

МАДОУ ЦРР детский сад №150 «Алый парус» г. Пензы

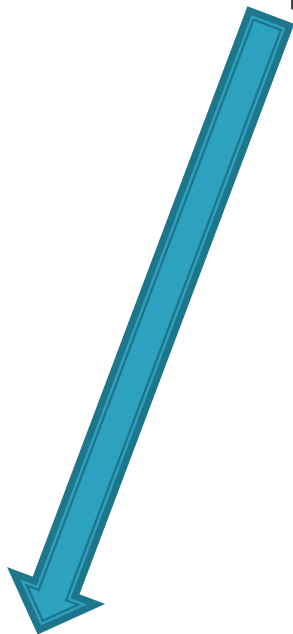
Педагогические таланты России. Всероссийский информационно-образовательный портал профессионального мастерства педагогических работников.

Номинация : «Здоровый я – здоровая страна», в рамках Национальной стратегии здоровьесбережения (из опыта работы).

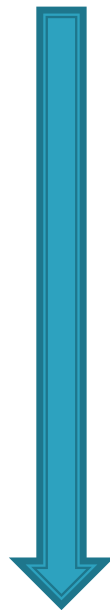
Воспитатели: Темнова Г.И.
Дасаева А.Ф.

г. Пенза, 2022

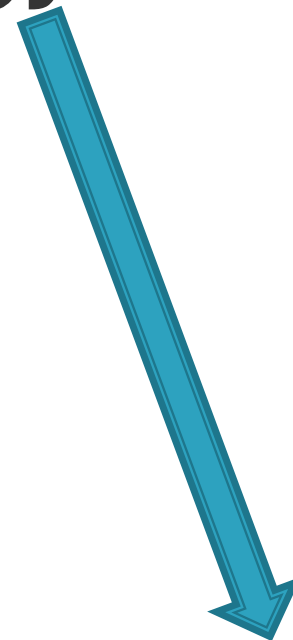
Здоровьесберегающие технологии в ДОУ



**Дыхательная
гимнастика**



**Зрительная
гимнастика**



**Корригирующая
гимнастика**

Дыхательный тренажер «Зонтик»



Примеры игр: «Разбуди бабочку»,
«Подуй на листик, на снежинку» и др.
Детали тренажера
меняются в
зависимости от
тематики недели, от
времени года.

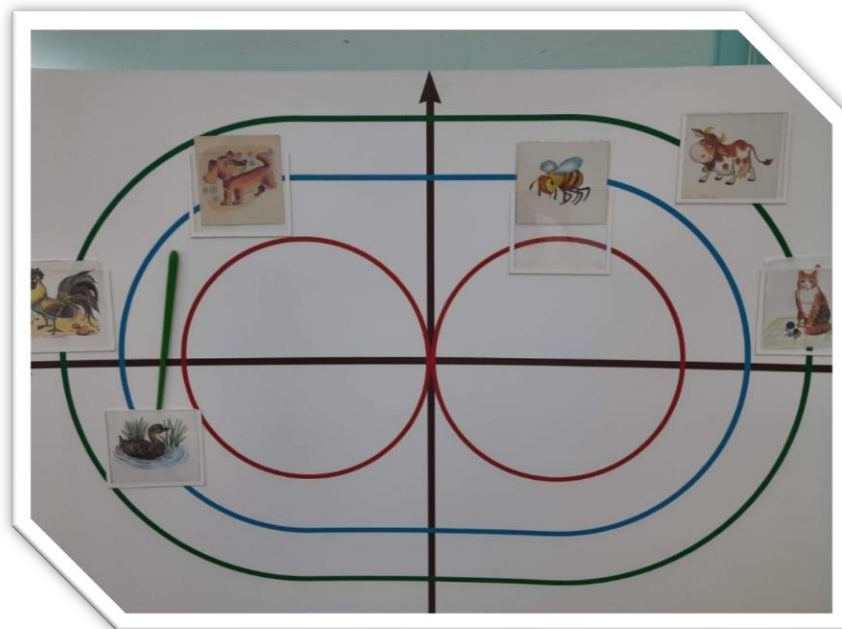


Тренажеры «Воздушный футбол» и «Саксофон»



Дыхательная гимнастика– это один из способов закаливания детского организма, поскольку обеспечивается наиболее полная вентиляция легких , тренируются мышцы дыхательного аппарата

Тренажер для коррекции зрения



Зрительная гимнастика способствует улучшению кровообращения; расслаблению мышц и совершенствованию сложных движений глаз.

Примеры игр:

«Помоги пчелке долететь до цветка», «Полет бабочки», «Лягушка спешит домой» и др.

Тренажер «Массажные перчатки»



Многофункциональный тренажер «Цилиндры»



Массажеры : «Дорожка здоровья», «Су-джок» , «Твистер»



Корригирующая гимнастика повышает общий тонус организма, развивает различные группы мышц, укрепляет иммунитет и улучшает эмоциональное состояние ребенка. Примеры игр: «Сказочная гимнастика», «Гимнастика маленьких волшебников».