



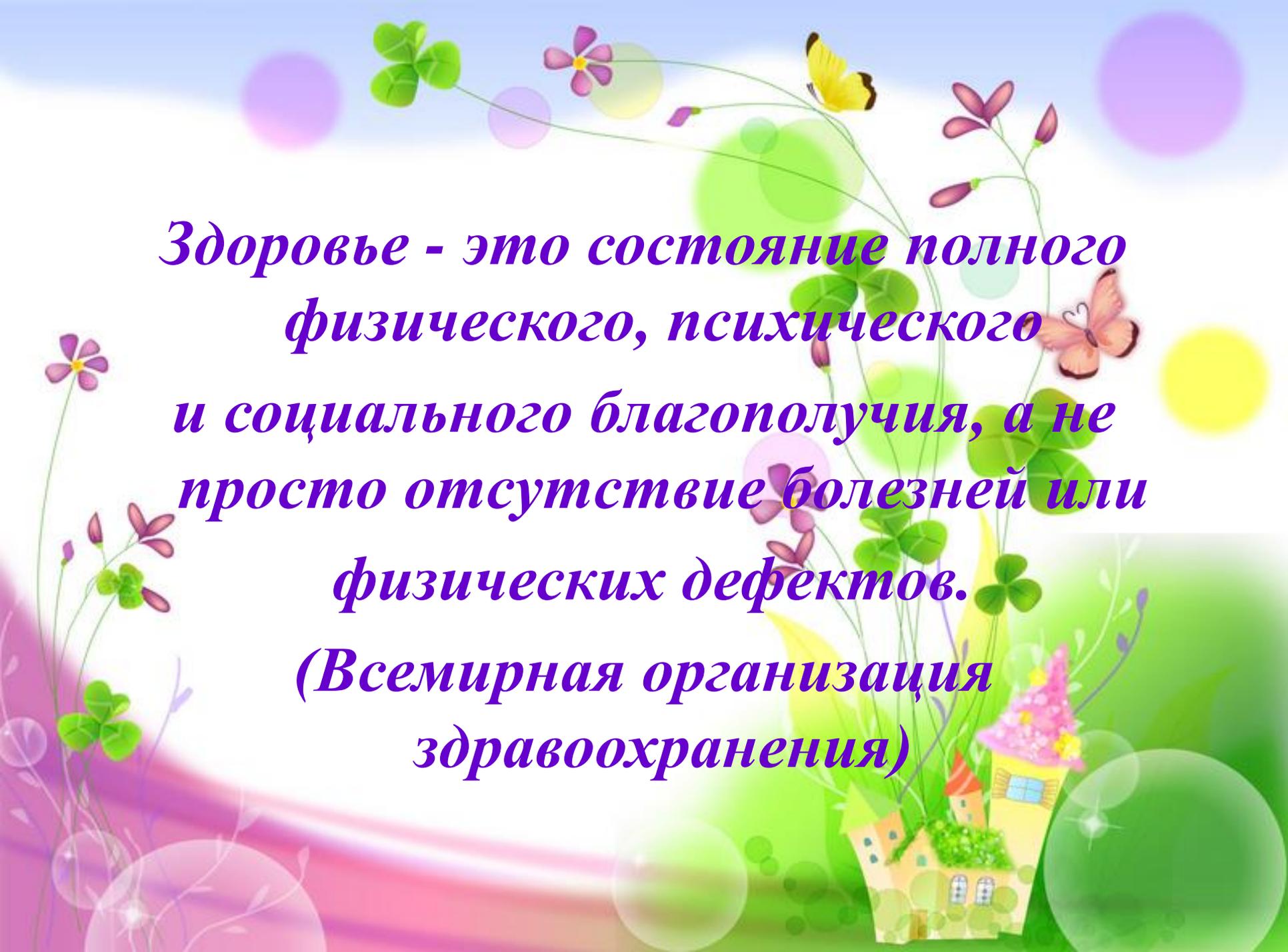
*«Современные
здоровьесберегающие
технологии в детском саду»*

*Презентацию подготовила
воспитатель:
Лямкина Татьяна Владимировна*

*«Детям совершенно так же, как и
взрослым, хочется быть
здоровыми и сильными, только
дети не знают, что для этого
надо делать. Объясни им, и они
будут беречься»*

Януш Корчак





*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.

