

*Реализация здоровье-сберегающих
технологий в МБДОУ № 307*

- Здоровье ребёнка превыше всего... и наша задача сохранить его.
- «Здоровье –неоценимое счастье в жизни каждого человека и человеческого общества.
- Слово «здоровье», как и слова «красота», «любовь», «радость», принадлежат к тем немногим понятиям, значение которых знают все.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании

- это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей
- система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Виды технологий:

- утренняя гимнастика
- физкультурные занятия
 - занятия в бассейне
 - оздоровительный бег
 - ритмическая гимнастика
 - подвижные и спортивные игры
 - гимнастика пробуждения
 - дыхательная гимнастика
 - пальчиковая гимнастика
 - физкультминутки
 - гимнастика для глаз
 - сказкотерапия
 - песочная терапия
 - релаксация
- лечебная гимнастика
- прогулка на улице

Утренняя гимнастика

- задача «разбудить» организм ребенка,
- активизировать деятельность сердечной, дыхательной и других функций организма
- способствует формированию правильной осанки
- предупреждает возникновение плоскостопия.



Физкультурные занятия

- сохранение, укрепление и
охрана здоровья детей.



Занятия в бассейне

- способствует укреплению
здоровья, привитию
жизненно важных навыков,
воспитанию морально-
волевых качеств.



Оздоровительный бег

- укрепляет здоровье,
повышает функциональные
возможности организма.



Ритмическая гимнастика

- повышает эмоциональный настрой детей,
совершенствует чувство ритма,
пластичность движений,
формирует правильную осанку.



Подвижные и спортивные игры

- учат слушать, выполнять четкие правила, быть внимательным, согласовывать свои движения с движениями других играющих.



Гимнастика пробуждения

- задача: разбудить организм, нормализовать сердечно - сосудистую, дыхательную системы, снять сонливую вялость, укрепить здоровье детей.



Дыхательная гимнастика

- является неотъемлемым компонентом лечения любых заболеваний дыхательных путей, укрепления его здоровья и надежная профилактика ОРВИ.



Пальчиковая гимнастика

- развивает не только ловкость и точность рук, но и мозг ребенка.



Физкультминутки

-помогают отдохнуть, развлечься,
снять напряжение,
получить ощущение физической разрядки,
улучшают кровообращение,
снимают утомление мышц,
нервной системы, активизируют
мышление детей,
создают положительные эмоции
повышают интерес к занятиям.



Гимнастика для глаз

- для предупреждения утомления глаз,
укрепления глазных мышц;
для профилактики нарушений зрения
ДОШКОЛЬНИКОВ.



Сказкотерапия

- снижает уровень тревожности у детей,
развитие умения преодолевать трудности и страхи,
развивает творческие способности,
формирует навыки конструктивного
выражения эмоций.



Песочная терапия

- снимает внутреннее напряжение,
повышает уверенность в себе,
открывает новые пути развития



Релаксация

- дети учатся ощущать свои эмоции, расслабляться.



Лечебная гимнастика

способствует:

- гармоничному развитию опорно-двигательного аппарата;
- правильному формированию осанки и её коррекции;
- укреплению мышц, как свода стопы, так и позвоночного столба;
- улучшают координацию движений, развитию силы и выносливости;
- укреплению иммунитета;
- снижению восприимчивости организма к возбудителям различных заболеваний;
- положительно влияет на работу дыхательной, сердечно-сосудистой и нервной систем.



Прогулка на воздухе

- укрепляет здоровье ребёнка,
профилактика утомления,
восстановление сниженных
в процессе деятельности
функциональных ресурсов
организма.



Спасибо за внимание!!!

