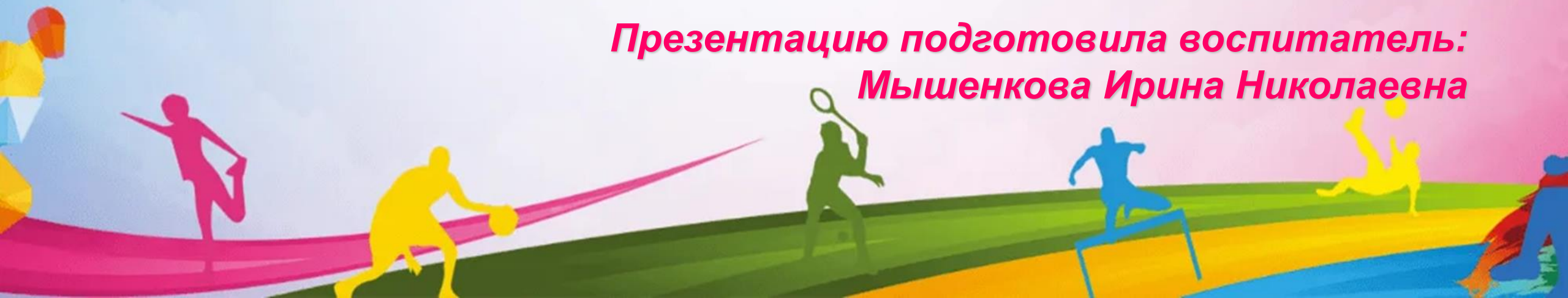


Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад «Теремок» г. Николаевска Волгоградской области

*«Современные здоровьесберегающие  
технологии в детском саду»*

*Презентацию подготовила воспитатель:  
Мышенкова Ирина Николаевна*



*Здоровье - это состояние полного  
физического, психического  
и социального благополучия, а не просто  
отсутствие болезней или  
физических дефектов.  
(Всемирная организация здравоохранения)*



*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.*



# *Задачи здоровьесбережения*

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



*Здоровьесберегающие образовательные технологии  
делятся на три группы:*

*1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья*

*2. Технологии обучения здоровому образу жизни*

*3. Коррекционные технологии.*



# *1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья*

- динамические паузы
- подвижные и спортивные игры
- релаксация
- пальчиковая гимнастика
- гимнастика для глаз
- дыхательная гимнастика
- утренняя гимнастика
- гимнастика после сна



# Динамические паузы

Динамические паузы – это небольшие активные занятия, проводимые в течение дня, удовлетворяющие естественную потребность каждого ребенка в движении.

Они развлекают детей, создают благоприятную для обучения атмосферу, несут элементы релаксации, снимают нервное напряжение от перегрузок, объединяют детей между собой, способствуют взаимодействию, воспитывают и прививают навыки общения, обучают новым умениям и знаниям, развивают внимание, речь, мышление и память. Также они способны ненавязчиво корректировать эмоциональные проблемы в поведении ребенка, предупреждают психологические нарушения, способствуют оздоровлению.



# *Подвижные и спортивные игры*

Подвижные игры, так же как и спортивные, используются для решения образовательных, воспитательных, оздоровительных задач.

Они развивают у детей настойчивость, смелость, решительность, инициативу, сообразительность и мышление.

Могут проводиться на прогулке, в группе и спортивном зале ежедневно.





# *Дыхательная гимнастика*

Это комплекс упражнений, направленных на развитие дыхательного аппарата путем тренировки голосового и дыхательного аппарата.