Технологии сохранения и стимулирования

- *Динамические паузы*
- *Подвижные и спортивные игры*
- *Релаксация*
- *Лестница координаций*
- *Гимнастика пальчиковая*
- *Гимнастика для глаз*
- *Гимнастика дыхательная*
- *Динамическая гимнастика*



Технологии обучения здоровому образу жизни

- *Физкультурные занятия*
- *Точечный массаж*
- *Проблемно – игровые и коммуникативные игры*

Коррекционные технологии

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



Гимнастика пальчиковая



- *Способствует овладению навыкам мелкой моторики*
- *Помогает развивать речь*
- *Повышает работоспособность коры головного мозга*
- *Развивает психические способности: мышление, память, воображение*
- *Снимает тревожность*

Дыхательная гимнастика

- *Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани*
- *Улучшает дренажную функцию бронхов; - восстанавливает нарушенное носовое дыхание*
- *Способствует восстановлению нормального крово - и лимфоснабжения*
- *Повышает общую сопротивляемость организма*



- *Воздействует на биологически активные точки организма*
- *Стимулирует речевые зоны коры головного мозга*
- *Способствует лечению внутренних органов, нормализует работу организма в целом*
- *Развивает мелкую моторику рук*
- *Развивает память, внимание, связную речь*



Точечный массаж и самомассаж



- *Учит детей сознательно заботиться о своём здоровье*
- *Является профилактикой простудных заболеваний*
- *Повышает жизненный тонус у детей*
- *Прививает им чувство ответственности за своё здоровье, уверенность в том, что они сами могут помочь себе улучшить своё самочувствие.*



Криомассаж

- Криомассаж - разновидность аппаратного массажа, при котором наряду с приемами массажа используется противовоспалительное и обезболивающее действие холода.*



Гимнастика для глаз



- *Улучшает циркуляцию крови и внутриглазной жидкости глаз*
- *Укрепляет мышцы глаз*
- *Улучшает аккомодацию (это способность глаза человека к хорошему качеству зрения на разных расстояниях)*



Лестница координаций

Цель:

Развитие у детей старшего и подготовительного дошкольного возраста координационных способностей, скоростно-силовых навыков, прыгучести, ориентировки в пространстве.



