

# Презентация работы

## Организация здоровьесберегающего пространства

Жеребятъева Юлия Владимировна  
Воспитатель Д/С «Березка»  
МДОУ  
Село: Иогач.

**Ежедневно в своей работе с детьми  
используйте такую форму, как  
пальчиковые игры.**

ГИМНАСТИКА ДЛЯ ПАЛЬЦЕВ  
рук развивает  
МЫСЛИТЕЛЬНУЮ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, ПАМЯТЬ,  
ВНИМАНИЕ РЕБЁНКА.



На занятиях в утренний отрезок времени, в играх старайтесь  
выполнять упражнения с предметами .  
Широко используйте пальчиковые игры без предметов в  
свободное время, на прогулках.



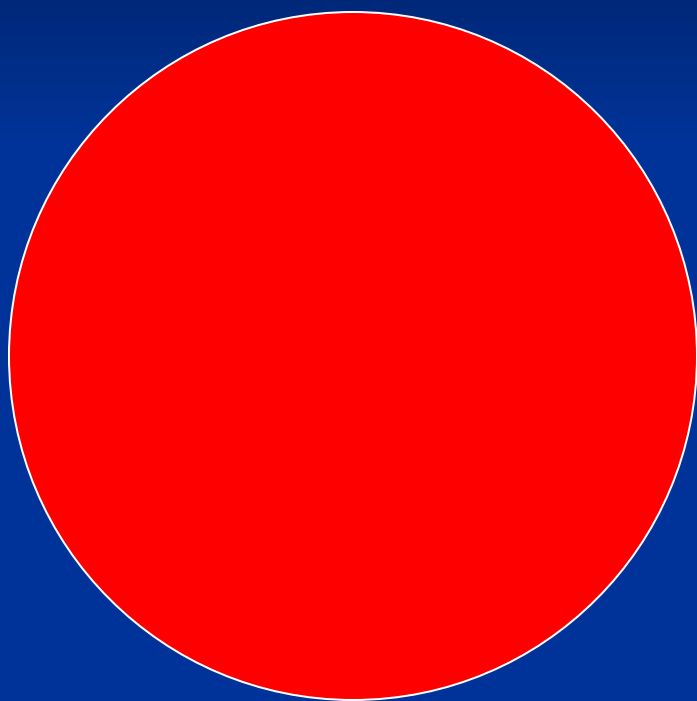
# используйте: зрительные паузы

- Коррекционные физминутки .

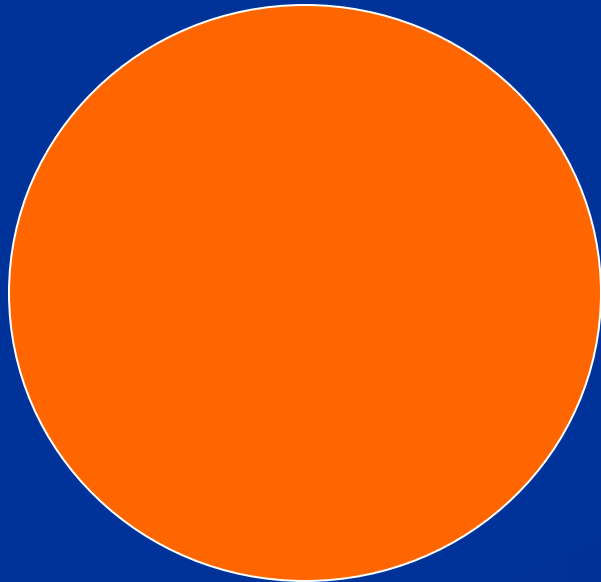
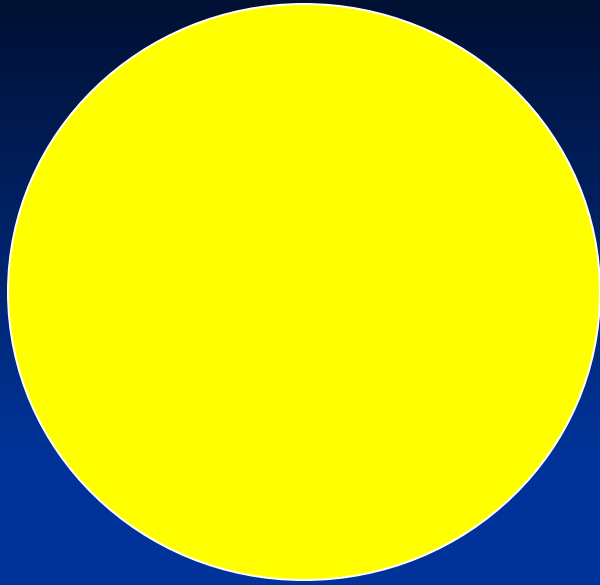
Массаж глаз

Зрительные ориентиры (пятна)

