

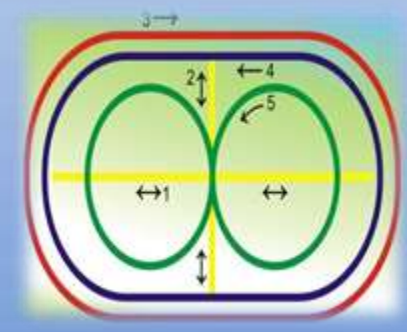
Муниципальное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида №59»

**Мастер – класс для педагогов**  
**«Здоровьесберегающие**  
**технологии в ДОУ»**

воспитатель : Козловская Ольга Анатольевна

Новомосковск, 2022

**Здоровьесберегающие технологии в ДОУ - это технологии, направленные на сохранение, поддержание и обогащение здоровья субъектов образовательного процесса в ДОУ: детей, их родителей и педагогов.**



# Благодаря использованию здоровые сберегающих технологий у детей происходит:

- улучшение памяти, внимания, мышления;
- повышение способности к произвольному контролю;
- улучшение общего эмоционального состояния;
- повышается работоспособность, уверенность в себе,
- стимулируются двигательные функции;
- снижается утомляемость;
- развивается дыхательный и артикуляционный аппарат;
- стимулируется речевая функция.



# Психогимнастика



# Самомассаж

Самомассаж - это одна из разновидностей массажа, в которой человек, производя давление на определенные участки собственного тела, повышает свой жизненный тонус, избавляется от усталости и спасает себя от возможных заболеваний.



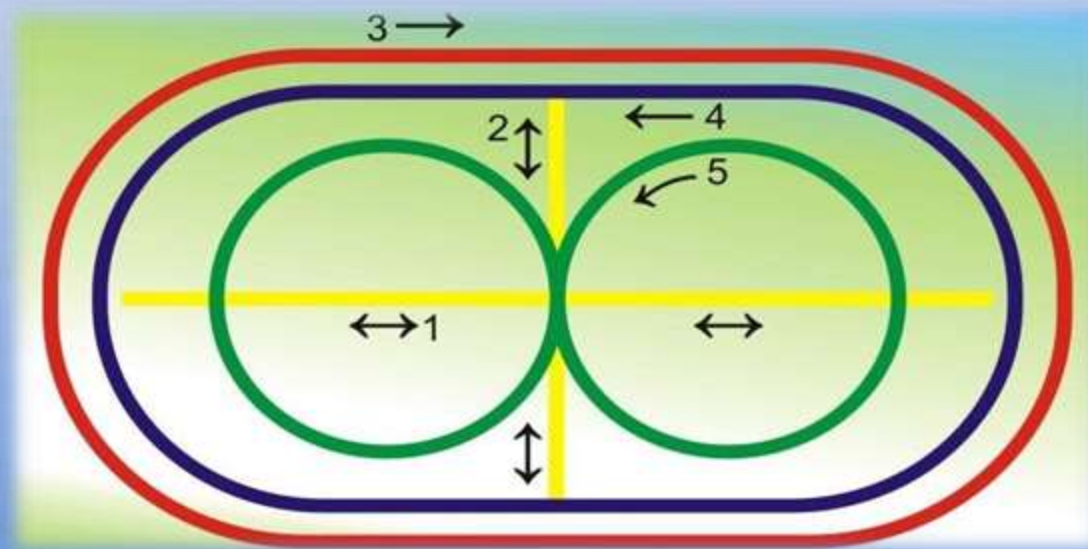
# Цветотерапия

Цветотерапия - это одно из самых перспективных и надежных методов лечения и оздоровления . Цвет служит мощным стимулятором эмоционального и интеллектуального развития детей.



# Зрительная гимнастика

Если мы хотим ,чтобы у наших детей было хорошее зрение, мы должны на своих занятиях уделять достаточно много времени гимнастике глаз. Зрительная гимнастика проводится в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения.



# Точечный массаж

В результате точечного массажа укрепляются защитные силы организма. И он сам начинает вырабатывать «лекарства», которые намного безопаснее таблеток.



# Дыхательная гимнастика

Важную роль в оздоровлении играет развитие дыхательного аппарата. Чем раньше дыхательные упражнения включаются в методику знаний, тем больше эффект.