# Пальчиковая гимнастика

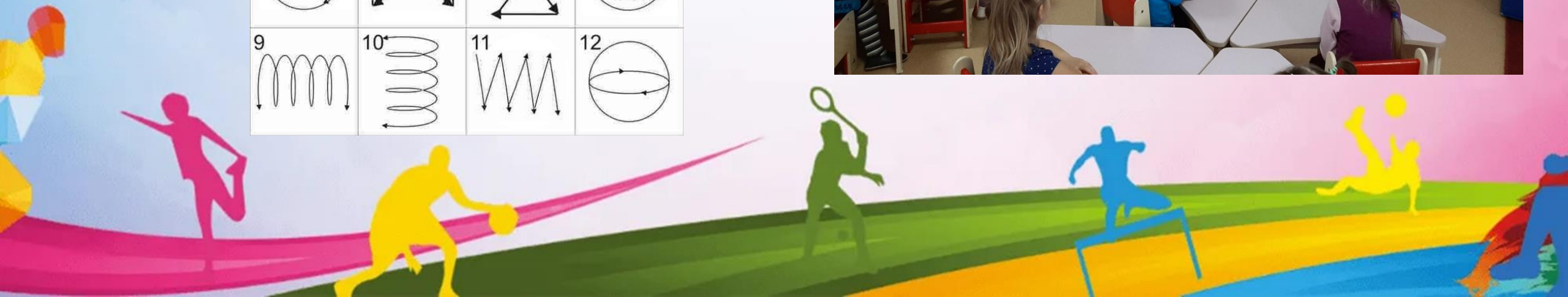
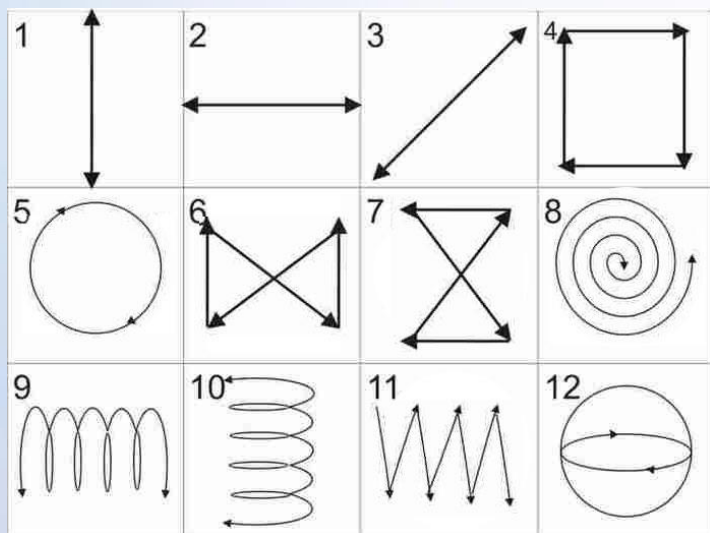
Это комплекс упражнений, который служит основой для развития мелкой моторики, развивает координацию движения рук, что в свою очередь способствует развитию речевого центра головного мозга.

Используется во всех видах занятий и в свободное время.



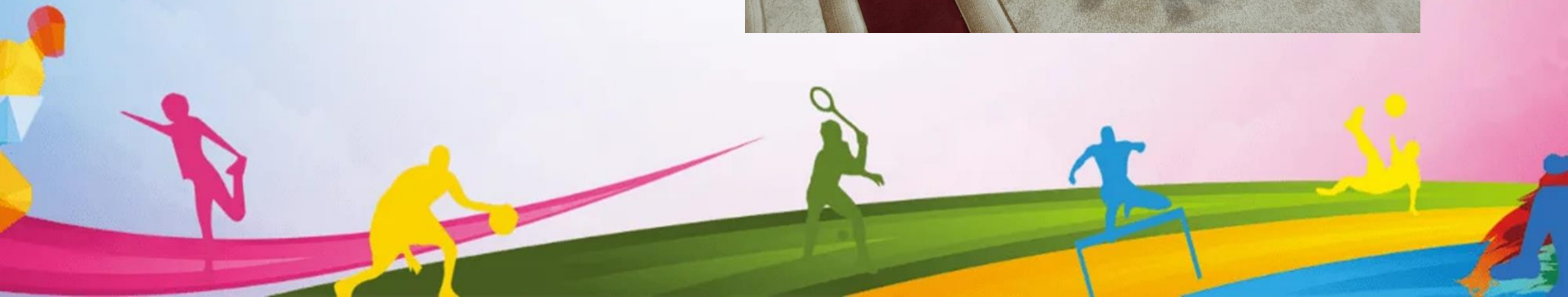
# Гимнастика для глаз

Это комплекс специальных упражнений, способствующих профилактике нарушения зрения.



# Релаксация

Учит детей расслабляться; способствует концентрации внимания; помогает снять напряжение и возбуждение.



