

Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми.

воспитатель: Севрук Т.И.

2021г

Здоровьесберегающие технологии:

- Выделяются также три группы здоровьесберегающих технологий:
- 1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья: Стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.
- 2. Технологии обучения здоровому образу жизни: Физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия,

коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж, биологическая обратная связь (БОС).

- 3. Коррекционные технологии: арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.

ЗАДАЧИ:

- 1. Сохранение и укрепление здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания, оптимизации двигательной деятельности на свежем воздухе.

- 2. Обеспечение активной позиции детей в процессе получения знаний о здоровом образе жизни.
- 3. Конструктивное партнерство семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении их здоровья, развитии творческого потенциала.

ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА.



- Ежедневно, в любой удобный отрезок времени.
- Кружок «Веселые пальчики»
- Рекомендуется детям с речевыми проблемами.

ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА.



- В НОД, как элемент утренней гимнастики, в разных формах физкультурно-оздоровительной работы

ДИНАМИЧЕСКИЕ ПАУЗЫ.



- Во время занятий 2-5 мин по мере утомляемости детей.
- Комплексы физкультминуток.

ГИМНАСТИКА ПРОБУЖДЕНИЯ.



- Каждый день после сна.

ДОРОЖКИ ЗДОРОВЬЯ



- Каждый день послесна.

ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ.



- Ежедневно по 3-5 мин в любое удобное время, в зависимости от нагрузки.
- Рекомендуется использование наглядного материала и показ воспитателя.

УТРЕННЯЯ ГИМНАСТИКА



- Ежедневно, в группах.

ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ



- Как часть физического занятия, на прогулке, ежедневно.
- Игры подбираются в соответствии с программой по возрасту детей.

ИГРОВОЙ ЧАС.(БОДРЯЩАЯ ГИМНАСТИКА)



- После сна в группе , ежедневно.(подвижные игры или игровые упражнения)

ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ.



- Два раза в неделю в группе один на улице.
- Занятия проводятся в соответствии с программой.

ЗАНЯТИЯ ПО ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ.



- В режимных процессах, а так же , как часть или целое занятие по познавательному развитию.

***ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ
ДОСУГИ, ПРАЗДНИКИ.***



- Один раз в квартал.

ПРОГУЛКИ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ



- Ежедневно.

СМИ (СИТУАТИВНЫЕ МАЛЫЕ ИГРЫ)



- Двараза в месяц(ролевая подражательная имитационная игра).

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА.



- 2 разав неделю в 1 или 2-ой половинедня.

АРТ - ТЕРАПИЯ



- Оздоровливание психосферы посредством воздействия музыки.

СКАЗКОТЕРАПИЯ.



- Один раз в месяц вовторой половинедня.
- Сказка выполняется как единыйдвигательный комплекс.