Релаксация

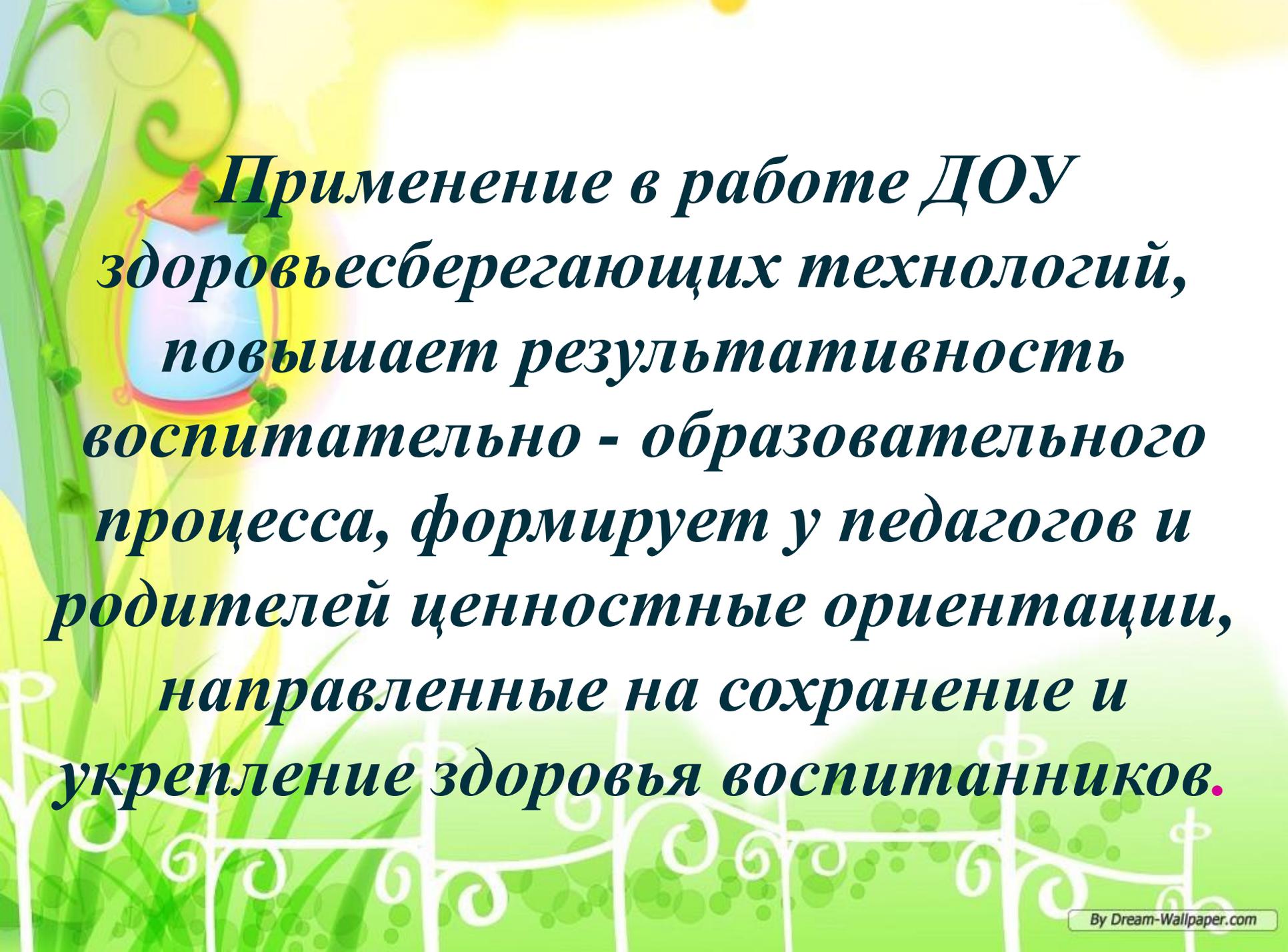
- *Учит детей расслабляться*
- *Способствует концентрации внимания*
- *Помогает снять напряжение*
- *Снимает возбуждение*



Музыкотерапия

- *Повышает иммунитет детей*
- *Снимает напряжение и раздражительность*
- *Снимает головную боль*
- *Восстанавливает спокойное дыхание*





***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.***

*Здоровье ребенка превыше всего,
Богатство земли не заменит его.*

*Здоровье не купишь, никто не
продаст.*

Его берегите, как сердце, как глаз!!!



Список литературы

1. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребёнка. Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений – Москва АРКТИ, 1999 г.
2. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста(3-7 лет). – Москва ВЛАДОС, 2002г.
3. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет. – Москва, 2006г.
4. Рунова М.А. Двигательная активность ребёнка в детском саду. – Москва Мозаика – Синтез, 2002г.
5. Каралашвили Е.А. Физкультурная минутка/ Динамические упражнения для детей 6-10 лет. – Москва 2002г
6. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход Школа здоровья. 2000г. Т. 7. №2. С.21 – 28.
7. Чаклин А.В. и Милюевская И.Л. Сохранить здоровье смолоду – Москва «Педагогика» 1987г.
8. Педагогика и психология здоровья под ред. Н.К. Смирнова. - Москва АПКИПРО, 2003г.

