**Здоровьесбережение в ДОУ**

Памятка для воспитателей.



***Береги себя смолоду***

*(французская пословица)*

***Болен – лечись, а здоров – берегись***

*(русская пословица)*

***Здоровому каждый день праздник***

*(турецкая пословица)*

Разработала::

Инструктор по физической культуре

Рослова Н.С.

2015г.

**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.

***Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ):***

***Словарь терминов по здоровьесберегающим технологиям***

***(по Деркунской В А.)***

Системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участникам;

- качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровье учащихся и педагогов;

- технологическая основа здоровьесберегающей педагогики.

Цель:

**Сформировать у детей осознанное отношение ребенка к здоровью и жизни, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать его. Этот вид деятельности предполагает воспитание валеологической культуры, или культуры здоровья, дошкольников.**



**Методы и приёмы к решению возникающих проблем:**- проведение НОД и бесед с дошкольниками о необходимости соблюдения режима дня, о важности гигиенической и двигательной культуры, о здоровье и средствах его укрепления, о функционировании организма и правилах заботы о нем, приобретение навыков здорового образа жизни, знаний и правил безопасного поведения, разумных действий в непредвиденных ситуациях.

**Формы организации здоровьесберегающей работы:**

* физкультурные занятия
* самостоятельная деятельность детей
* подвижные игры
* утренняя гимнастика (традиционная, дыхательная, звуковая)
* двигательно-оздоровительные физкультминутки
* физические упражнения после дневного сна
* физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами
* физкультурные прогулки (в парк, на стадион)
* физкультурные досуги
* спортивные праздники
* оздоровительные процедуры в водной среде.

*«Выше руки, шире плечи*

*123- дыши ровней*

*От зарядки и закалки*

*Будешь крепче и сильней!»*

2015г.