

Муниципальное Бюджетное Дошкольное
Образовательное Учреждение Детский сад 164

Семинар-практикум для родителей

«Использование
здоровьесберегающих
технологий в детском
саду и дома»

Воспитатель Рандэ Елена
Александровна

З
д
о
р
о
в
ь
е
с
б
е
р
е
г
я
ю
щ
и
е
Т
е
х
н
о
л
о
г
и

Утренняя зарядка

Артикуляционная гимнастика

Дыхательная гимнастика

Гимнастика для глаз

Пальчиковая гимнастика

Массаж, самомассаж

Физкультминутка

Подвижные игры

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В ГОРОД ЗДОРОВЬЯ



УПРАЖНЕНИЕ «Зарядка»

Общеукрепляющие упражнения игрового характера синхронизируют работу обоих полушарий головного мозга, повышают устойчивость внимания, способствуют улучшению запоминания, активизируют переключение на новую деятельность.



Артикуляционная

У Л И Ц А

УПРАЖНЕНИЕ «ЗАБОРЧИК»

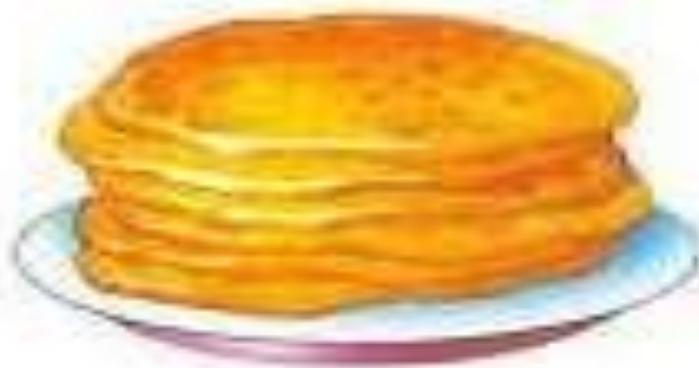
Артикуляционная гимнастика необходима для тренировки подвижности и переключаемости органов, отработки определённых положений губ, языка, правильного произношения всех звуков.



Артикуляционная

УЛИЦА

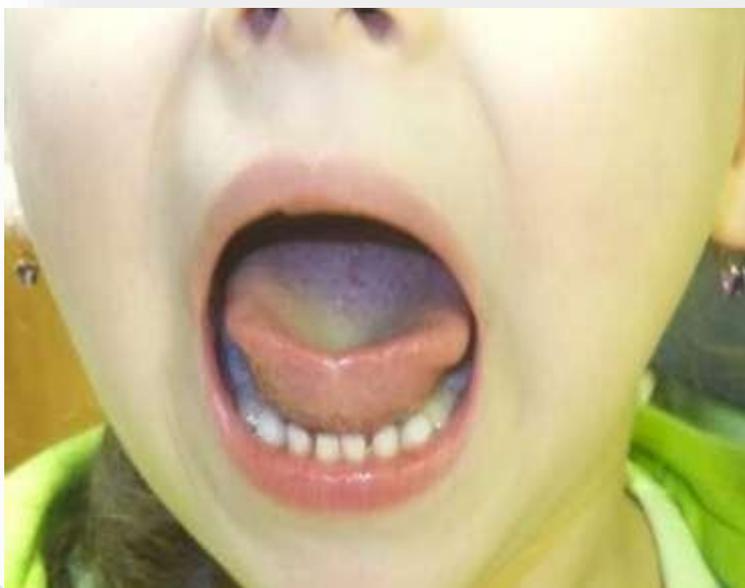
УПРАЖНЕНИЕ «БЛИНЧИК»



Артикуляционная

УЛИЦА

УПРАЖНЕНИЕ «ЧАШЕЧКА»



Дыхательная

У Л И Ц А

УПРАЖНЕНИЕ «ЦВЕТОЧЕК»

Дыхательные упражнения способствуют развитию и укреплению грудной клетки, направлены на закрепление навыков диафрагмально - речевого дыхания.

