

Современные здоровьесберегающи е технологии в детском саду



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



Задачи

здоровьесбережения

- создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей
- сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной



способности

- создание положительного эмоционального настроения и снятие психоэмоционального

Современные здоровьесберегающие технологии:

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



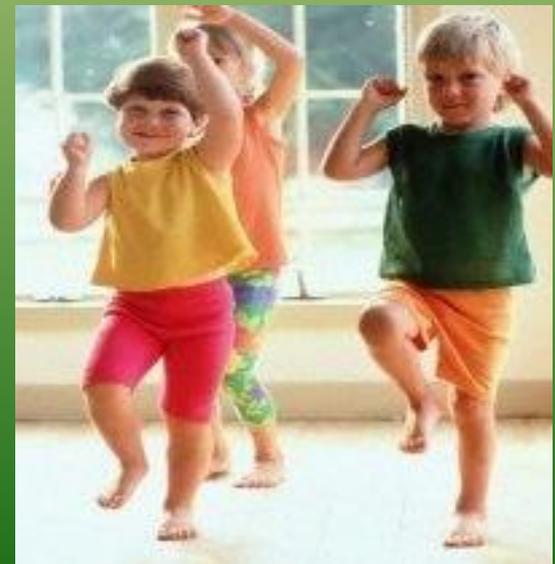
Технологии сохранения и стимулирования здоровья



Стретчинг — это комплекс упражнений, направленный на развитие гибкости и растяжки.



Ритмопластика - является музыкально-ритмическим психотренингом



Динамические паузы - это подвижные, хороводные игры, физкультурные минутки.



Релаксация – снижение тонуса скелетной мускулатуры.



Пальчиковая гимнастика – гимнастика кистей рук, сопровождается короткими стихами.



Гимнастика для глаз - комплекс упражнений для профилактики хорошего зрения.





Дыхательная гимнастика

-комплекс упражнений
основанный на
дыхательной функции
организма.



Бодрящая гимнастика –
гимнастика после сна.

Корригирующая

гимнастика- система
специальных физических
упражнений
гимнастического характера,
применяемых с целью
устранения дефектов



Ортопедическая гимнастика -
это здоровьесберегающая
технология сохранения и
стимулирования здоровья.



Технологии обучения здоровому образу жизни

Физкультурное занятие. На занятиях по физкультуре развиваются физические качества и уровень физической подготовленности детей в соответствии с их возможностями, формируется опорно-двигательный аппарат, ловкость, гибкость, координация



Самомассаж - это массаж,
выполняемый самим ребёнком .



Точечный самомассаж -
относится к рефлексотерапии,
местом его воздействия
являются рефлексогенные
зоны, раздражение которых
вызывает целенаправленную
рефлекторную реакцию на
определенный орган или
систему.





Коммуникативные игры - это совместная деятельность детей, способ самовыражения, взаимного сотрудничества



Игротренинги и игротерапия - метод психотерапевтического воздействия на детей с использованием игры.



Биологическая обратная связь (БОС) – способ получения дополнительной информации о работе

Коррекционные технологии



Сказкотерапия - течение в психотерапии, при котором для достижения терапевтического эффекта используются придуманные истории.



Психогимнастика - специальные упражнения, направленные на развитие и коррекцию различных сторон психики ребёнка



Артикуляционная гимнастика - упражнения для тренировки органов артикуляции



Арт-терапия - это вид психотерапии и психологической коррекции, основанный на искусстве и творчестве.

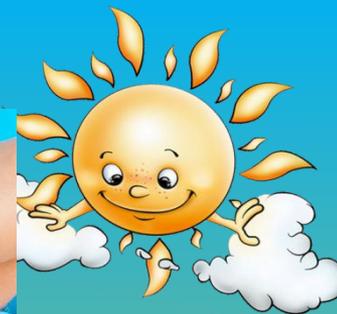


Технологии музыкального воздействия - используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий для снятия напряжения, повышения

Основные принципы здоровьесбережения

- принцип «Не навреди! »;
- непрерывности здоровьесберегающего процесса;
- систематичности и последовательности;
- принцип доступности и индивидуальности;
- всестороннего и гармонического развития личности;
- системного чередования нагрузок и отдыха;
- постепенного наращивания оздоровительных воздействий





Спасибо за внимание