

*Здоровьесберегающие технологии,
используемые в работе СП ГБОУ ООШ с.
Новопавловка д/с № 8 «Золотой петушок»*

Выполнила: воспитатель
Булохова Наталья Алексеевна

„Забота о здоровье-это важнейший труд воспитателя.

От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.”

В.А.Сухомлинский

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

(Всемирная организация здравоохранения)

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий:

становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его.

Здоровьесберегающие технологии



технологии сохранения и
стимулирования
здоровья

технологии обучения здоровому
образу жизни

коррекционные технологии

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- Ритмопластика
- Динамические паузы
- Подвижные и спортивные игры
- Релаксация
- Пальчиковая гимнастика
- Гимнастика для глаз
- Дыхательная гимнастика
- Гимнастика бодрящая

Ритмопластика



Ритмическая гимнастика укрепляет опорно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы, способствует формированию правильной осанки, развитию музыкальности.



Динамические паузы



Подвижные и спортивные



проводятся во время НОД, на прогулке, в групповой комнате. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.



Релаксация

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

Тише, тише, тишина ! Разговаривать нельзя !

Мы устали – надо спать, ляжем тихо на кровать,



Будто мы лежим на траве...
На зелёной мягкой травке...
Греет солнышко сейчас,
руки тёплые у нас.
Жарче солнышко пригрело
– и ногам тепло, и телу.
Дышится легко, вольно,
глубоко

Пальчиковая



*Разотру ладошки сильно,
Каждый пальчик покручу.
Поздороваясь со всеми,
Никого не обойду.*

Гимнастика для глаз

*ежедневно по 3-5 мин. в
любое свободное время; в
зависимости от
интенсивности
зрительной нагрузки*



Дыхательная гимнастика



Активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы.



Гимнастика бодрящая



проводится после дневного сна,
форма проведения различна:
упражнения
на кроватках, обширное умывание,
ход «лягушки» и т.
д.



Технологии обучения здоровому образу жизни

- Утренняя гимнастика
- Физкультурные занятия
- Занятия из серии «Азбука здоровья»
- Самомассаж
- Активный отдых

Утренняя гимнастика

*Точно знаем: по утрам
Взрослым всем и малышам
Чтоб стать сильным и здоровым,
Не болеть и быть весёлым,
Надо быстро просыпаться и
зарядкой заниматься.*



Физкультурные

занятия



Самомассаж

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



Активный отдых

физкультурные праздники, досуги, развлечения, дни здоровья



Активный отдых

Спортивное оборудование позволяет обеспечить максимальную двигательную активность детей на прогулке



Коррекционные технологии

- Технология музыкального воздействия
- Сказкотерапия
- Артикуляционная гимнастика

Технология музыкального воздействия



используется в качестве вспомогательного средства, как часть других технологий, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения.

Сказкотерапия



Работа с родителями

1. Очные консультации, рекомендации и беседы с родителями по поводу профилактики болезней, соблюдения личной гигиены, пользы дополнительных прогулок и занятий.
2. Заочные консультации родителей с использованием интернет-ресурсов.
3. Родительские собрания.
4. Папки-передвижки
5. Анкетирование родителей.
6. Совместные акции педагогов, родителей и детей: спортивные праздники, дни здоровья; памятки, буклеты из серии «Пальчиковая гимнастика», «Как правильно закалять ребенка?», дни открытых дверей.

Спасибо за внимание!