


Использование инновационных здоровьесберегающих технологий для дошкольников

**Из опыта работы воспитателя МБДОУ ДС
«Березка» п.Таксимо, Муйского района
Малыгиной Е.Э.**



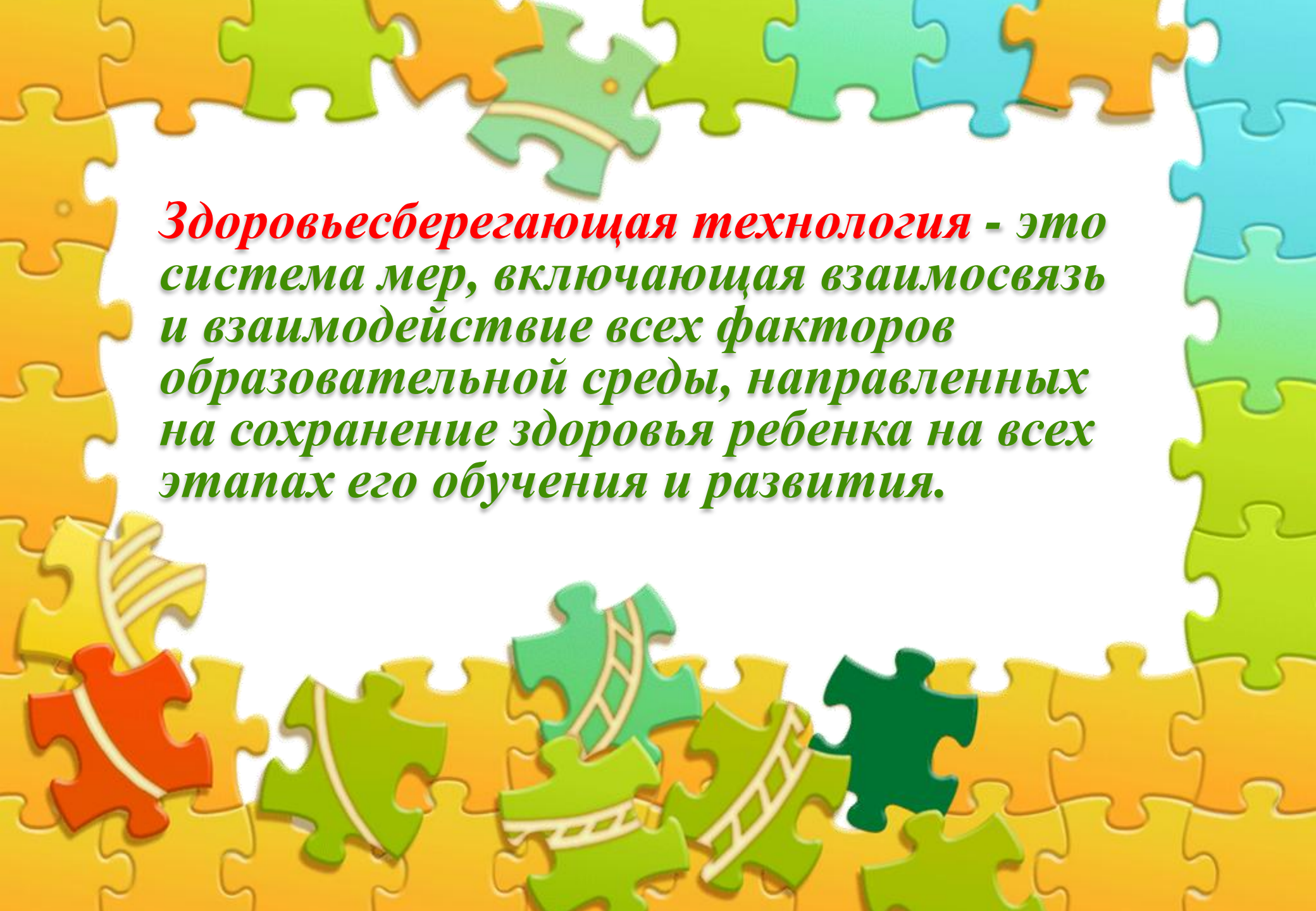
*«Детям совершенно так же, как и
взрослым, хочется быть здоровыми и
сильными, только дети не знают,
что для этого надо делать. Объясни
им, и они будут беречься»*

Януш Корчак




Понятие о «здоровье»...

