



*«Здоровьесберегающие
технологии в детском
саду»*

**Презентацию
подготовила воспитатель:
Камалетдинова А.И.**

Г. Петропавловск-Камчатский, 2021г.

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

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

Здоровьесберегающие технологии

Сохранение и стимулирование здоровья детей



Динамические паузы
Подвижные и спортивные игры
Релаксация
Гимнастика пальчиковая
Гимнастика для глаз
Гимнастика дыхательная
Бодрящая гимнастика

Обучение здоровому и правильному образу жизни




Утренняя гимнастика
Физкультурные занятия
Точечный массаж и самомассаж
Занятия в бассейне

Коррекционные здоровьесберегающие технологии



-Артикулярный массаж
-Музыкотерапия
-Цветотерапия
-Сказкотерапия
-Логоритмика
-Арт-терапия

Технологии сохранения и стимулирования здоровья



- **Динамические паузы**
- **Подвижные и спортивные игры**
- **Релаксация**
- **Гимнастика пальчиковая**
- **Гимнастика для глаз**
- **Гимнастика дыхательная**
- **Бодрящая гимнастика**

Пальчиковая гимнастика



- 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



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)



Релаксация

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



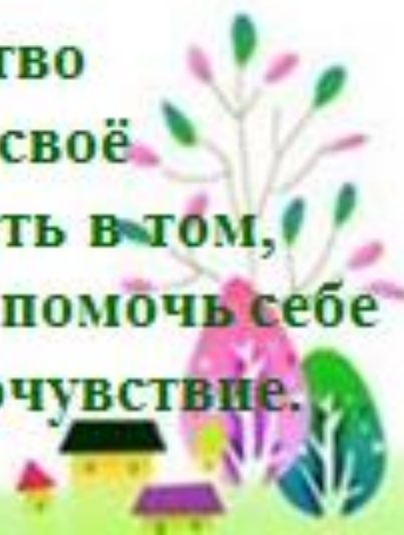
Технологии обучения здоровому образу жизни

- Утренняя гимнастика
- Физкультурные занятия
- Точечный массаж и самомассаж
- Занятия в бассейне

Точечный массаж и самомассаж



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



Занятия в бассейне



Коррекционные технологии

- Артикуляционная гимнастика
- Музыкотерапия;
- Сказкотерапия;
- Цветотерапия;
- Арт-терапия;



Музыкотерапия



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

Цветотерапия

Цветотерапия способствует:

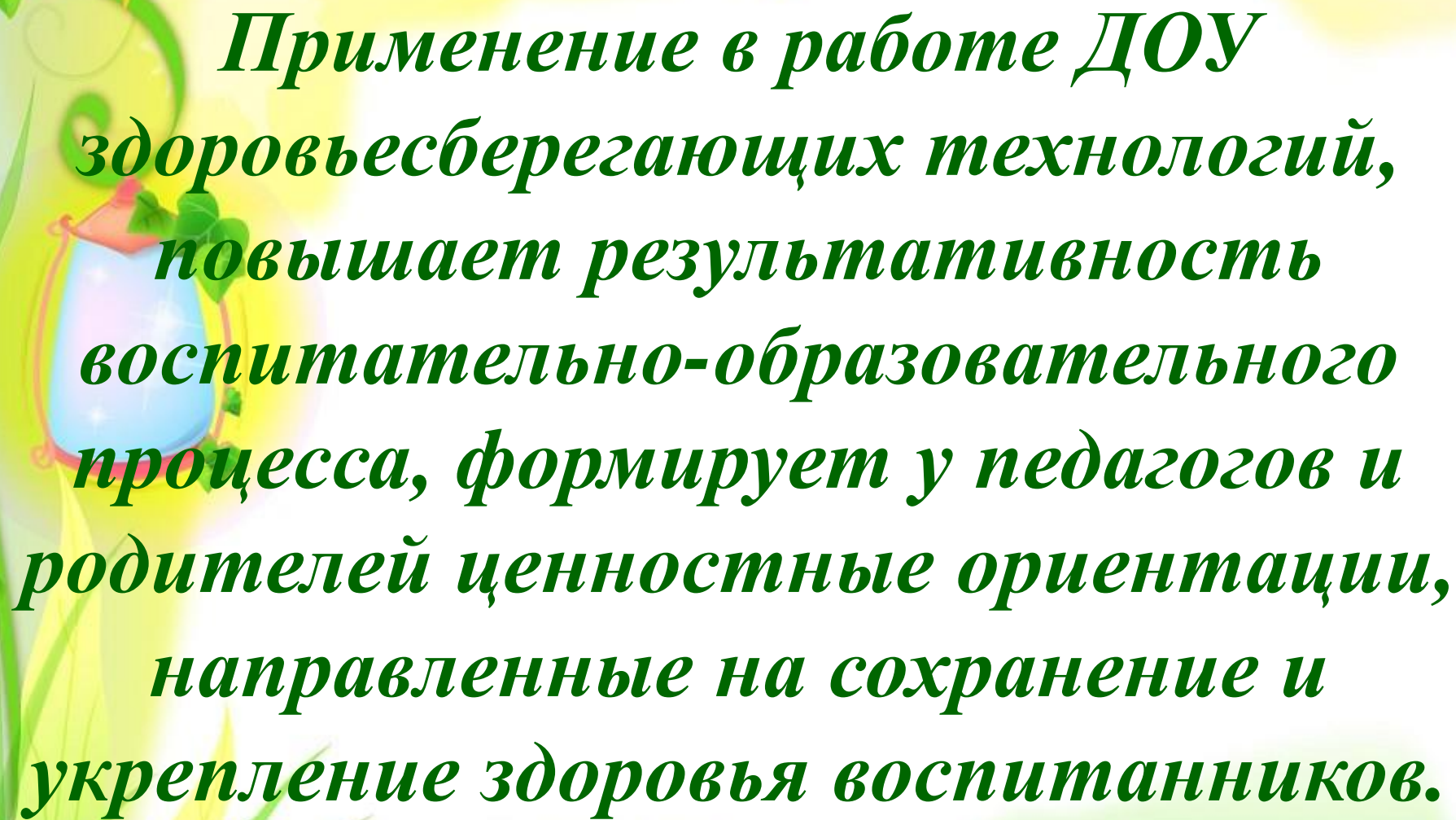
- улучшению психологического микроклимата в детском коллективе;
- стимуляции интеллектуального и эмоционального развития дошкольников;
- приобретению детьми навыков психофизической релаксации.



Ориентировочные эмоциональные значения цветов:

- **желтый** - радость;
- **красный** - счастье;
- **синий** - обида, сосредоточенность;
- **зеленый** - спокойствие;
- **голубой** - мечтательность;
- **серый** - грусть;
- **оранжевый** - подъем, радостное удивление;
- **коричневый** - усталость.





***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!!!*