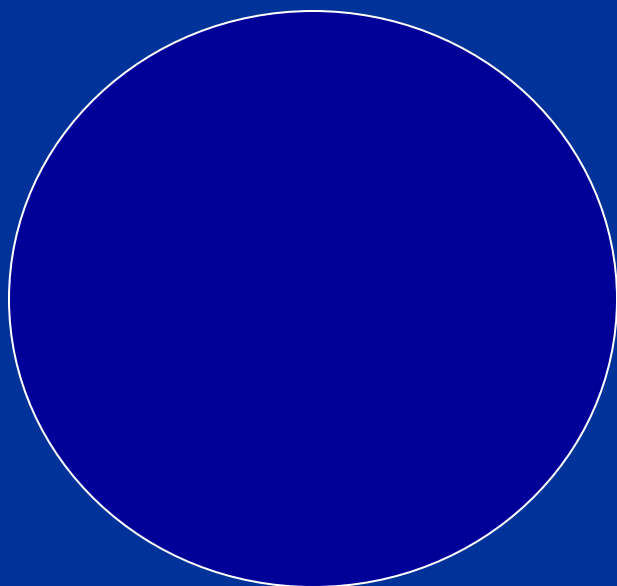
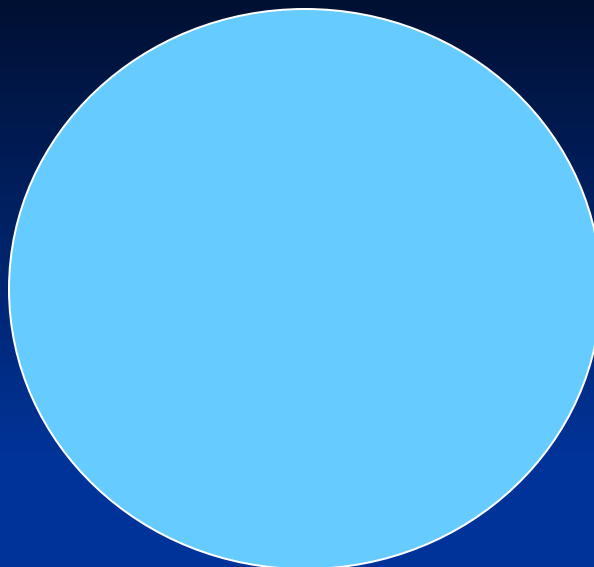
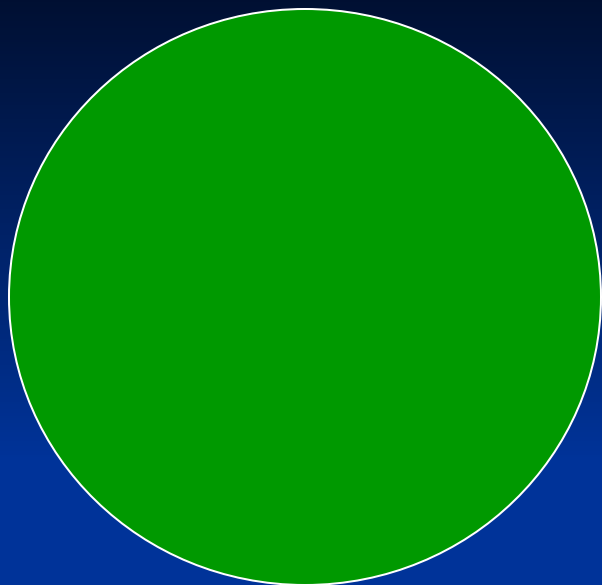
- Все это используется для укрепления зрения



- Красный – стимулирует детей в работе. Это сила ВНИМАНИЯ.



- соответствуют положительному рабочему настроению. Это тепло, оптимизм, радость.



- действуют  
успокаивающе.  
Это общение,  
надежда,  
вдохновение.

# Чаще используйте :

- ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ РАЗМИНКИ

(похохочем; покричим так, чтобы стены задрожали; как будто кричит огромный, неведомый зверь и т.д.)





Ежедневно  
проводите  
закаливание  
гимнастику после  
сна



В течение дня изыскивайте минутку, чтобы доставить детям удовольствие, выполняя следующие упражнения:

ПОТЯНУТЬСЯ как кошка





# ПОВАЛЯТЬСЯ как НЕВАЛЯШКА



позевать, открывая рот до ушей,



# ПОПОЛЗАТЬ как змея без помощи рук



Это очень важно для развития и укрепления опорно - мышечной системы ребёнка.

# Оздоровительные силы природы

- Регулярные прогулки на свежем воздухе;
- Экскурсии;
- Походы;
- Солнечные и воздушные ванны;
- Водные процедуры;
- Фитотерапия;
- Ароматерапия;
- Витаминотерапия
- Закаливание
- Бассейн и др.



- Большой оздоровительный эффект имеет “Ароматерапия” - процесс вдыхания ароматов

Предлагайте детям  
вдыхать запах кедра,  
лимона, цветов и ягод  
— организм  
стимулируется этими  
ароматами.



# Вместе с родителями создайте в группе “Уголок здоровья”.

- Цветные камушки, листочки – приготовлены для удовольствия, радости, тепла.
- Губки, бумага – для снятия стресса.
- Шарики, массажеры – для развития мелкой моторики и т.д.





свежий воздух улучшает состояние здоровья, поэтому создайте в группе “Фитомодели” из комнатных растений, которые станут не только украшением интерьера, но и помощниками в оздоровлении детей.



## ■ Посещайте вместе с детьми экскурсии, походы на природу

так- как там даём понятия об использовании воды и воздуха человеком, учим правилам, умениям жить и заботиться об окружающей среде, о своём здоровье.



- Все эти приёмы позволят вам постепенно стабилизировать здоровье детей, снизить заболеваемость, приобщить к здоровому образу жизни. У родителей и у нас одна цель — **воспитывать здоровых детей.**

