

СЕМИНАР – ПРАКТИКУМ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

**«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ  
ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ  
ПРОЦЕССЕ ДОШКОЛЬНОЙ  
ОРГАНИЗАЦИИ».**



## **Что такое здоровье?**

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

## **Как называется наука, занимающаяся изучением ЗОЖ?**

*Валеология*

## **Что вы понимаете под здоровье сберегающими технологиями?**

*это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и медицинского работника, педагога и родителя.*

## **Назовите три группы здоровьесберегающих технологий:**

*Технологии сохранения и стимулирования здоровья;  
Технологии обучения здоровому образу жизни;  
Коррекционные технологии.*

## Назовите формы физкультурно-оздоровительной работы?

*физическое развитие;  
закаливание, формирование КГН;  
беседы по валеологии;  
спортивные праздники;  
спортивные развлечения и досуги;  
недели здоровья;  
соревнования;  
прогулки-походы;  
самостоятельная деятельность детей;  
подвижные игры;  
утренняя гимнастика (традиционная, дыхательная, звуковая);  
двигательно-оздоровительные физкультминутки;  
физические упражнения после дневного сна;  
физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами;  
оздоровительные процедуры в водной среде.*

# 1 КОМАНДА

## **Педагогическая технология – это**

строгое научное прогнозирование (проектирование) и точное воспроизведение педагогических действий, которые обеспечивают достижение запланированных результатов.

## **Здоровье – это**

состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов (ВОЗ).

## **Физическое развитие - это**

свойства организма, позволяющие определить возрастные особенности, запас физических сил и выносливость.

## **Закаливание - это**

комплексная система оздоровительных воздействий, направленных на достижение устойчивости, невосприимчивости организма к вредным для здоровья метеорологическим и другим факторам.

## **Хатха-йога - это**

древнеиндийская система, направленная на физическое и нравственное оздоровление организма человека.

## **2 КОМАНДА**

### **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.

### **Здоровый образ жизни - это**

способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и улучшение здоровья людей, как условия и предпосылки существования и развития других сторон образа жизни.

### **Психическая активность - это**

потребность нормально развивающегося ребенка в познании окружающей жизни: природы, человеческих отношений; в познании самого себя.

### **Массаж (самомассаж) - это**

механическое воздействие специальными приемами на поверхность тела или какой либо орган с лечебной или гигиенической целью.

### **Психогимнастика -это**

занятия, упражнения, игры, направленные на развитие и коррекцию познавательной и эмоциональной сферы ребенка.



**В здоровом теле —  
здоровый дух**