



### Десять золотых правил здоровьесбережения:

Соблюдайте режим дня!

Обращайте больше внимания на  
питание!

Больше двигайтесь!

Спите в прохладной комнате!

Не гасите в себе гнев, дайте  
вырваться ему наружу!

Постоянно занимайтесь  
интеллектуальной деятельностью!

Гоните прочь уныние и хандру!

Адекватно реагируйте на все  
проявления своего организма!

Старайтесь получать больше  
положительных эмоций

Желайте себе и окружающим  
только добра!

### Здоровьесберегающие технологии

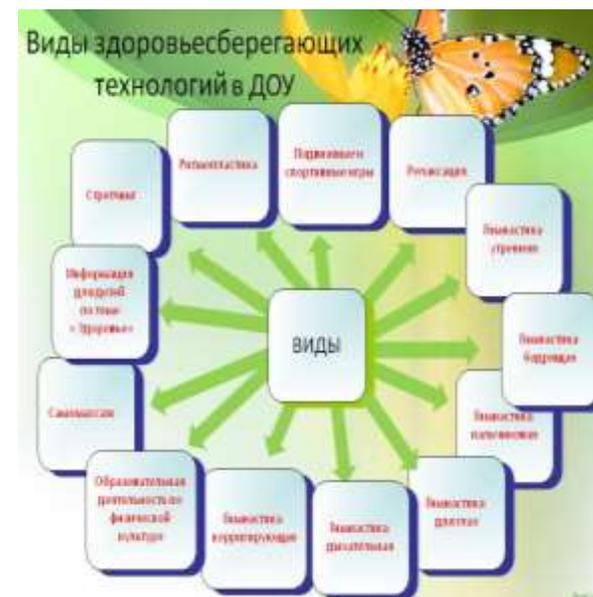
- это система мер,  
включающая взаимосвязь и  
взаимодействие всех факторов  
образовательной среды,  
направленных на сохранение  
здоровья ребенка на всех  
этапах его обучения и  
развития.

### ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ

### ТЕХНОЛОГИИ В ДОУ

*Единственная красота,  
которую я знаю,- это  
здоровье.*

*Генрих Гейне*



## Группы здоровьесберегающих Технологий



### Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, артикуляционная гимнастика, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая



### Технологии обучения здоровому образу жизни:

Физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия, коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж, биологическая обратная связь (БОС) .

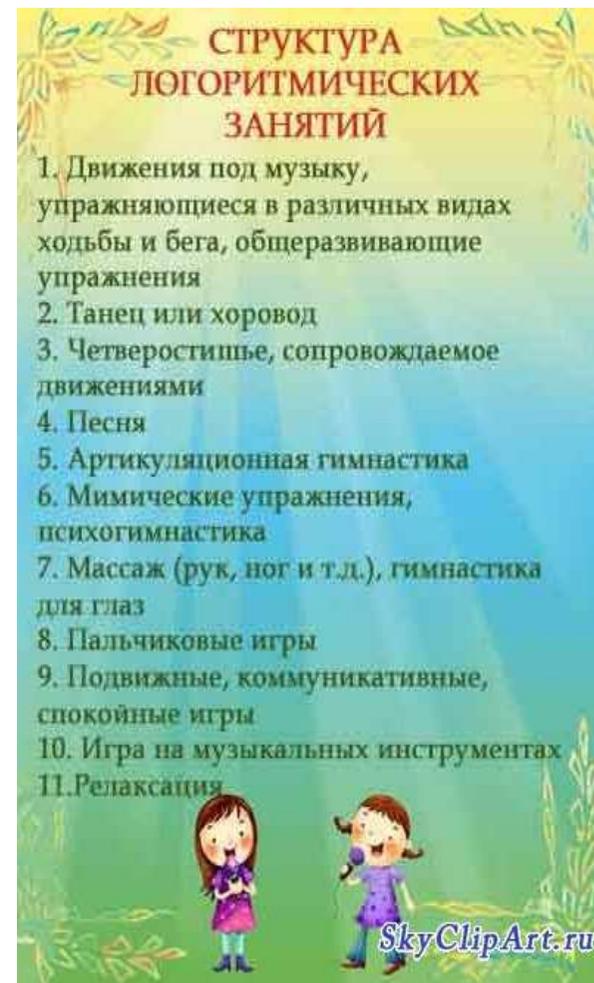


### *Коррекционные технологии:*

арттерапия, пескотерапия , технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.

### **ЛОГОРИТМИКА**

*Логоритмика – это система разнообразных игр и упражнений, в которых речь соединяется с движением.*



Подготовила воспитатель:

Колесникова О.П.

Март 2021г.