

Применении здоровьесберегающих технологий в практике работы с детьми второй группы раннего возраста.

Воспитатели Баранова Е.Н. и Швецова В.К.

Здоровье необходимо всем – и детям, и взрослым. Будущее нашей страны- это здоровые дети. Из этого следует, что укрепление здоровья в детском саду – первостепенная задача педагогического и медицинского персонала.

Во второй группе раннего возраста «Горошинки» проводится комплекс мероприятий, направленный на обеспечение условий для укрепления здоровья детей:

- ✓ соблюдение санитарно–гигиенического режима;
- ✓ утренняя гимнастика в проветренном помещении;
- ✓ дыхательная гимнастика (2–3 раза в день);
- ✓ пальчиковая гимнастика (2–3 раза в день);
- ✓ гимнастика в постели после дневного сна;
- ✓ хождение босиком по массажным коврикам;
- ✓ прогулка на свежем воздухе;
- ✓ подвижные игры;
- ✓ физкультурные занятия.

К самым популярным видам здоровьесберегающих технологий используемых в работе с детьми раннего возраста относится дыхательная и пальчиковая гимнастика. Они представляет собой систему упражнений, которые входят в комплекс коррекционной работы по укреплению общего здоровья ребенка.

Дыхательная гимнастика развивает дыхательную мускулатуру, улучшает кровообращение в верхних отделах дыхательных путей и повышает сопротивляемость к простудным заболеваниям, а также выносливость при физических нагрузках.

Пальчиковая гимнастика способствует развитию речи, осязательных ощущений, координации движений пальцев и рук и творческих способностей дошкольников.

Дыхательные упражнения:

"Сдуваем снежинку с ладошки"



"Дуем через трубочку"



Пальчиковые гимнастики:

"Дружная семья"



"Веселый платочек"

