

МБОУ «Налобихинская СОШ им. А.И.Скурлатова»
структурное подразделение Налобихинский детский сад

Семинар для родителей
«Использование
здоровьесберегающих технологий в
детском саду и дома»

Выполнила: Кобычева О.Л.
2022г.





« Забота о здоровье — это важнейший 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 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

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



Физкультурно-оздоровительные технологии

- утренняя зарядка;
- артикуляционная гимнастика;
- дыхательная гимнастика;
- гимнастика для глаз;
- пальчиковая гимнастика;
- массаж и самомассаж;
- физкультминутка;
- подвижные игры.



Формы организации здоровьесберегающей работы



Утренняя гимнастика



Физкультурные занятия



Самостоятельная деятельность





Подвижные, спортивные игры



Бодрящая гимнастика



Пальчиковая гимнастика



Дыхательная гимнастика



Гимнастика для глаз



Занятия из серии «Здоровье»



Работа с родителями



Вывод

Использование здоровьесберегающих технологий в ДОУ и семье имеет огромное значение в процессе оптимизации двигательной активности, способствует разностороннему развитию, укреплению здоровья детей и овладению навыками самооздоровления.





16

«Качели»

- * улыбнуться
- * открыть рот
- * кончик языка за верхние зубы
- * кончик языка за нижние зубы



17

«Часики»

- * улыбнуться, открыть рот
- * кончик языка (как часовую стрелку) переводить из одного уголка рта в другой



18

«Блинчик»

- * улыбнуться
- * приоткрыть рот
- * положить широкий язык на нижнюю губу



Спасибо
за
внимание!