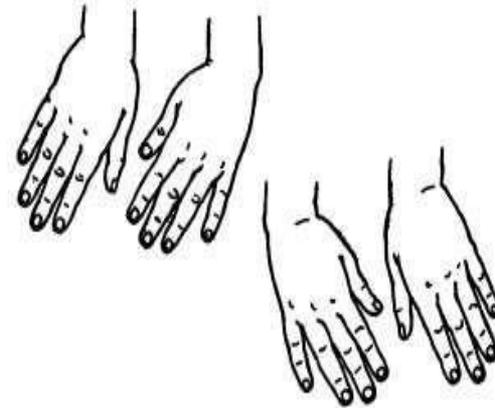


Самомассажная

У Л И Ц А

УПРАЖНЕНИЕ «ДОЖДИК»

Самомассаж - метод воздействия изменяющий состояние мышц, создает положительные кинестезии необходимые для нормализации произносительной стороны речи.



Психогимнастическая

У Л И Ц А

УПРАЖНЕНИЕ «ЁЖИК».

Су-джок терапия - стимуляция высокоактивных точек соответствия всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стопах.

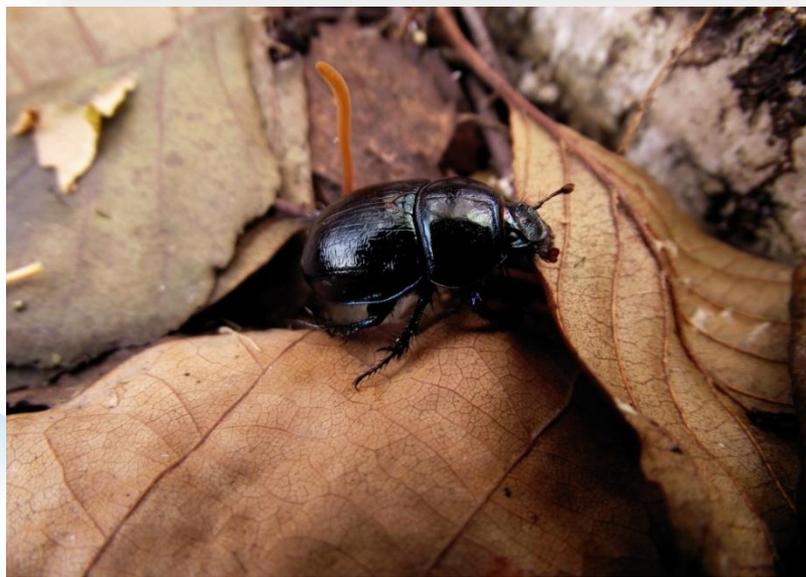


Пальчиковой гимнастики

У Л И Ц А

УПРАЖНЕНИЕ «Жучок»

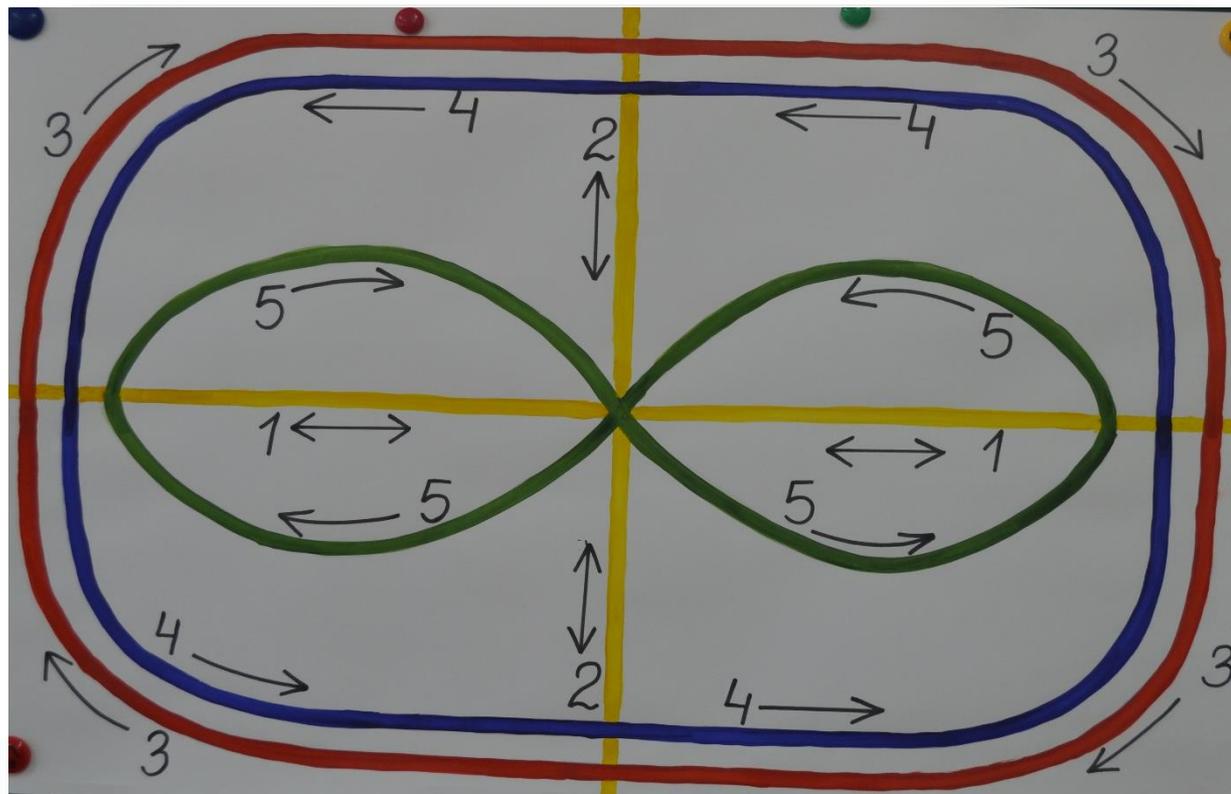
Пальчиковая гимнастика способствует навыкам мелкой моторики, повышает работоспособность коры головного мозга, развивает психические процессы



