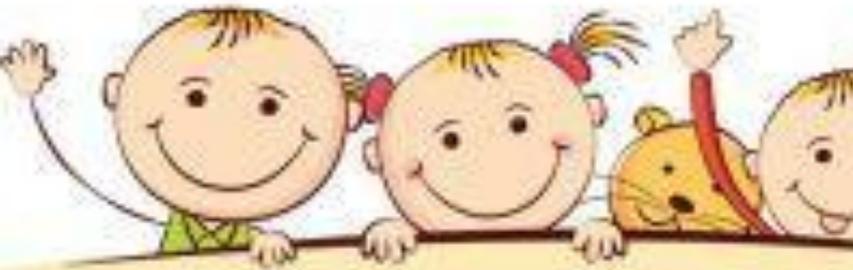




«Тропинки к здоровью»

Здоровьесберегающие технологии
ДОУ

Воспитатель: Ворошнина Е.И.



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. Готовы ли вы проверить свои знания?

[СЫГРАТЬ В ИГРУ](#)



ГЛАВНОЙ целью здоровьесберегающих технологий является :

- Сохранение физического здоровья
- Сохранение психологического здоровья
- Сохранение психического здоровья





Благодаря использованию здоровьесберегающих технологий у детей происходит :

Улучшение памяти, внимания, мышления

Повышение материального достатка

Улучшение эмоционального состояния

Стимулирование двигательных функций





Витаминпрофилактика осуществляется с помощью таких напитков, как:

Пакетированный сок

Напиток из шиповника

Кислородный коктейль

Пепси-кола





В модель двигательного режима для детей в ДС входят такие формы как:



Утренняя гимнастика

Подвижные игры

Сюжетно – ролевые
игры

Экспериментирование

Бодрящая гимнастика

Игра малой
подвижности



Какой документ является
главным постулатом для
здоровьесберегающих
технологий?

Декларация
прав ребенка

Семейный
кодекс РФ

СанПиН



Разложите по
соответствующим
корзинкам задачи:



Оздоровительная

Охрана жизни и укрепление здоровья детей.



Развивающая

Развитие движений, формирование двигательных навыков и физических качеств.



Образовательная

Формирование правильной осанки.

Обогащение знаний детей о своем организме, здоровье, о путях его укрепления, сохранение, ответственного отношения

Содействие правильному физическому и психическому развитию детского организма.



Согласно СанПиН,
групповая комната
должна быть площадью
из расчета определенной
квадратуры на одного
ребенка без учета мебели
и ее расстановки.
Так сколько же должно
быть кв.м. на одного
ребенка в
ДОШКОЛЬНЫХ группах?

2,5 кв.м.

2,1 кв.м

2 кв.м.

25 кв.м.





Пожалуй, трудно переоценить значение прогулки в детском саду. Продолжительность прогулки определяется дошкольной образовательной организацией в зависимости от климатических условий (СанПиН 2.4.1.3049 – 13). При какой температуре и скорости ветра прогулки следует сокращать?

При -15°C и скорости ветра более 7 м/с

При -25°C и скорости ветра более 15 м/с

При -15°C и скорости ветра более 10 м/с





Суть методики в цвете.
Разработанная специалистами
определенная частота подачи цветов
и их последовательность
воздействует на физиологическое и
психо-эмоциональное состояние,
устраняет напряжение. Это?

Хромотерапия

Литотерапия

Стоунтерапия

Психогимнастика



Здоровьесберегающие
технологии и спорт всегда идут
рука об руку. Яркий пример тому
– Олимпийские игры!

