнастика
- Физкультурные занятия
- Самомассаж
- АКТИВНЫЙ ОТДЫХ

# Коррекционные технологии

- Артикуляционная гимнастика
- Технология музыкального воздействия
- Сказкотерапия

# Взаимодействие ДООУ с семьей

- Анкетирование
- Консультации и беседы
- Подгрупповые беседы
- Родительские собрания
- Консультационные пункты
- Информационные источники