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

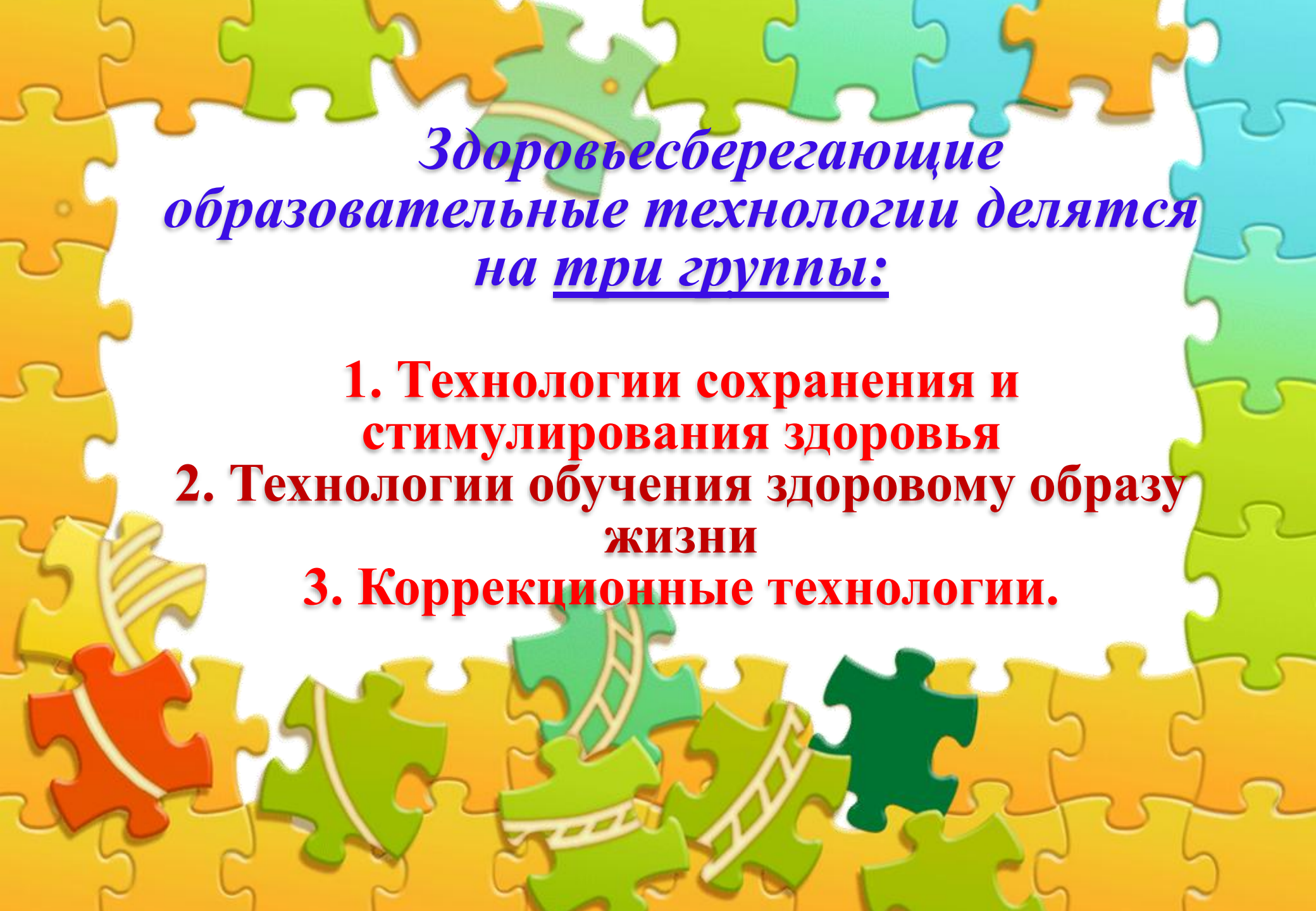


***Здоровьесберегающая технология** - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.*




Цель здоровьесберегающих технологий - обеспечение ребенку возможности сохранения здоровья, формирование у него необходимых знаний, умений, навыков по здоровому образу жизни.

Здоровьесберегающие педагогические технологии включают все аспекты воздействия педагога на здоровье ребенка на разных уровнях — информационном, психологическом, биоэнергетическом.




*Здоровьесберегающие
образовательные технологии делятся
на три группы:*


- 1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья**
- 2. Технологии обучения здоровому образу жизни**
- 3. Коррекционные технологии.**

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

Технологии сохранения и стимулирова ния здоровья

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

**Технологии
обучения
здоровому
образу
жизни**

- 
- Сказкотерапия
 - Песочная терапия
 - Арт –терапия
 - Су-Джок терапия
 - Музыкртерапия

Коррекционные технологии











Культурно-гигиенические навыки









Физкультминутки



Физкультминутки



Релаксация

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





Дыхательная гимнастика

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)



ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА

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



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.







Профилактика плоскостопия



Профилактика плоскостопия







Сказкотерапия :

Развитие памяти, внимания

- ❖ **Развитие аналитических способностей.**
- ❖ **Развитие фантазии и творческого воображения.**
- ❖ **Снятие эмоционального и физического напряжения.**
- ❖ **Развитие умения быстро переключаться с активной деятельности на пассивную.**
- ❖ **Совершенствование коммуникативных навыков**





Сказкотерапия



Психогимнастика



Стретчинг





ритмопластика





Занятия на степ-платформе









Первый плюс — это огромный интерес детей к занятиям степ-аэробикой, который не проходит на протяжении всего учебного года.

