



*«Здоровьесберегающие  
технологии в детском саду  
в рамках реализации  
ФГОС ДО»*

*Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 102»*

The background is a vibrant, colorful illustration. It features a light blue sky with soft, glowing circles in shades of purple, green, and yellow. In the foreground, there are various elements: a yellow butterfly with black markings, a pink butterfly, and several purple flowers with yellow centers. Green leaves and stems are scattered throughout. In the bottom right corner, there is a small, colorful house with a red roof and a chimney, surrounded by greenery. The overall style is whimsical and cheerful.

**В детском сад № 102 в ноябре  
2017 года прошел месячник  
здорового образа жизни**

*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*

*Здоровьесберегающие  
образовательные технологии  
делятся на три группы:*

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

# Технологии сохранения и стимулирования

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



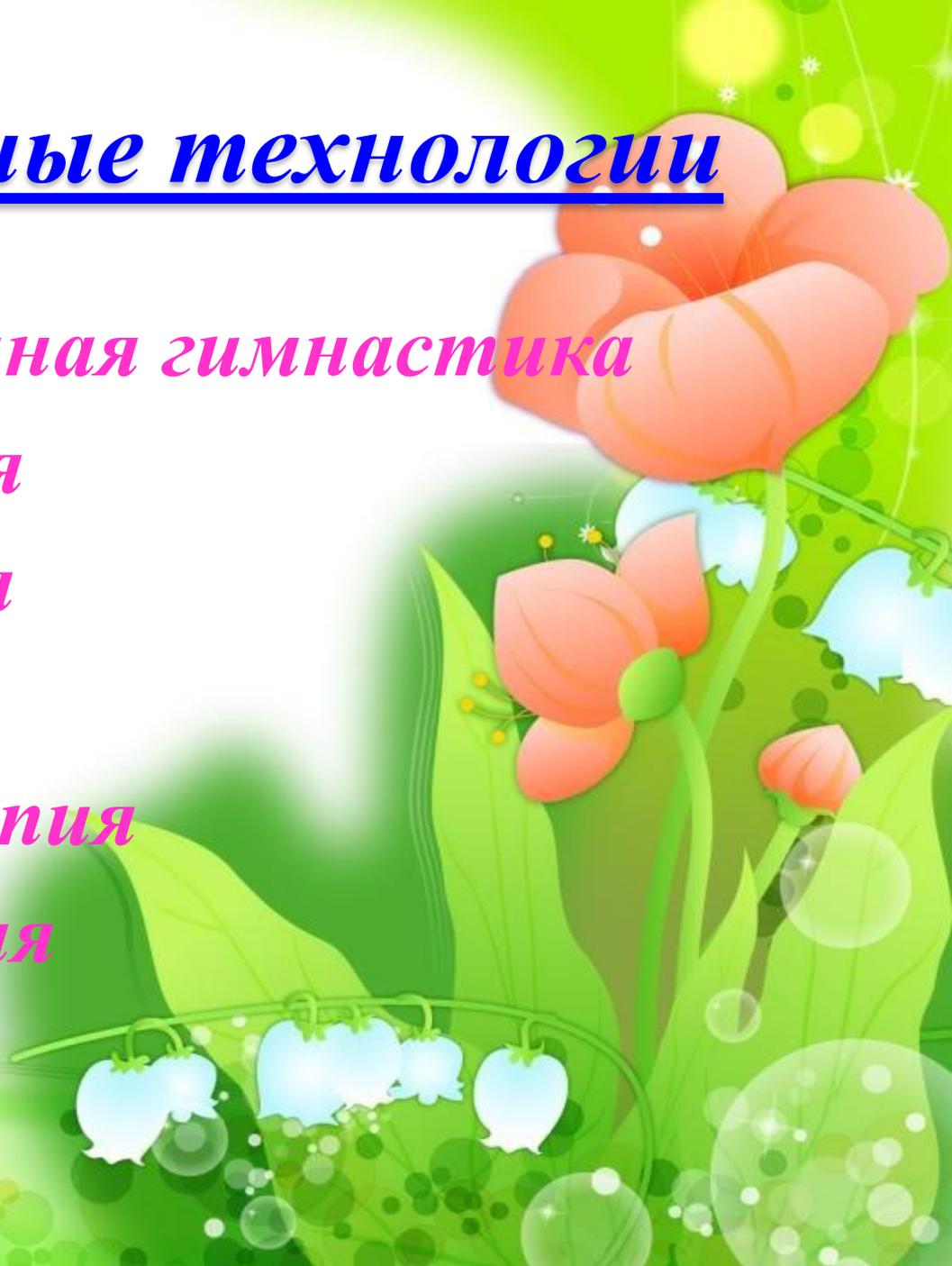
The background is a vibrant, colorful illustration. It features a light blue sky with a bright yellow sun in the upper right. The foreground is filled with green grass and various flowers, including purple and pink blossoms, and green clovers. Two butterflies, one yellow and one orange, are flying. In the bottom right corner, there is a small, colorful house with a red roof and a chimney. The overall style is whimsical and cheerful.

