

МБДОУ ДСКВ №86
«Былинушка»

Памятка для родителей
***Что такое здоровьесберегающие
технологии***

Воспитатель
Костина Л.А.

Нижневартовск

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании - технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

Некоторые виды:

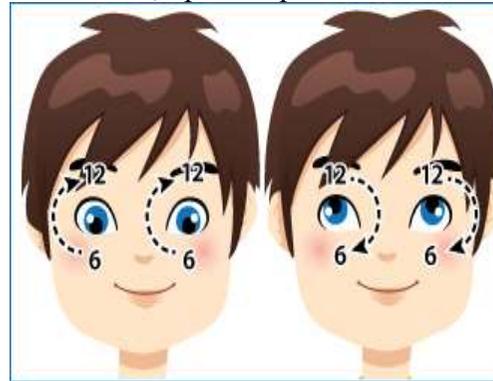
- **Утренняя гимнастика.** У детей формируются ритмические навыки и умения.



- **Пальчиковая гимнастика.** Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, внимание, кровообращение.



- **Гимнастика для глаз.** Способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращению.



- **Дыхательная гимнастика.** У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации его работы в целом.



- **Артикуляционная гимнастика** – упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения, помогает быстрее «поставить» правильное звукопроизношение.



- **Самомассаж** выполняется самим ребенком. Улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов. Самомассаж – это профилактика простудных заболеваний, сколиозов, вегетативных дистоний, он тонизирует весь организм. Проводится в игровой форме (веселые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения).

