

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад № 164»**

**Мастер – класс
для педагогов по формированию культуры здорового
образа жизни у дошкольников
«Быть здоровым – здорово!»**

**Подготовила: воспитатель
Кот Елена Сергеевна**

г. Барнаул
2022г.

Цель:

Распространение педагогического опыта по применению здоровье сберегающих технологий в воспитательно - образовательном процессе.

Задачи:

- **Формирование элементарных представлений о здоровье сберегающих технологиях и возможностях их применения.**
- **Познакомить педагогов с разнообразными приемами и методами, которые оказывают положительное воздействие на здоровье воспитанников.**
- **Познакомить с методикой их проведения**

Забота о здоровье - это важный труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

(В.А. Сухомлинский)

Что же такое
«здоровьесберегающие технологии?»



Здоровьесберегающие технологии

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

Здоровьесберегающие технологии, используемые в воспитательно - образовательном процессе



Составляющие здорового образа жизни



Гимнастика после сна



Дыхательная гимнастика



Пальчиковая гимнастика



Гимнастика для глаз



Спасибо за внимание...