



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«детский сад №221» комбинированного вида

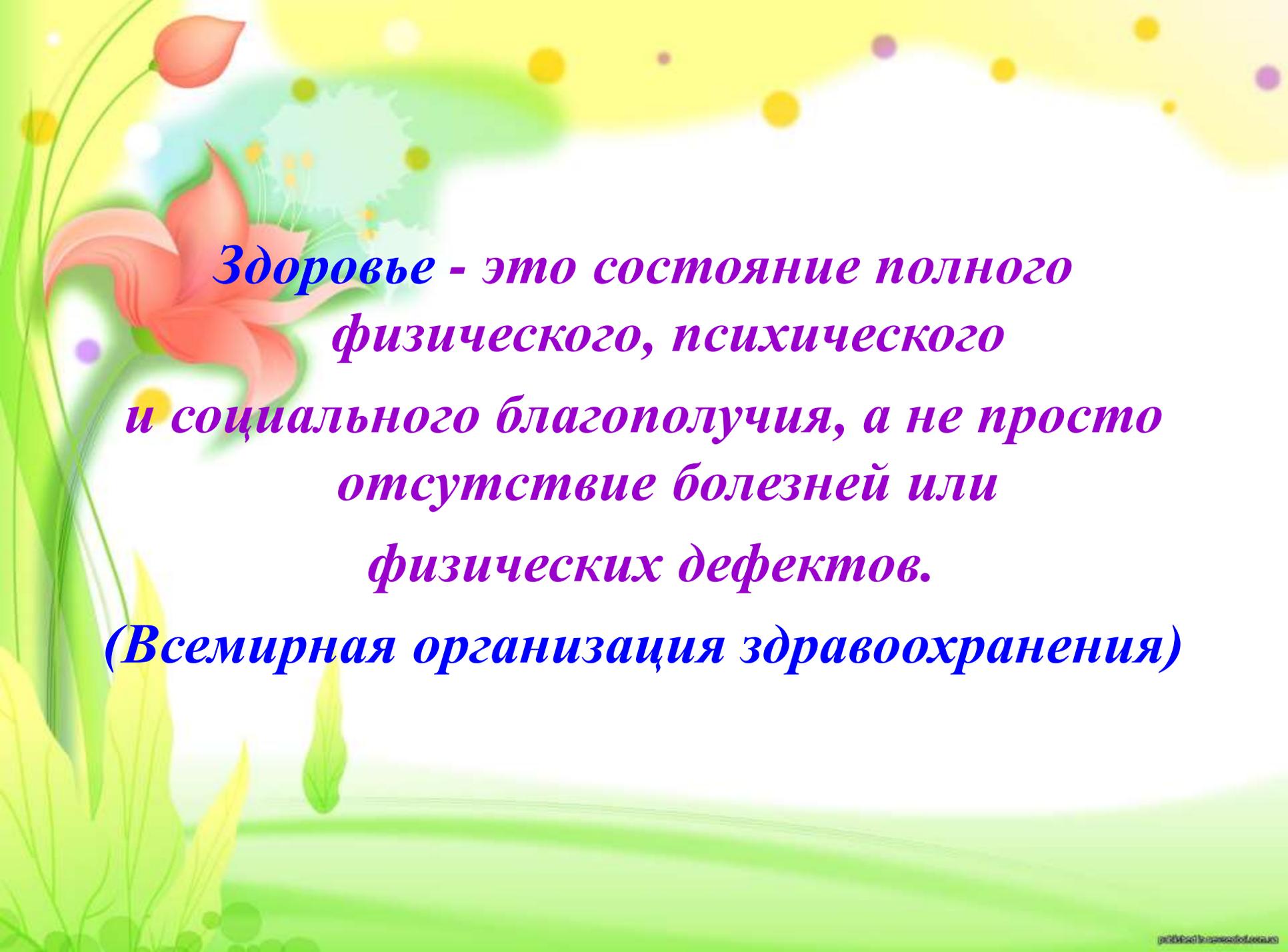
***«Современные здоровьесберегающие  
технологии в условиях реализации ФГОС ДО».  
Средняя группа №2***

***Филимонова Т.Н***



*«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*



***Здоровьесберегающая деятельность в нашем ДОУ осуществляется в следующих видах:***

- медико-профилактические;***
- физкультурно-оздоровительные;***
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;***

*Педагоги и специалисты используют в работе с детьми следующие технологии:*

*Технологии сохранения и стимулирования здоровья;*

- *Физкультминутки*
- *Подвижные игры*
- *Минутки тишины*
- *Минутки шалости*
- *Дыхательная гимнастика*
- *Пальчиковая гимнастика*
- *Динамический час*

# *Физкультминутки*

*проводятся во время непосредственно образовательной деятельности, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой и других в зависимости от вида деятельности.*

## *Дыхательная гимнастика*

*проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.*





## *Подвижные игры*

*проводятся  
ежедневно как часть  
физкультурного  
занятия, а также  
на прогулке,  
в групповой комнате  
— со средней  
степенью  
подвижности. Игры  
подбираются  
в соответствии  
с возрастом ребенка,  
местом и временем  
ее проведения.*



## *Пальчиковая гимнастика*

*проводится индивидуально, либо с группой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, но особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.*

# Динамический час

*проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В ее комплекс входят упражнения на пробуждение, коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, обширное умывание.*





# *Технологии обучения здоровому образу жизни*

## *Утренняя гимнастика*

*проводится ежедневно 8-10 мин. с музыкальным сопровождением. Музыка сопровождает каждое упражнение. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки.*



# Физкультурные занятия

*проводятся два раза в неделю в спортивном зале и один раз на улице в соответствии с образовательной программой. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета.*



# Физкультурные занятия



# *Нетрадиционные методы здоровья сбережения*

- *Артикуляционная гимнастика*
- *Су-Джок терапия*
- *Сказкотерапия*
- *Релаксация*
- *Гимнастика для глаз*

*Су-Джок терапия и массажные шары  
используется для сохранения и укрепления  
здоровья детей*



# *Сказкотерапия*

*используется для развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. Сказки не только читаем, но и обсуждаем с детьми. Дети также сами сочиняют сказки.*

## *Гимнастика для глаз*

*проводится в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время ее проведения используется наглядный материал, показ педагога.*

*Эмоционально-личностная сфера детей  
корректируется благодаря использованию  
в режимных моментах тихой,  
успокаивающей музыки, звукам природы,  
способным подарить душевный комфорт.*

## *Релаксация*

*Учит детей расслабляться*

*Способствует концентрации внимания*

*Помогает снять напряжение*

*Снимает возбуждение*

*Проводиться в любое свободное время.*



*Здоровье ребенка превыше всего,  
Богатство земли не заменит его.  
Здоровье не купишь, никто не  
продаст.  
Его берегите, как сердце, как  
глаз!!!*

*Спасибо за внимание*