**ТОЧКА 7.**

Массаж этой точки улучшает кровоснабжение зоны глазного яблока и лобных

отделов мозга

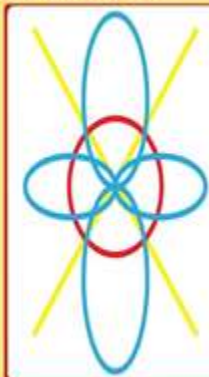


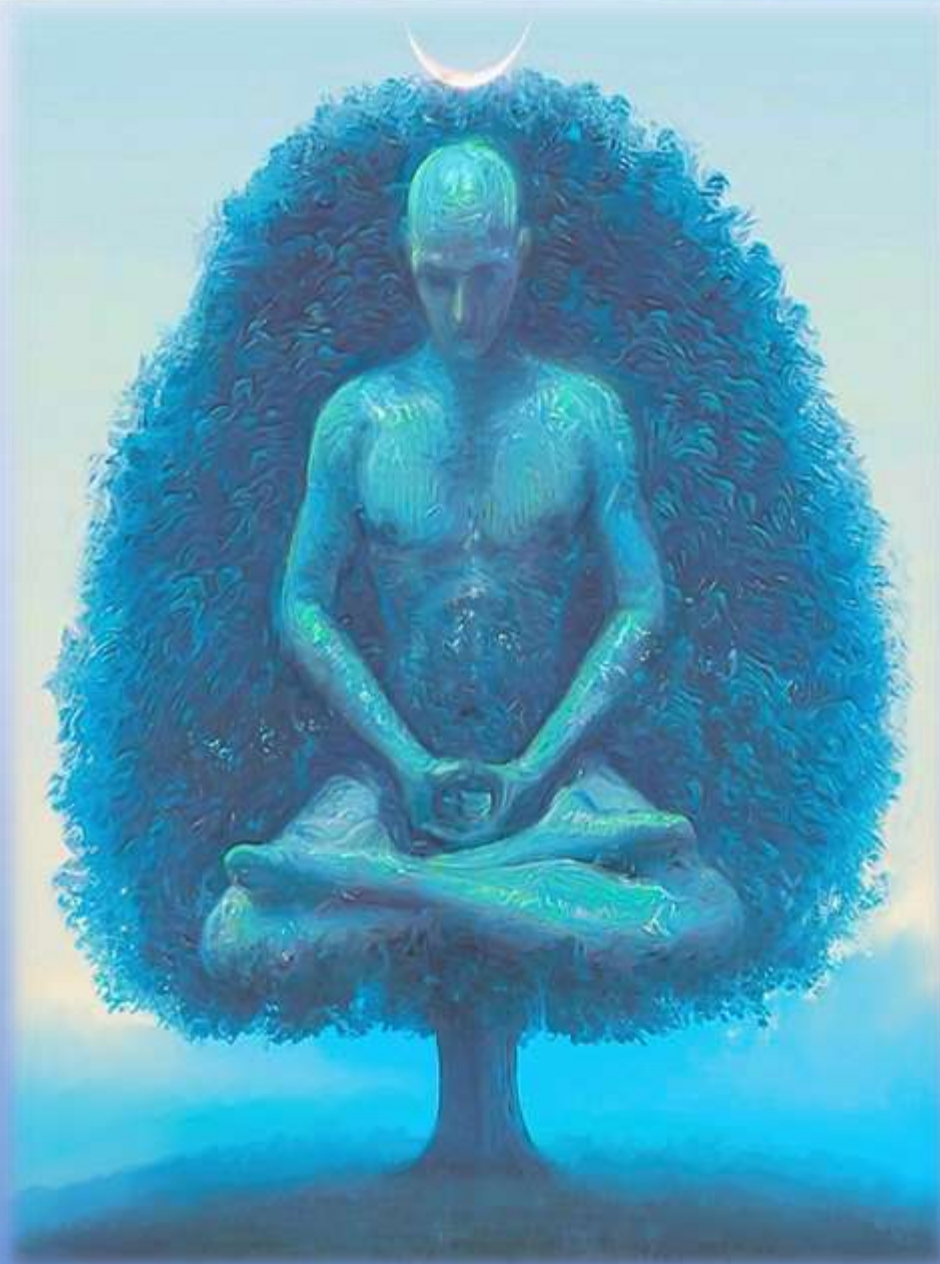
**ТОЧКА 8.**

Эта точка контролирует органы слуха и вестибулярный аппарат



**Гимнастика для глаз**





**Здоровья Вам!!!**