Зрительной гимнастики

У Л И Ц А

УПРАЖНЕНИЕ «Офтальмотренажер»



Динамической паузы

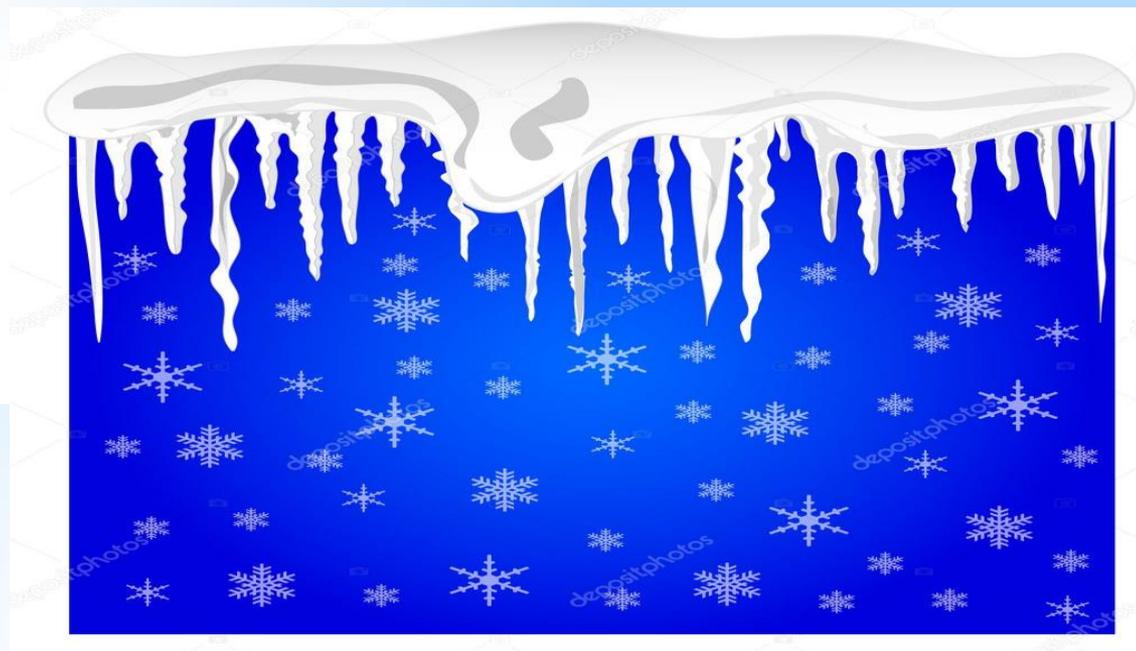
У Л И Ц А

УПРАЖНЕНИЕ «ЧАСЫ»



Подвижная
УЛИЦА

ИГРА МАЛОЙ ПОДВИЖНОСТИ «ЗИМА»



ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В ГОРОД ЗДОРОВЬЯ



Спасибо за участие!