

**МКДОУ Сортавальского МР РК Детский сад № 23,  
корпус 8**

*«Здоровьесберегающие инновационные технологии  
во второй группе раннего возраста «Солнышко»*

*Воспитатель: В.В.Приходько*





# Здоровье сберегающая технология

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



# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РЕЖИМЕ ДНЯ

## Утренняя гимнастика:

- дыхательная гимнастика;
- пальчиковая гимнастика;
- общеразвивающие упражнения;
- танцевальные упражнения, ритмопластика;

## Перед занятиями:

- различные виды массажа (точечный массаж, самомассаж и др.);
- пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз.

## На занятиях:

- физкультминутки;
- смена динамических поз;
- дыхательные упражнения;



# Цель:

1. Развитие двигательных навыков и умений детей раннего возраста посредством игровой деятельности.
2. Сохранение и укрепление их физического и психического здоровья



# **Задачи здоровьесбережения**

- **сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности**
- **создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей**
- **создание положительного эмоционального настроя и снятие психоэмоционального напряжения**

*Подвижные игры являются одним из условий развития культуры ребенка; подвижные игры (с атрибутами), прежде всего средство физического воспитания детей*









*Пальчиковые игры способствуют овладению навыкам мелкой моторики; помогают развивать речь ребенка; повышает работоспособность коры головного мозга; развивает у ребенка психические процессы мышление, внимание, память, воображение; снимает тревожность.*





### ***Само́масса́ж «Рукавичка здоровья».***

***Надев на свои ручки и выполняя упражнения игрового массажа, дети получают радость и хорошее настроение, одновременно приносят пользу для своего здоровья.***



*Упражнения с массажными ковриками и дорожками создают положительный настрой, повышают настроение, дают заряд бодрости и энергии.*

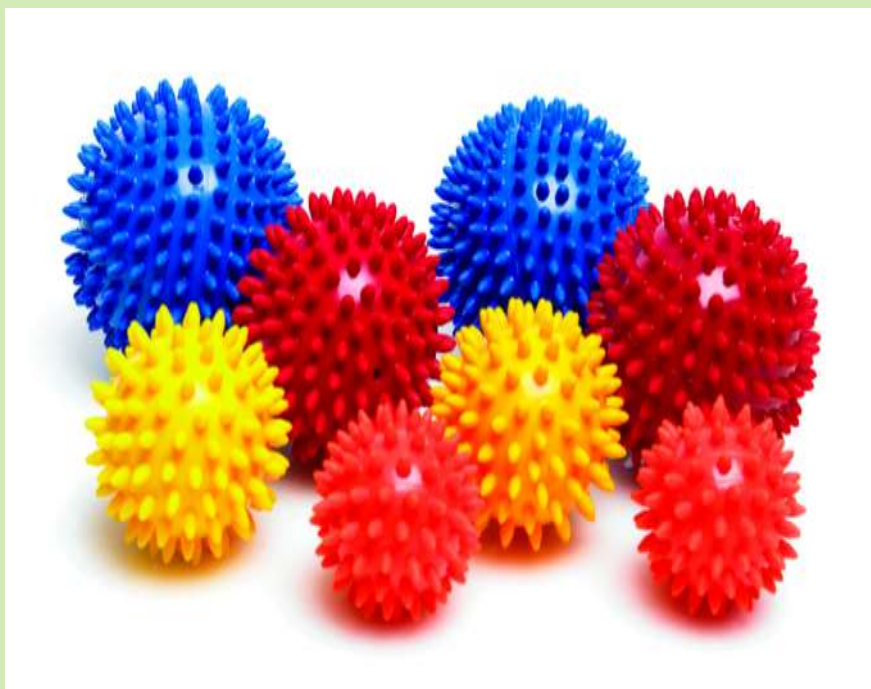




***Упражнение «Комочки» (сжатие бумаги в комочек).  
Игра «Кто дальше бросит комочек». (у детей развивается моторика  
рук, снимается тревожность)***



*Массажный мячик – эффективное средство развития кистей рук ребёнка, движений пальчиков, разработки мышц. Игольчатая поверхность мячика воздействует на нервные окончания, улучшает приток крови и активизирует кровообращение. Данный мячик улучшает капиллярный кровоток, сокращает венозную застой, повышает кожно-мышечный тонус.*



## *Дыхательная гимнастика:*

*Развивает и совершенствует диафрагмальное дыхание.*

*Расширяет грудную клетку, для большего забора воздуха, что способствует лучшему насыщению кислородом детского организма и повышению тонуса кровеносных сосудов*

*Идет тренировка сердечной мышцы и дыхательной мускулатуры, улучшение кровообращения*