Какой вид спорта из
приведенных далее не входит в
их число



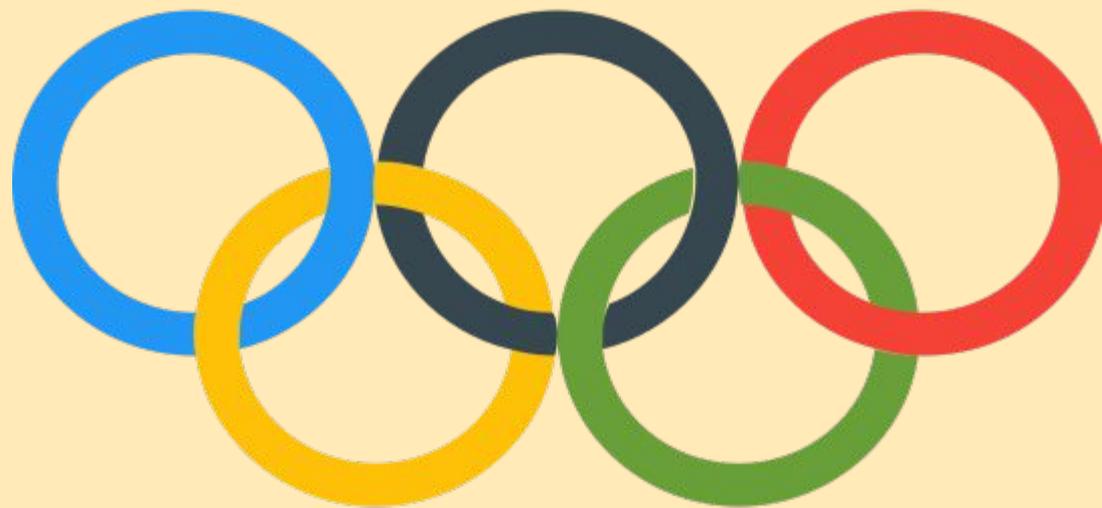


Рэгби

Бадминтон

Парусный спорт

Теннис





Закончите
пословицы!





Чистота –

Залог
здоровья!

Чисто жить -

Здоровым
быть!

Здоровье
дороже

Золота!

Здоровье в
порядке

Спасибо
зарядке!



Если хочешь
быть здоров

Закаляйся!

В здоровом теле

Здоровый дух!

Береги платье с
нову

А здоровье с
молоду



Отгадайте загадки!

Коль крепко дружишь ты со
мною,
Настойчив в тренировках,
То будешь в холод, в дождь и
зной
Выносливым и ловким!



Спорт

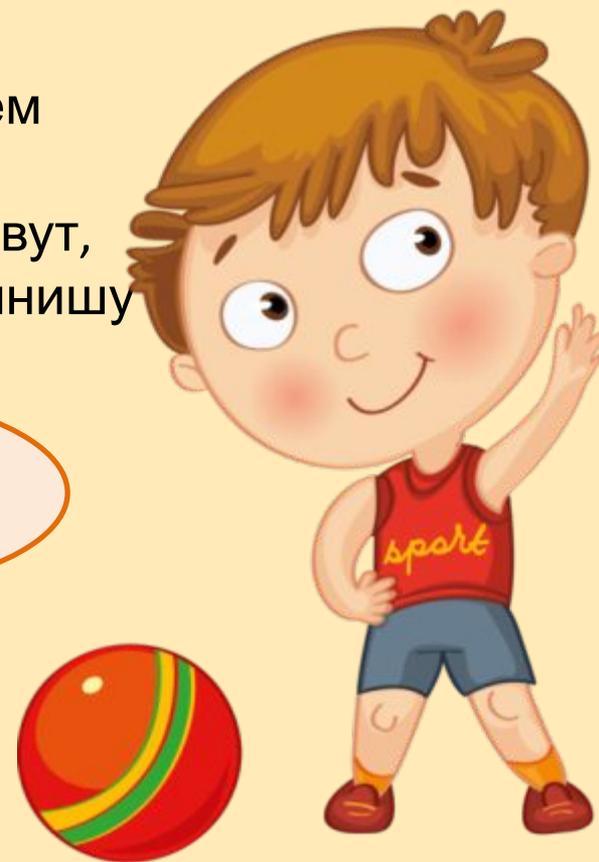


Здесь команда
побеждает,
Если мячик не роняет.
Он летит с подачи
метко
Не в ворота - через
сетку.
И площадку, а не поле
У спортсменов в ...

волейболе

Без весла не
обойдешься,
Если спортом тем
займешься.
А как занятие зовут,
Где в лодке к финишу
плывут?

гребля





Мы с бараньими
рогами
Вниз под горку
мчимся сами,
А как на гору
взбираться,
Начинаем
уп

Санки



Очень их надеть
Хочу.
Словно ветер
Полечу.
Унесусь я,
Встав на лёд,
Зимней ласточкой
В полёт.

Коньки



Конь, канат, бревно
и брусья,
Кольца с ними
рядом.
Перечислить не
берусь я
Множество
снарядов.
Красоту и пластику
Дарит нам....

Гимнастика

Ногами все бьют
мяч, пинают,
Как гвоздь в ворота
забивают,
Кричат от радости
все «Гол»
Игру с мячом зовут

Футбол

Там в латах все на
ледяной площадке
Сражаются,
сцепились в острой
схватке.
Болельщики
кричат «Сильнее
бей!»
Поверь, не драка
это, а....

Хоккей



Десять золотых правил здоровьесбережения:

- Соблюдайте режим дня!
- Обращайте больше внимания на питание!
- Больше двигайтесь!
- Спице в прохладной комнате!
- Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
- Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
- Гоните прочь уныние и хандру!
- Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
- Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
- Желайте себе и окружающим только **добра!**

