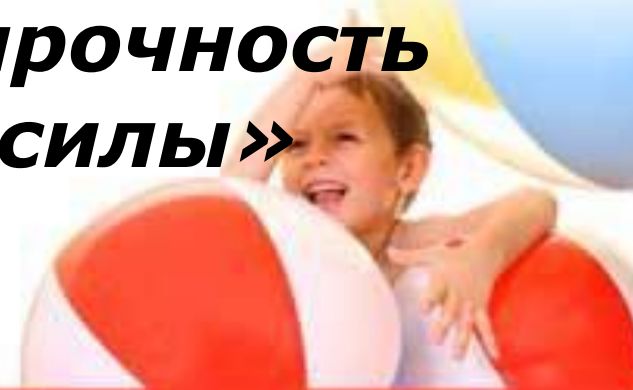
A photograph of children playing with large beach balls. The scene is bright and colorful, with a red border at the top and bottom. The text is overlaid on the image.

**«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»**



**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**



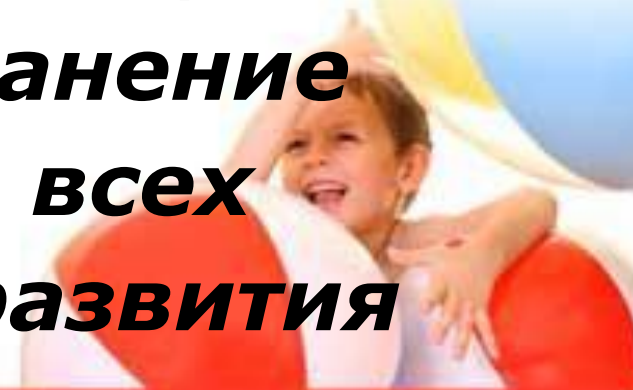
# ***Всемирная организация здравоохранения***

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



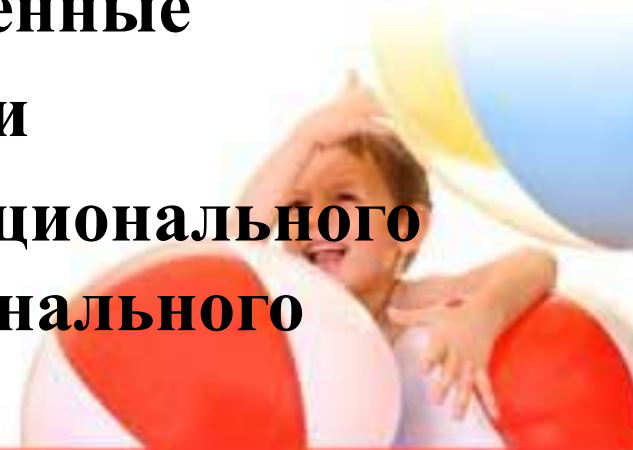
# **Здоровьесберегающие технологии**

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



# **Задачи здоровьесбережения**

- **Обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья.**
- **Сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по ЗОЖ**
- **Научить использовать полученные знания в повседневной жизни**
- **Создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального напряжения**