# Утренняя гимнастика

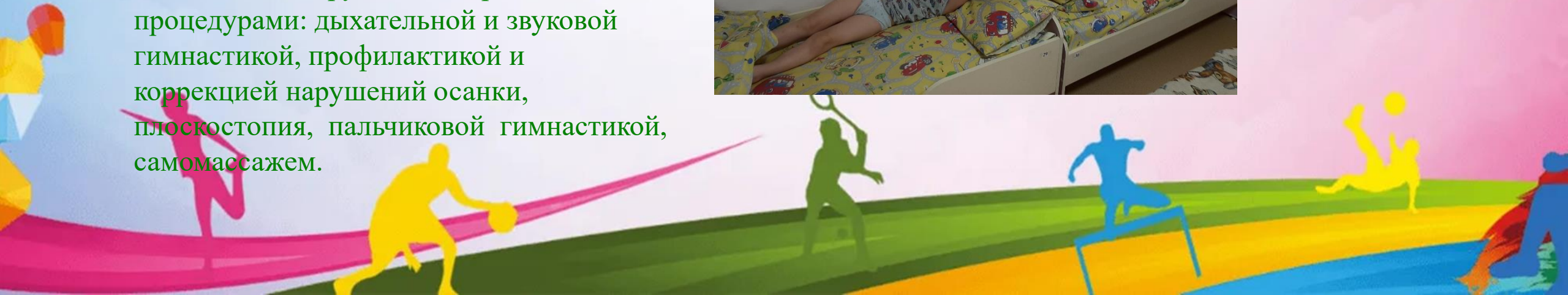
Способствует укреплению здоровья детей и пробуждению организма для нормальной жизнедеятельности, поддерживает оптимальное физическое состояние, приобретение бодрости.



# Гимнастика после дневного сна

Основная цель гимнастики после дневного сна – поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений.

В гимнастику после сна необходимо включать щадящие элементы закаливания, для детей, не имеющих противопоказаний или ограничений и сочетать их с другими оздоровительными процедурами: дыхательной и звуковой гимнастикой, профилактикой и коррекцией нарушений осанки, плоскостопия, пальчиковой гимнастикой, самомассажем.



## *2. Технологии обучения здоровому образу жизни*

- **Физкультурные занятия**
- **Коммуникативные игры**
- **Точечный массаж**

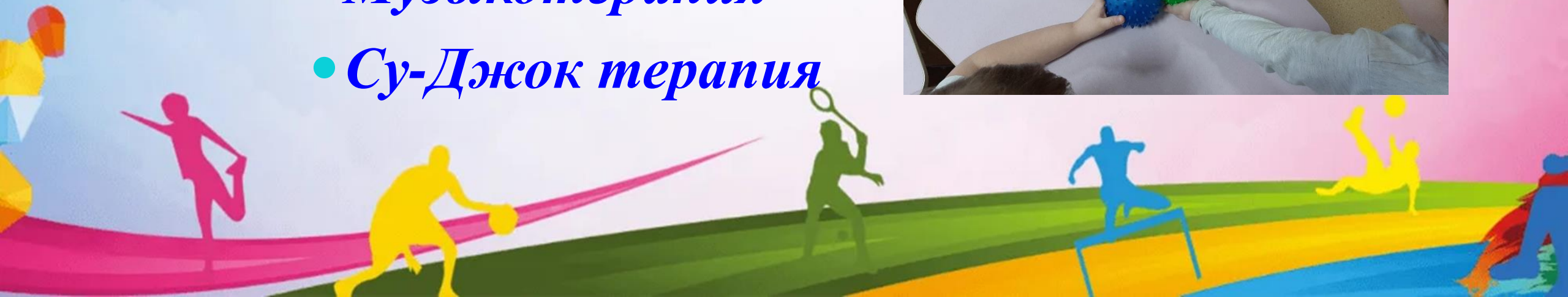






### *3. Коррекционные технологии.*

- *Сказкотерапия*
- *Песочная терапия*
- *Арт –терапия*
- *Музыкотерапия*
- *Су-Джок терапия*





*Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих технологий, повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.*



Укрепление и сохранение здоровья детей – одна из главных задач, как родителей, так и педагогов!

*Здоровые дети – это здоровая страна!*



**Спасибо  
за  
внимание !**

