



**«Здоровьесберегающие  
технологии»**

**в ГОУ РК «Санаторная школа-  
интернат №1» г. Воркуты**





« 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 воспитаннику 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**



# Виды здоровьесберегающих технологий в ОУ

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



# Формы организации здоровьесберегающей работы





# Утренняя гимнастика





# Физкультурные занятия





# Подвижные, спортивные игры







# Питание и гигиена





# Закаливание





# Гимнастика после сна





## Дыхательная гимнастика



## Пальчиковая гимнастика





## *Прогулка на свежем воздухе*





# Технологии музыкального воздействия, релаксация





# Работа с родителями





# Профилактика простудных заболеваний- физиопроцедуры







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

**Поэтому в нашем ОУ непрерывно ведется работа по изучению и внедрению эффективных технологий и методик оздоровления.**