# Формы организации здоровьесберегающей работы



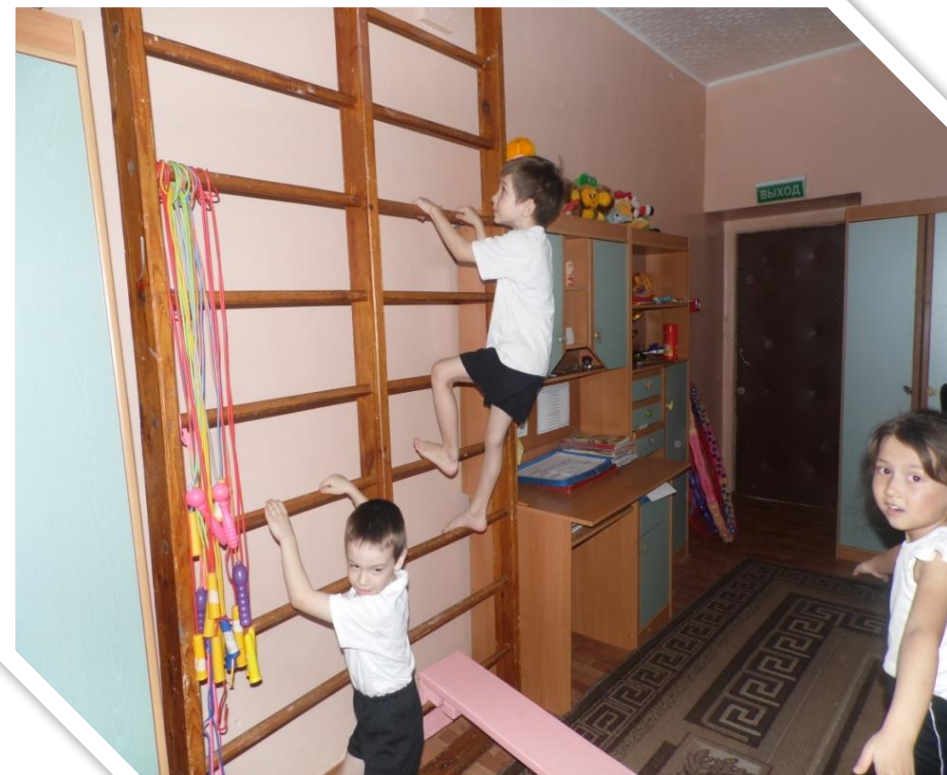
# *Утренняя гимнастика и оздоровительный бег*





# **Физкультурные занятия**

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



# **Физкультурные занятия на воздухе**



# Корригирующая гимнастика



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



**Гимнастика пальчиковая  
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 (ориентир), показ педагога.***



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





# Самомассаж

*проводится в игровой форме ежедневно, в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях.*



**Веселые тренировки  
проводятся со среднего возраста,  
развивают пластику движений**



# **Гимнастика бодрящая после сна, контрастно-воздушные ванны, ходьба по дорожкам «здоровья»,**



***Занятия из серии «Здоровье»  
могут быть включены в НОД к качеству  
познавательного характера***



**Сказкотерапия используется для психотерапевтической и развивающей работы.**



# Ритмика

*проводиться со средней группы один раз в неделю*



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



# *Самостоятельная деятельность детей*





# Активный отдых

физкультурные праздники, досуги, развлечения, дни  
здоровья



# Пешие походы

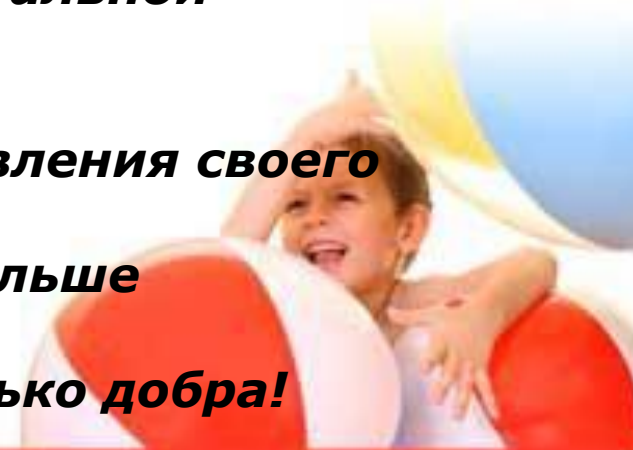


*Спортивное оборудование позволяет обеспечить максимальную двигательную активность детей на прогулке*



## **Существует десять золотых правил здоровьесбережения:**

- 1. Соблюдайте режим дня!**
- 2. Обращайте больше внимания на питание!**
- 3. Больше двигайтесь!**
- 4. Спите в прохладной комнате!**
- 5. Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!**
- 6. Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!**
- 7. Гоните прочь уныние и хандру!**
- 8. Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!**
- 9. Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!**
- 10. Желайте себе и окружающим только добра!**



- *Все мы, родители, врачи, педагоги, хотим, чтобы наши дети хорошо учились, год от года становились сильнее, вырастали и входили в большую жизнь людьми не только знающими, но и здоровыми. **Ведь здоровье – это бесценный дар.***

- **Спасибо за внимание**

