**Родительское собрание на тему: «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»**

Цель: познакомить родителей с современными здоровьесберегающими технологиями ДОУ;

Задачи:

* показать применение технологий в ходе работы с детьми дошкольного возраста (презентация - Я здоровым быть хочу);
* дать соответствующие рекомендации по данному вопросу.

Здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

Здоровьесберегающая технология - это система мер, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Виды здоровьесберегающих технологий:

Динамические паузы (физкультминутки) (рекомендуются для всех детей в качестве профилактики при утомлении) ;

Подвижные и спортивные игры (проводятся ежедневно в соответствии с возрастом детей) ;

Релаксация (проводится для всех возрастных групп, при этом используется спокойная музыка, звуки природы) ;

Гимнастика пальчиковая (рекомендована всем детям, особенно с речевыми проблемами) ;

Гимнастика для глаз (проводится ежедневно с младшего возраста в зависимости от зрительной нагрузки) ;

Гимнастика дыхательная (проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы) ;

Гимнастика бодрящая (проводится ежедневно после дневного сна) ;

Гимнастика ортопедическая (проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы, рекомендована детям с плоскостопием) ;

Стретчинг (упражнения на растягивание, рекомендован детям со среднего возраста с вялой осанкой и плоскостопием) ;

Гимнастика утренняя (ежедневно, утром, перед завтраком во всех группах) ;

Комплексное закаливание (с младшего дошкольного возраста : обливание стоп, полоскание горла водой комнатной температуры, ходьба по ребристой поверхности)

Игровой самомассаж (в зависимости от поставленных целей, сеансами либо в различных формах физкультурно-оздоровительной работы с детьми старшего возраста) ;

Ресурсы:

* Здоровьесберегающей деятельности в детском саду
* Закон «Об образовании»
* Концепция дошкольного воспитания от 16.06.89 №7/1
* Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.2660-10
* Устав образовательного учреждения
* Приказ Минздрава России от 30.06.09 №186/272 «О совершенствовании системы медицинского обеспечения детей в образовательных учреждениях»
* Инструктивно-методическое письмо Минобразования России «О гигиенических требованиях, максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения» от 14.03.00.
* <http://dohcolonoc.ru/cons/2734-zdorovesberegayushchie-tekhnologii-v-dou.html>

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |