



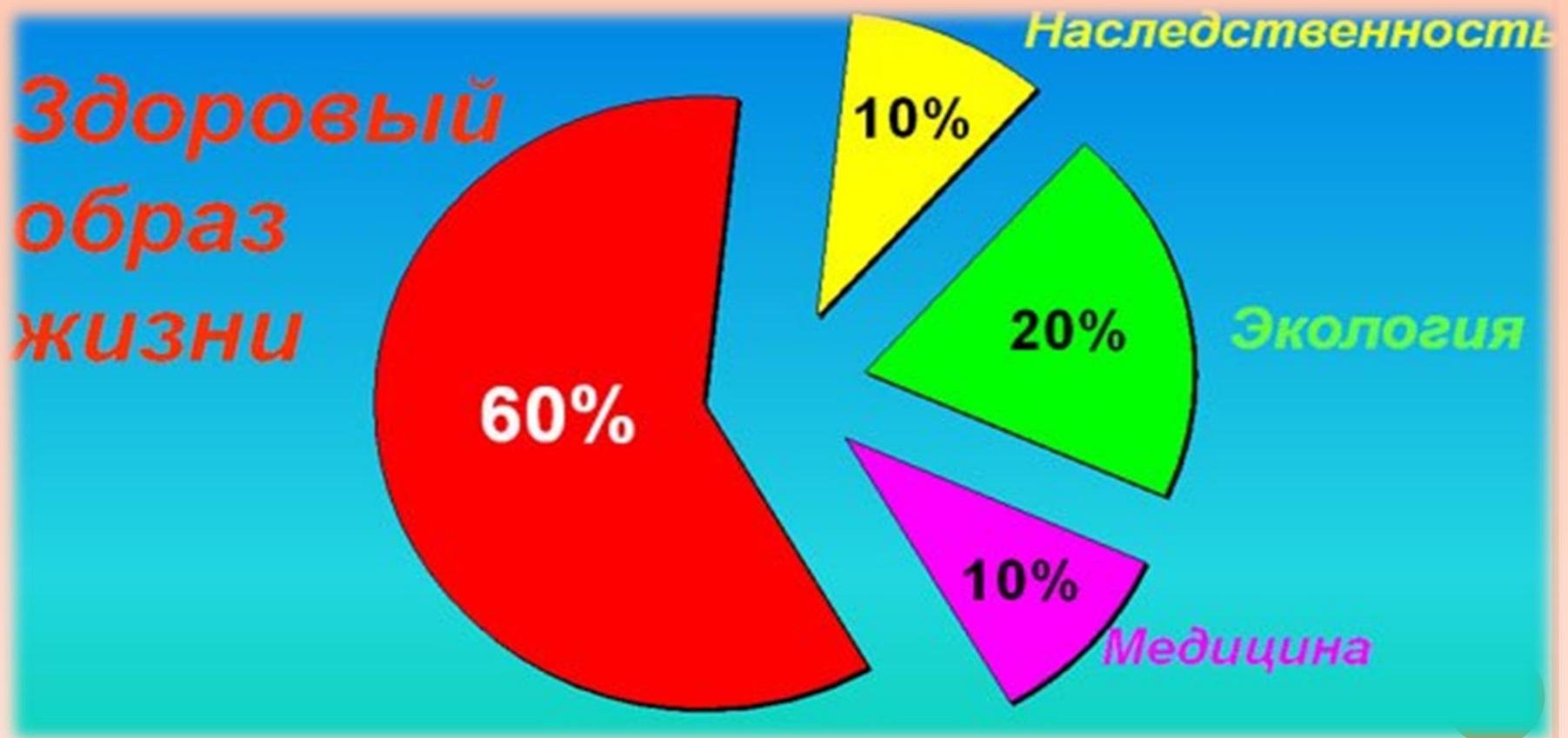
"Здоровье - это состояние физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов" (ВОЗ, 1948 г.)

«Здоровье – это не просто отсутствие болезней, а физическая, психологическая и социальная гармония человека, доброжелательные отношения с другими людьми, с природой и самим собой.»

И.И. Брехман

"Именно здоровье людей должно служить главной "визитной карточкой" преуспевающего общества", — считает автор доктор мед. наук И.И.Брехман. Следует, по его мнению, все силы общества привлечь к первичной профилактике.

От чего зависит здоровье?



Здоровьесбережение в ДОУ

- Здоровьесбережение воспитанников
- Здоровьесбережение педагогов



Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании

- ***медико-профилактические;***
- ***физкультурно-оздоровительные;***
- ***технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;***
- ***здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;***
- ***валеологического просвещения родителей;***
- ***здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.***



Цели здоровьесберегающих технологий в детском саду

- *Обеспечение и поддержание здоровья воспитанников на высоком уровне.*
- *Формирование осознанного отношения ребенка к своему здоровью.*
- *Формирование умения поддерживать свое здоровье.*
- *Поддержание связи с родителями в работевалеологической направленности.*
- *Просвещение взрослых в плане культуры здоровья.*



- **Закаливание**
- **Подвижные игры**
- **Пальчиковая гимнастика**
- **Дыхательная гимнастика (упражнения)**
- **Артикуляционная гимнастика**
- **Ленивая гимнастика**
- **Тонизирующая гимнастика**
- **Ритмопластика**
- **Степ-аэробика**
- **Валеологические распевки**
- **Хождение босиком**
- **Тактильные дорожки**
- **Профилактика плоскостопия**
- **Игровой массаж, самомассаж**
- **Сказкотерапия**
- **Музыкотерапия**
- **Двигательные фантазии**
- **Театрализация**
- **Гимнастика для глаз**
- **Коммуникативные игры и танцы**
- **Свободное музицирование**
- **Динамические паузы**



Двигайся больше – проживешь дольше

Доброе слово лечит, а злое калечит

Где гнев, там и вред

Умеренность – мать здоровья

Утро встречай зарядкой, провожай – прогулкой

Кто хвори не поддается, тот здоровым остается

