

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ
В МБДОУ ДЕТСКИЙ САД
«ПЕТУШОК».

Выполнила:

Воспитатель Малунова Н В.

**Сегодня сохранение и укрепление
здоровья детей одна из главных
стратегических задач развития страны.**



- В систему здоровья сбережение в ДООУ
Петушок включены:
- Занятия лечебной физкультурной и лечебной хореографией,
 - Массаж
 - Фитотерапия
 - Дыхательная гимнастика

В систему физкультурно – оздоровительной работы ДООУ Петушок входят:

- Физические упражнения
- Утренняя гимнастика
- Физкультурное занятие
- Спортивные игры
- Детский дитнес
- Спортивные праздники
- Прогулки

В детском саду продолжается
закаливание и оздоровление детей с
учетом их возрасте, состоянии здоровья и
соблюдением индивидуальны подхода

Виды закаливание:

- От 2 до 3 лет – воздушные ванны
- От 3 до 4 лет – контрасное обливание рук
- От 4 до 5 лет – обмерное умывание
- От 5 до 6 лет – контрасное обливание ног
- От 6 до 7 лет – оздоровительный бег

В ДОУ разработан план лечебно _
оздоровительных мероприятий на каждый
месяц включающий в себя:

- Прием витаминных напитков и фито чай
- Лечебное полоскание горла, ротовой полости, настоями трав
- закаливающие процедуры ежедневна
- массаж
- Рижский метод ходьба по солевой мокрой дорожке

Что такое здоровье?





Выделяется несколько компонентов здоровья:

- **Соматическое здоровье** – текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития.
- **Физическое здоровье** – уровень роста и развития органов и систем организма.
- **Психическое здоровье** – состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта.

От чего же зависит здоровье ребенка?



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

Медико-профилактические технологии

- **Технологии обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими правилами и нормами**

Медико-профилактические технологии

- Организация мониторинга здоровья дошкольников
- Организация и контроль питания детей
- Организация профилактических мероприятий в детском саду
- Закаливание и физическое развитие дошкольников
- Организация здоровьесберегающей среды в ДОУ

Физкультурно-оздоровительные технологии

- **Технологии, направленные на развитие физических качеств и двигательной активности детей, приобщение детей к здоровому образу жизни**

Физкультурно-оздоровительные технологии

- Утренняя гимнастика
- Гимнастика для глаз
- Пальчиковая гимнастика
- Дыхательная гимнастика
- Бодрящая гимнастика
- Динамическая пауза
- Массаж и самомассаж
- Профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки
- Двигательные оздоровительные физминутки
- Самостоятельная двигательная деятельность детей
- Валеологическое развитие
- Подвижные и спортивные игры
- Физическая культура

Технология обеспечения социально-психологического благополучия ребенка

- **Специально организованные встречи, игровые тренинги с детьми;**
- **Релаксация;**
- **Музыкотерапия;**
- **Сказкотерапия;**
- **Рисорография;**
- **Психогимнастика**
- **Фонетическая ритмика**

Здоровьесбережение и здоровьеобогащение педагогов ДОУ

- **Технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов в том числе культуры профессионального здоровья, развития потребностей здорового образа жизни**

Обращайте больше внимания на питание



Больше двигайтесь!



**Не гасите в себе гнев, дайте
вырваться ему наружу!**



**Постоянно занимайтесь
интеллектуальной деятельностью!**





Гоните прочь уныние и хандру



**Старайтесь получать как можно
больше положительных эмоций!**



**Желайте себе и окружающим
ТОЛЬКО добра!**



СПАСИБО ЗА *ВНИМАНИЕ!*