

*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение
«Детский сад № 393 г. Челябинска»*

«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»



**Воспитатель II группы раннего
возраста №1 «Смешарики»
Маткина Анастасия Сергеевна
высшая квалификационная
категория**

*« 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).*

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

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

Формы организации здоровьесберегающей работы



Физкультурное занятие

Занятия по физкультуре проводятся в соответствии с программой, перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.

***Самостоятельная
деятельность детей на свежем
воздухе***



Подвижные и спортивные игры

Игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения.

Гимнастика пробуждения после сна

*Используется, как постепенный
переход от сна к бодрствованию.*

Ходьба по дорожкам «Здоровья»

*Проводится ежедневно до сна и
после сна.*

Гимнастика пальчиковая

Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводиться в любой удобный отрезок времени.

Гимнастика дыхательная

Проводится в проветриваемом помещении, цель дыхательной гимнастики — укрепление иммунитета, а значит, профилактики заболеваний, прежде всего острых респираторных.

Гимнастика для глаз

рекомендуется использовать наглядный материал (ориентир), показ педагога.



Утренняя гимнастика

Выполнение гимнастических упражнений не только помогает деткам взбодриться, но и формирует правильную осанку, способствует значительному укреплению мышечной силы и многому другому.

Мытье рук и лица

***Используется, как воспитание
КГН и один из методов
закаливания.***

***Индивидуальная работа по
развитию движений
ежедневно в 1 и 2
половину дня.***

Физминутки во время НОД

***Используется для снятия
напряжения, повышения
эмоционального настроения.***

***Самостоятельная
двигательная деятельность
детей ежедневно, в
помещении и на свежем
воздухе.***

***Мы стремимся к полной
реализации, в жизни
каждого ребенка, трех
моментов:***

- 1. Достаточной умственной и индивидуальной
нагрузки и физической***
- 2. Обеспечение условий для
преобладания положительных
эмоциональных впечатлений***
- 3. Полное удовлетворение
потребности в движении***

Спасибо за внимание!

