



**Здоровьесберегающие
технологии в
образовательном
процессе**

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение**

Ново-Брянский детский сад «Журавленок»

Выполнила: Оносова Т.А.

Что такое здоровьесберегающие технологии?

Это система мер, направленных на поддержание и улучшение здоровья участников образовательного процесса



Задачи здоровьесберегающих технологий в ДОУ

- закладывание фундамента хорошего физического здоровья;
- повышение уровня психического и социального здоровья воспитанников;
- проведение профилактической оздоровительной работы;
- ознакомление дошкольников с принципами ведения здорового образа жизни;
- мотивация детей на здоровый образ жизни;
- формирование полезных привычек;
- формирование валеологических навыков;
- формирование осознанной потребности в регулярных занятиях физкультурой;
- воспитание ценностного отношения к своему здоровью.

Виды здоровьесберегающих технологий

```
graph TD; A[Виды здоровьесберегающих технологий] --> B[медико-профилактические]; A --> C[физкультурно-оздоровительные]; A --> D[валеологическое образование родителей]; A --> E[здоровьесберегающее образование детей]; A --> F[валеологическое просвещение педагогов];
```

медико-
профилак
тические

физкультурно
-
оздоровитель
ные

валеологи-
ческое
образование
родителей

валеологическое
просвещение
педагогов

здоровьесберега-
ющее
образование
детей

Физкультминутки



Дыхательная гимнастика



Пальчиковая гимнастика



Гимнастика для глаз



Психогимнастика



Ритмопластика



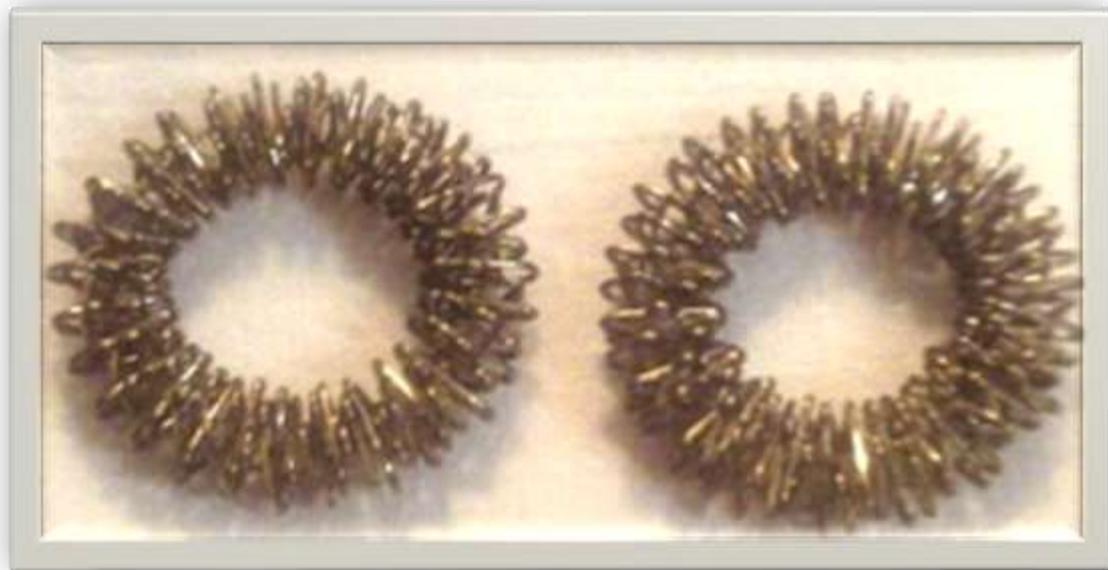
Игротерапия



Ароматерапия







***Массаж эластичным
проволочным
кольцом, которое
помогает
стимулировать
работу внутренних
органов.***



*Массаж
резиновыми
мячами с шипами*



Массаж бигудями



*Массаж рефленными
деревянными
палочками*

**Массаж
прищепками**



*Ипликатор
Ивана
Кузнецова*





В работе с детьми - дошкольниками используется, как массажер, для воздействия на активные точки кистей и ступней.

**Массаж
шипованным
валиком**

Выводы:

Таким образом, Су - Джок терапия - это доступный, высокоэффективный, универсальный, и абсолютно безопасный метод оздоровления и исцеления путем воздействия на активные точки, расположенные на кистях и стопах, специальными массажными приспособлениями и массажерами.

Использование Су - Джок терапии, в сочетании с веселыми стихами, потешками, забавными сказками способствует повышению физической и умственной работоспособности детей, создает высокий уровень двигательной активности мышц, активизирует

Десять золотых правил здоровьесбережения:

- Соблюдайте режим дня!
- Обращайте больше внимания на питание!
- Больше двигайтесь!
- Спите в прохладной комнате!
- Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
- Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
- Гоните прочь уныние и хандру!
- Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
- Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
- Желайте себе и окружающим только добра!

Спасибо

за

внимание!