

Использование здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности

Таирова Р. С.

Воспитатель МБДОУ «Детский сад № 6»



Здоровьесберегающие технологии - это система мер, направленных на улучшение здоровья участников образовательной деятельности (дети, педагоги, родители)

На сегодняшний момент в дошкольных учреждениях большое внимание уделяется здоровьесберегающим технологиям, главным фактором которых является рациональная организация учебного процесса, соответствие методик обучения, способствующих развитию индивидуальных возможностей ребенка.

Компоненты
здоровья

```
graph TD; A[Компоненты здоровья] --> B[соматический]; A --> C[нравственный]; A --> D[психический]; A --> E[личностный];
```

соматический

нравственный

психический

личностный

**Ритмопласти
ка**

**Речь с
движением**

**Пальчиковая
гимнастика**

**Фонопедиче
с-кие
упражнения**

**В
образовательн
ой
деятельности
используются
следующие
виды
оздоровления**

**Психогим-
настика**

**Артикуляци-
онная
гимнастика**

**Дыхательна
я гимнастика**

Речь с движением



стимулирует развитие речи

развивает пространственное мышление

развивает внимание, воображение

воспитывает быстроту реакции и эмоциональную выразительность

Пальчиковая гимнастика

стимулирует действие речевых зон коры головного мозга детей

совершенствует внимание и память

формирует ассоциативно-образное мышление

облегчает будущим школьникам усвоение навыков письма

Психогимнастика



снятие
эмоционал
ь-ного
напряжения

обучение уме-
нию
изобразить
выразительно
и
эмоционально
отдельные
эмо-

коррекция
настроения и
отдельных
черт
характера

обучение
ауто-
релаксации

Дыхательная гимнастика



корректирует
нарушения
речевого
дыхания

помогает
выработать
диафрагмальн
ое дыхание

помогает
выработать
силу и
правильное
распределени
е выдоха.

Артикуляционная гимнастика

**выработка качественных,
полноценных движений органов
артикуляции, подготовка к
правильному произнесению фонем.**

Фонопедические упражнения

развивают
носовое,
диафрагмальное,
брюшное
дыхание

стимулируют
гортанно-
глоточный
аппарат

стимулируют
деятельность
головного мозга

Ритмопластика



развивает
чувство ритма,
музыкальный
слух и вкус

развивает
умение
правильно и
красиво
двигаться

развивает
умение
чувствовать и
передавать
характер
музыки

укрепляет
различные
группы мышц и
осанку

*Педагоги дошкольных
учреждений,
в том числе и музыкальные
руководители, комплексно
решают задачи физического,
интеллектуального,
эмоционального и личностного
развития ребенка, активно
внедряя в этот процесс наиболее
эффективные технологии
здоровьесбережения.*

Основная форма образовательной деятельности в ДОУ речевое развитие (логопедические минутки, артикуляционная гимнастика), в ходе которых осуществляю систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование развития речевых способностей ребенка.

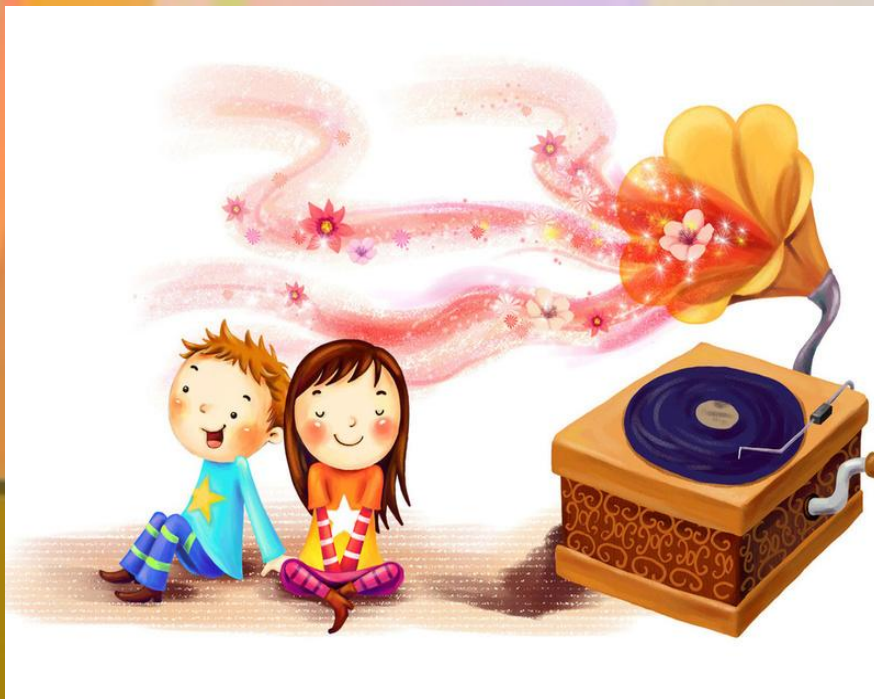
Начинаю НОД с валеологической жизнеутверждающей потешки

Речевые игры сопровождаю ритмическими движениями, а танцевальную импровизацию совмещаю с музыкотерапией

Перед НОД- занимаюсь с детьми дыхательной гимнастикой и оздоровительной гимнастикой для ГОЛОСОВЫХ СВЯЗОК



**Слушание музыки и
разучивание текстов песен
в совместной деятельности
можно перемежать с
игровым массажем или
пальчиковой игрой**



**Речевые игры сопровождаю с
музыкально- ритмическими
движениями , а танцевальную
импровизацию совмещаю с
музыкотерапией**



***Проведение
здоровьесберегающих
упражнений и игр занимает
совсем немного времени - 1-2
минуты***

***Но это приносит детям
огромное удовольствие, а
самое главное - пользу для
здоровья и их эмоционального
благополучия.***

Например, логоритмическая гимнастика является одной из форм активного отдыха, наиболее благоприятного для снятия напряжения после долгого сидения.

Кратковременные физические упражнения детей под музыку, вызывая возбуждение других отделов мозга, усиливают кровообращение и создают благоприятные условия отдыха для ранее возбужденных отделов.

*Логоритмические упражнения
объединены в комплексы
общеразвивающих упражнений,
которые выполняются в положении
стоя и сидя. В них задействованы все
группы мышц – как шейного отдела,
плечевого пояса, так и мышцы спины и
ног; некоторые упражнения направлены
на укрепление мышц брюшного пресса.*

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

Основная цель артикуляционной гимнастики - выработка полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем.

Артикуляционные гимнастики Е. Косиновой, Т. Куликовской, В. Цвынтарного способствуют тренировке мышц речевого аппарата, ориентированию в пространстве, учат имитации движений животных. В результате этой работы у наших детей повышаются показатели уровня развития речи детей, певческих навыков,



Пальчиковые игры.

Важное место в образовательной деятельности занимают пальчиковые игры и сказки, которые исполняются как песенки или произносятся под музыку.

Игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к рисованию, письму), соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление на основе устного русского народного творчества



Музыкотерапия - важная составляющая музыкально-оздоровительной работы в ДОУ. Это создание такого музыкального сопровождения, которое способствует коррекции психофизического статуса детей в процессе их двигательно-игровой деятельности.

Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. Утром встречают детей, укладывают спать, поднимают после дневного сна под соответствующую музыку, используют ее в качестве фона для занятий, свободной деятельности.

**Образовательная
деятельность с
использованием
технологий
здоровьесбережения
эффективны при учете
индивидуальных и
возрастных особенностей
каждого ребенка, его
интересов. Успех занятий
невозможен без
совместной деятельности
музыкального
руководителя и
воспитателя, который**



**Спасибо
за внимание!**

