

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.



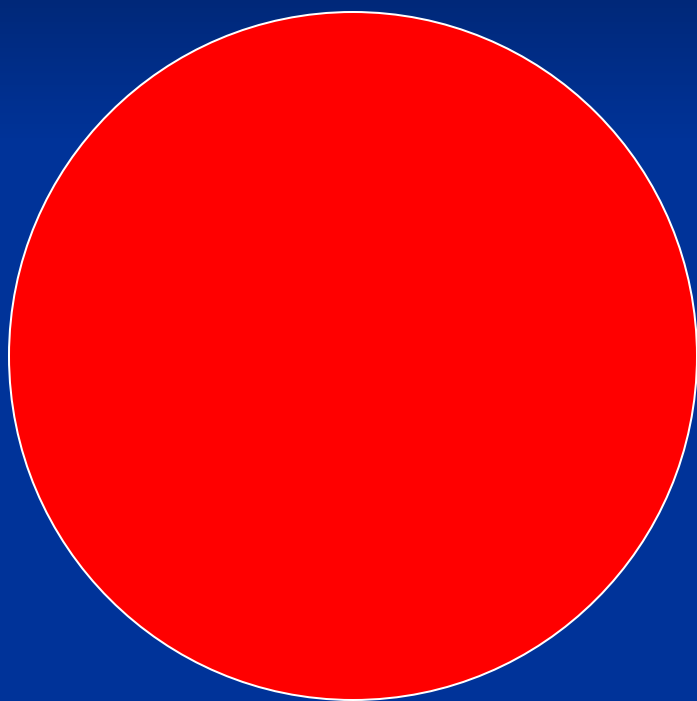
используйте: зрительные паузы

- Коррекционные физминутки .

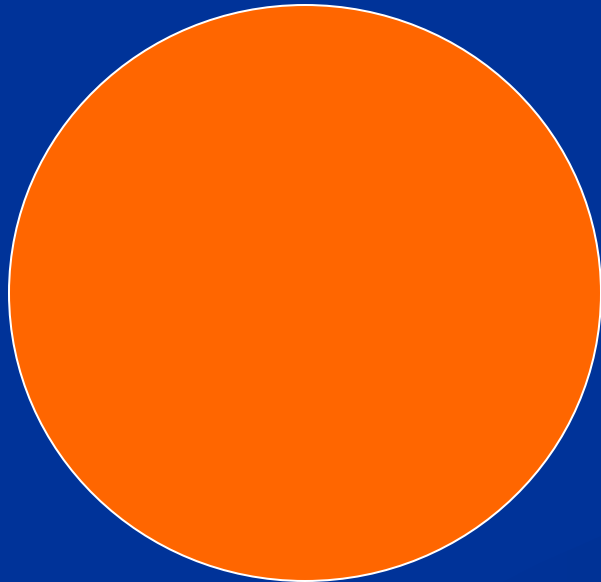
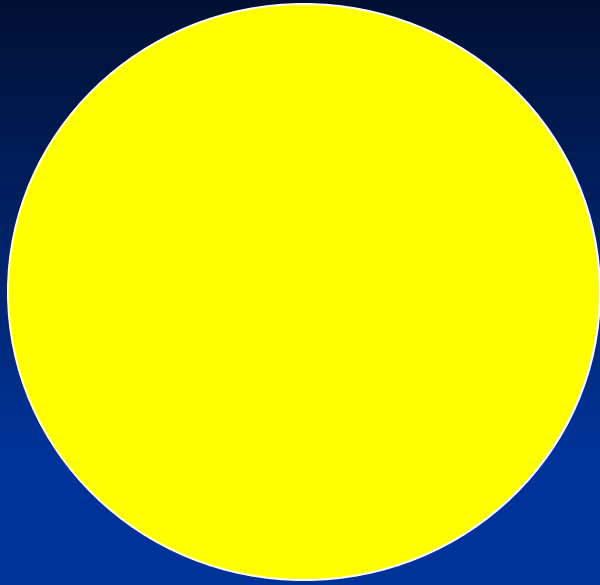
Массаж глаз

Зрительные ориентиры (пятна)

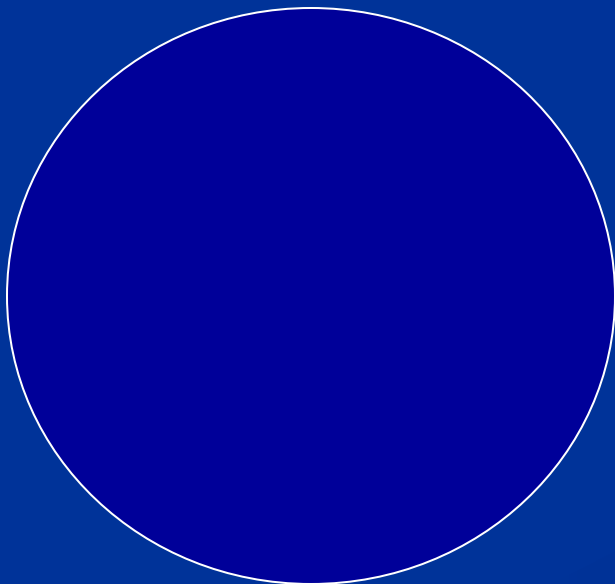
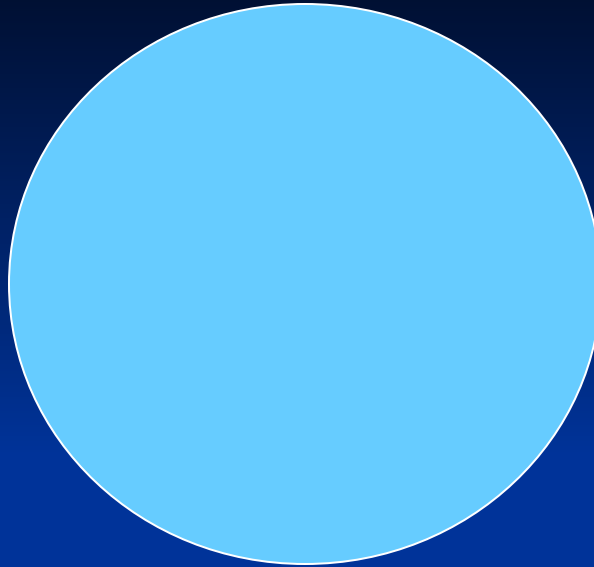
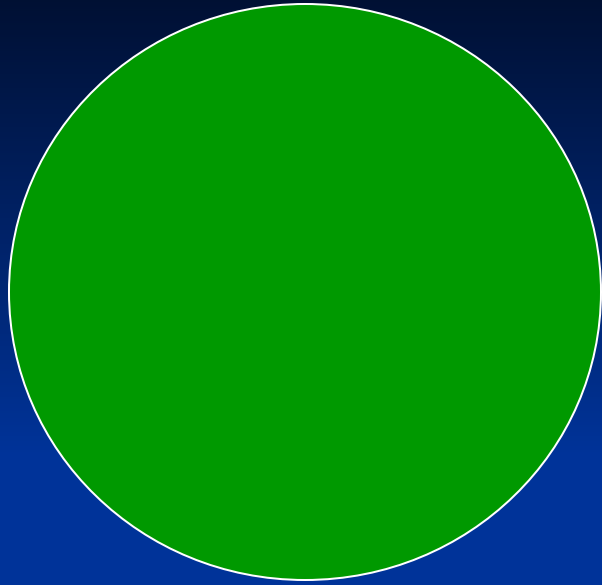
- Все это используется для укрепления зрения



- 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.**

