

**«Современные
здоровьесберегающие
технологии»**

В. А. Сухомлинский



**«Забота о здоровье —
это важнейший труд воспитателя.
От жизнерадостности, бодрости
детей зависит их духовная жизнь,
мировоззрение, умственное
развитие, прочность знаний, вера
в свои силы»**



Всемирная организация здравоохранения

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



Здоровьесберегающие технологии

**это система мер, включающая
взаимосвязь и взаимодействие всех
факторов образовательной среды,
направленных на сохранение здоровья
ребенка на всех этапах его обучения и
развития**

Здоровьесберегающие образовательные технологии

- * технологии обеспечения гигиенически оптимальных условий проведения воспитательно-образовательного процесса**
- * технологии правильной организации воспитательно-образовательного процесса**
- * психолого-педагогические технологии**

Задачи здоровьесбережения

- * создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей
- * сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности
- * создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения



Формы организации здоровьесберегающей работы



**Занятия из серии «Здоровье»
могут быть включены в образовательную деятельность
в качестве познавательного характера**



Физкультурные занятия

занятия проводятся в соответствии с программой, перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение



Восточная гимнастика проводится со среднего возраста, развивает пластику движений



Упражнения на ступах
проводятся под ритмичную музыку: в форме утренней гимнастики, части
физкультурного: занятия, досуга или праздника



Точечный самомассаж проводится строго по специальной методике, рекомендуется детям с частыми простудными заболеваниями и для профилактики ОРЗ



**Гимнастика бодрящая, закаливание
форма проведения различна: упражнения
на кроватках, обширное умывание,**



**ходьба по дорожкам
«здоровья», лёгкий бег из
группы в спортзал с
разницей температуры в
помещениях и другие.**

Подвижные и спортивные игры
подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом
и временем её проведения. В детском саду используем лишь
элементы спортивных игр.



Самостоятельная деятельность детей



Релаксация -
используется спокойная классическая музыка
(Чайковский, Рахманинов), звуки природы



Пальчиковая гимнастика
рекомендуется всем детям, особенно с речевыми
проблемами. Проводиться в любой удобный
отрезок времени.



Гимнастика дыхательная проводится в проветриваемом помещении, педагог даёт детям инструкции об обязательной гигиене полости носа



Гимнастика для глаз
рекомендуется использовать наглядный материал
(ориентиры), показ педагога.



Сказкотерапия используется для психо-терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание.



Технологии музыкального воздействия
используется в качестве вспомогательного средства, для снятия
напряжения, повышения эмоционального настроения.



Технологии эстетической направленности реализуются на занятиях художественного цикла, при посещении музеев, театров, выставок, оформлении помещений к праздникам



Мы стремимся к полной реализации, в жизни каждого ребенка, трех моментов:

- **достаточной индивидуальной умственной нагрузки**
- **обеспечение условий для преобладания положительных эмоциональных впечатлений**
- **полное удовлетворение потребности в движении**

Спасибо за
внимание!