# Технологии обучения здоровому образу жизни

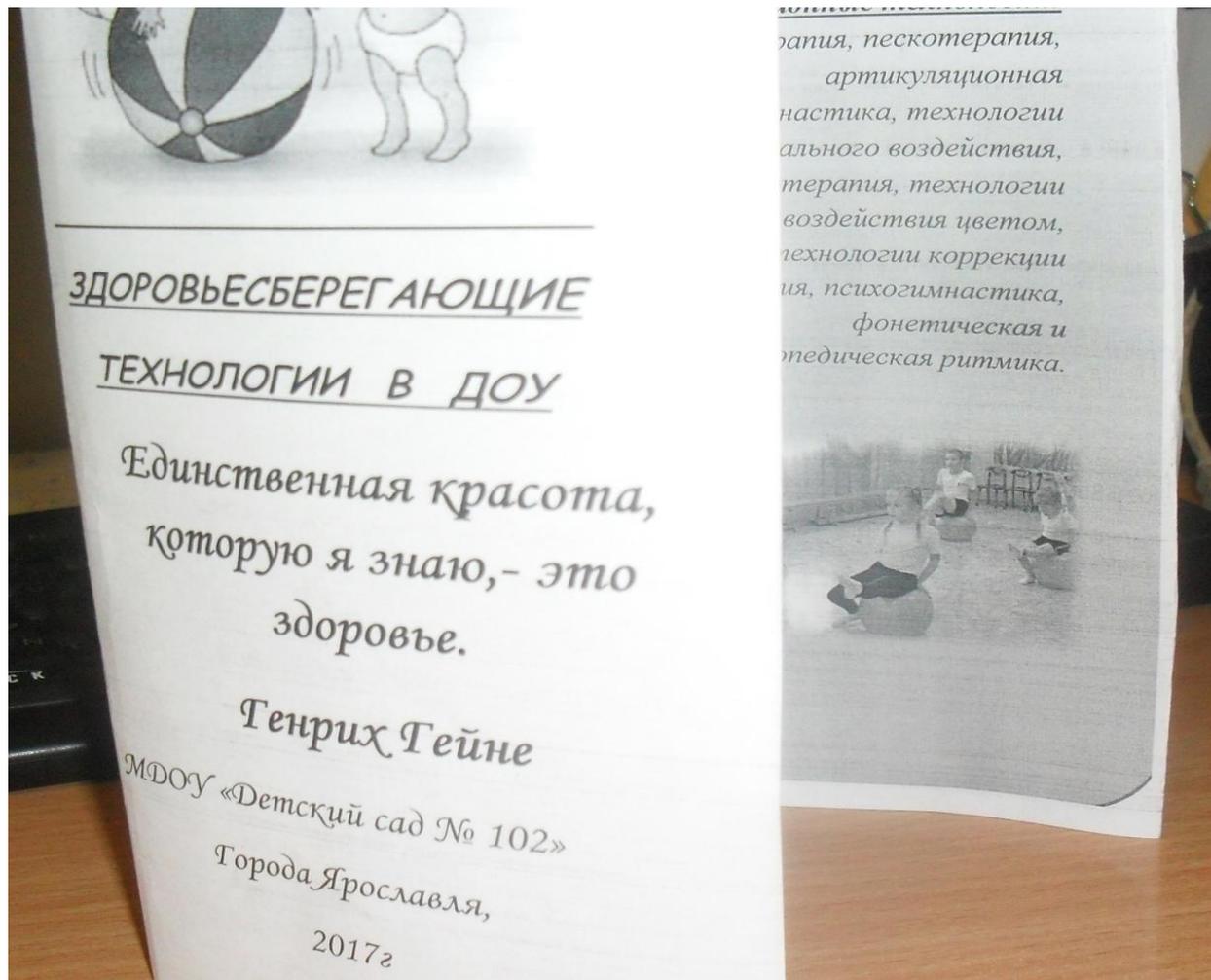
- *Утренняя гимнастика*
- *Физкультурные занятия*
- *Точечный массаж*
- *Проблемно – игровые и коммуникативные игры*

# Коррекционные технологии

- *Артикуляционная гимнастика*
- *Сказкотерапия*
- *Цветотерапия*
- *Арт – терапия*
- *Су-Джок терапия*
- *Музыкотерапия*



**С педагогами детского сада были разработаны буклеты по здоровьесберегающим технологиям**



# 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*



# Су-Джок терапия



- *Воздействует на биологически активные точки организма*
- *Стимулирует речевые зоны коры головного мозга*
- *Способствует лечению внутренних органов, нормализует работу организма в целом*
- *Развивает мелкую моторику рук*
- *Развивает память, внимание, связную речь*



# *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.*



# *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*



# Музыкотерапия

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



# ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ

- Охрана и укрепление здоровья детей;
- улучшение физического развития детей;
- совершенствование и повышение работоспособности организма ребенка;
- закаливание;
- совершенствование координации движений дошкольников;
- развитие и укрепление опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной систем детского организма.



## *Сказкотерапия*

**Сказкотерапия - метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширение сознания, совершенствования взаимодействий с окружающим миром. Основной принцип сказкотерапии - целостное развитие личности, забота о душе.**



# Цветотерапия

- повышает уровень коммуникативности детей, их эмоциональную отзывчивость;**
- **обогащает сенсорный и эмоциональный опыт детей;**
  - **знакомит с приемами управления своими чувствами, формирует навыки самоконтроля.**



# *Арт – терапия*

**Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания. Арт-терапия ненавязчиво исцеляет психику, знакомит с окружающим миром, позволяет увидеть мир вокруг себя прекрасным и гостеприимным.**





*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!!!*

