

Здоровьесберегающие технологии

Целью здоровьесберегающих технологий является обеспечение ребенку возможности сохранения здоровья, формирование у него необходимых знаний, умений, навыков по здоровому образу жизни.

Провожу комплекс физкультурно-оздоровительных мероприятий, направленных на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка — технологии развития физических качеств, закаливание босохождением по массажным коврикам с использованием спортивного инвентаря (гимнастические палки, мячи, и т.д.), самомассаж, различные виды гимнастик: утренняя, дыхательная, пальчиковая, гимнастика для глаз, игровая; физкультурные упражнения на развитие физических качеств детей; динамические и подвижные игры, игры-забавы, физминутки, спортивные аттракционы, эстафеты; оздоровительные сеансы, прогулки-походы; физкультурные праздники и развлечения; семейные праздники с элементами физкультуры и спорта







Применение в моей работе здоровьесберегающих технологий привело к достижению следующих результатов:

- повышение уровня развития физических способностей детей;
- стабильность эмоционального благополучия каждого ребенка;
- снижение уровня заболеваемости.