Занятия на степ-платформе



**Второй плюс —
дети учатся
держат
устойчивое
равновесие,
потому что они
занимаются на
уменьшенной
площади опоры**

Занятия на степ-платформе



Третий плюс — это развитие у ребенка уверенности, ориентировки в пространстве, общей выносливости, совершенствование точности движений

Занятия на степ-платформе



**Четвертый плюс —
воспитание
физических качеств:
ловкости, быстроты,
силы и др.
Повышается
выносливость, а
вслед за этим и
сопротивляемость
организма.**

Занятия на степ-платформе

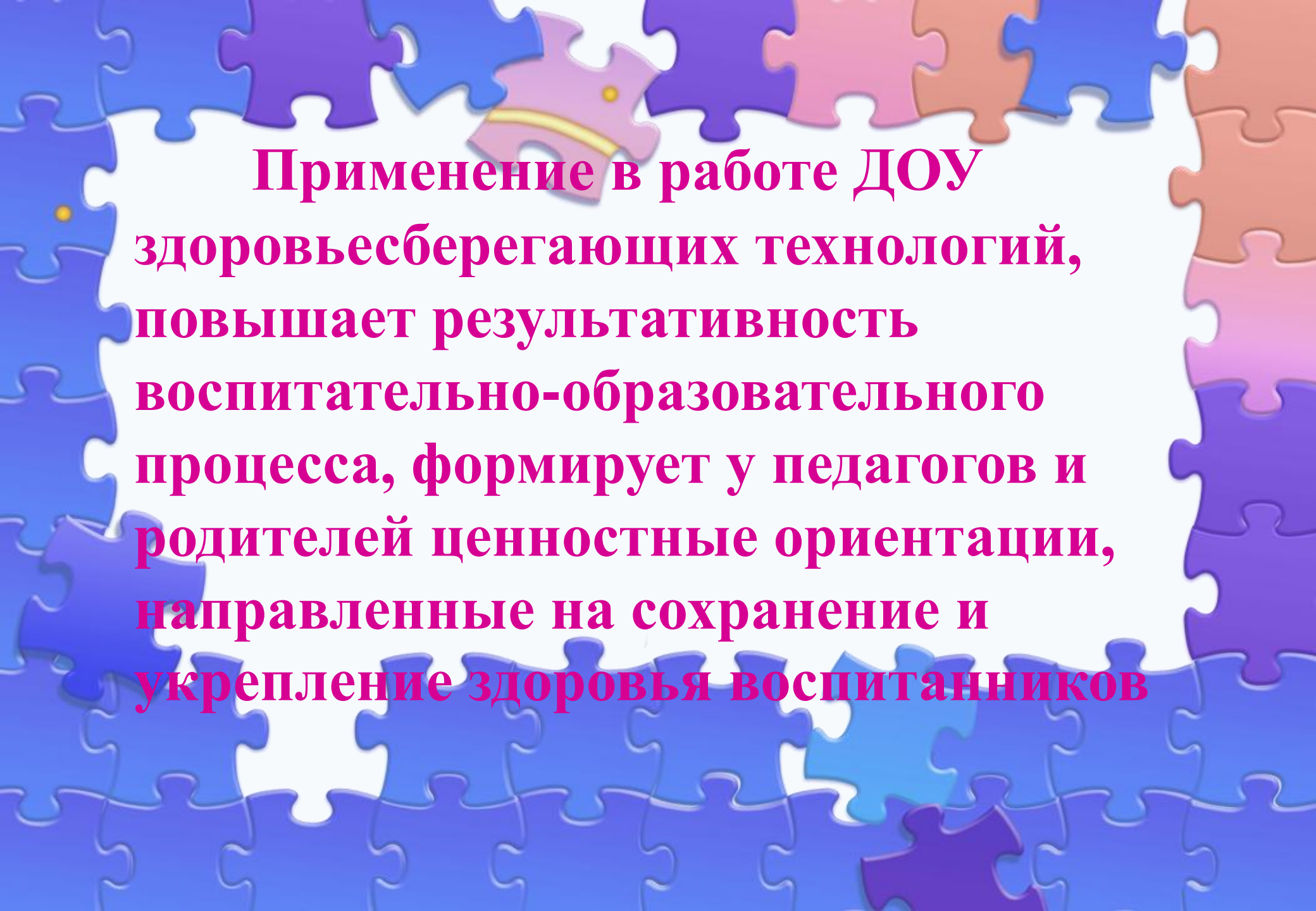












**Применение в работе ДОУ
здоровьесберегающих технологий,
повышает результативность
воспитательно-образовательного
процесса, формирует у педагогов и
родителей ценностные ориентации,
направленные на сохранение и
укрепление здоровья воспитанников**



Спасибо за внимание