

**Здоровьесберегающие
методы, приемы,
технологии с детьми
старшего дошкольного
возраста**



Забота о здоровье - это важный труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

В. А. Сухомлинский

- **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.**

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий – обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Задачи здоровьесбережения

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

Организации здоровьесберегающей работы в старшем дошкольном возрасте:

- Утренняя гимнастика;
- Культурно-гигиенические навыки;
- Физкультурные занятия;
- Физкультминутки;
- Пальчиковая гимнастика;
- Подвижные игры, малоподвижные игры;
- Прогулки;
- Гимнастика пробуждения после дневного сна (дыхательные упражнения, закаливающие процедуры)
- Физкультурные досуги и развлечения;
- Гимнастика для глаз;
- Самомассаж;
- Релаксация;
- Самостоятельная деятельность детей;
- Работа совместно с родителями.

Утренняя гимнастика



Самомассаж



Физкультурные занятия



Гимнастика для глаз; Пальчиковая гимнастика



Гимнастика пробуждения после дневного сна (дыхательные упражнения, закаливающие процедуры)





Релаксация



Работа совместно с родителями



Спасибо за внимание!!!