

**«Использование  
инновационных и  
здоровьесберегающих  
технологий в работе с  
детьми  
дошкольного возраста»**

Выполнила Родионова Т.А.



*”Истоки способностей и дарований детей – на кончиках пальцев. От них идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли. Другими словами: чем больше мастерства в детской руке, тем умнее ребенок.”*

*В. А. Сухомлинский*

*«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным ,  
сделайте его крепким и здоровым»*

*Ж.Ж.Руссо*

*Здоровье – бесценный дар, потеряв его в  
молодости не найдёшь до самой старости.  
Так гласит народная мудрость.*

## Цель работы:

**«Использование инновационных и здоровьесберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста через различные виды деятельности».**

## Задачи:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- воспитание культурно-гигиенических навыков;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
- организовать соответствующую предметно-развивающую среду в группе для стимулирования самостоятельной деятельности детей;
- создать условия для физического и психического развития у детей дошкольного возраста с использованием инновационных и здоровьесберегающих технологий в играх и специальных упражнениях;
- привлечь родителей для активного участия во всех мероприятиях, проводимых в детском саду, по использованию инновационных и здоровьесберегающих технологий в развитии речи детей.

**Выделяют три группы технологий:**

**1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:** Стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая.

**2. Технологии обучения здоровому образу жизни:** Физкультурное занятие, проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия), коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж, биологическая обратная связь (БОС).

**3. Коррекционные технологии:** Арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.

## 1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья

**АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА:** отработка правильных движений и определенных положений органов артикуляции, необходимых для произнесения правильного звука.

**ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА:** это система дыхательных упражнений, направленная главным образом на профилактику и лечение заболеваний связанных с органами дыхания

**ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ :** система упражнений, способствующих общему развитию

**РЕЛАКСАЦИЯ :** комплекс расслабляющих упражнений, снимающих напряжение мышц рук и ног, мышц шеи и речевого аппарата.

**ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА :** Пальчиковая гимнастика в стихах – это очень полезная программа для развития моторики у детей разного возраста так как в психическом развитии человека очень многое определяется тем, насколько он управляет своими руками. Также она способствует развитию речи и творческих способностей.

## 2. Технологии обучения здоровому образу жизни

-Физкультурное занятие- - деятельность человека, направленная на укрепление здоровья, развитие физических способностей. Является частью общей культуры человека, а также частью культуры общества.

-Проблемно-игровые ситуации, коммуникативные игры,

-Занятия из серии «Здоровье»(занятия по валеологии)

-Самомассаж, точечный самомассаж.

### **3. Коррекционные технологии**

**1. Арттерапия-** (от английского “art-therapy”) – буквально означает «лечение искусством».

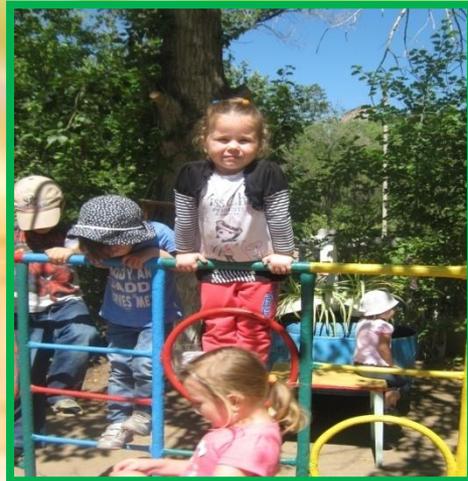
Существует множество разновидностей арт-терапии, основанных на работе с разными видами искусства:

изотерапия (все, что связано с изобразительным искусством: рисование, живопись, лепка и т.д.)

**2. Сказкотерапия** Обыгрывание ситуаций с любимыми героями сказок

Правила организации сказкотерапии для дошкольников: Простое прочтение сказки не несет в себе терапевтической нагрузки. Следует обыграть, проинсценировать, тщательно проанализировать, сделать оценки и выводы по ее содержанию; Содержание сказки должно соответствовать возрасту, потребностям и возможностям ребенка; Содержание сказки и используемые методические приемы по ее анализу должны в полной мере решать поставленную задачу; Передача ребенку знаний, правил поведения, сглаживание конфликта в процессе знакомства с содержанием сказки и его анализом должно проходить в уместной, ненавязчивой, дружеской и искренней обстановке; Знакомство ребенка со сказкой должно быть дозированным. Сначала это может быть просто рассматривание иллюстраций к сказке и знакомство с ее героями. Затем описание и анализ поступков героев. После чего выражение своего отношения к героям сказки и их поступкам, а также определение правильной модели поведения.

Игровой стретчинг – это творческая деятельность, при которой дети живут в мире образов, зачастую не менее реальных для них, чем окружающая действительность. Реализация игровых возможностей в целях оздоровления и развития ребенка и составляет суть стретчинга. Все занятия проводятся в виде сюжетно-ролевой или тематической игры, состоящей из взаимосвязанных ситуаций, заданий и упражнений. Ежедневное проведение упражнений стретчинга и включение их во все физкультурно – оздоровительные формы работы в дошкольном учреждении приводит к общему укреплению, развитию организма. Утренняя гимнастика с элементами «игрового» стретчинга создает организованное начало, ровное, бодрое настроение у занимающихся. Как правило, утренняя гимнастика начинается с ходьбы, которая воздействует на все мышечные группы, постепенно вовлекая в работу все системы организма, но при этом нагрузка на него незначительна. Для того чтобы разогреть стопу, повысить ее гибкость, включается ходьба разными способами. Поскольку утренняя гимнастика является ежедневной формой работы, то целесообразно во время ходьбы разнообразить размещение детей в пространстве: использовать перемещение змейкой, зигзагообразно, двумя колоннами в разные стороны, по диагонали. Это позволит снять монотонность, однообразие занятий, физиологическая нагрузка при этом будет определяться пройденным расстоянием, произойдет увеличение психологической нагрузки, что вызовет у детей сосредоточенность.)





### **Прогулки на свежем воздухе**

Идеальный вариант для детей дошкольного возраста. С ними в детском саду нужно гулять по 2-3 раз в день от 30 минут до 2 часов. Ребенок на прогулках активен, много и с удовольствием двигается.

### **Ходьба босиком**

Отличный вариант. Сначала пустите ребенка бегать в комнате по жесткому ковру, бугристому коврику, потом и на улице – по песку и траве.

Начинать такое закаливание в ДО или дома можно выделяя ограниченное время для процедур - от получаса и только постепенно дойти до нескольких часов в день.

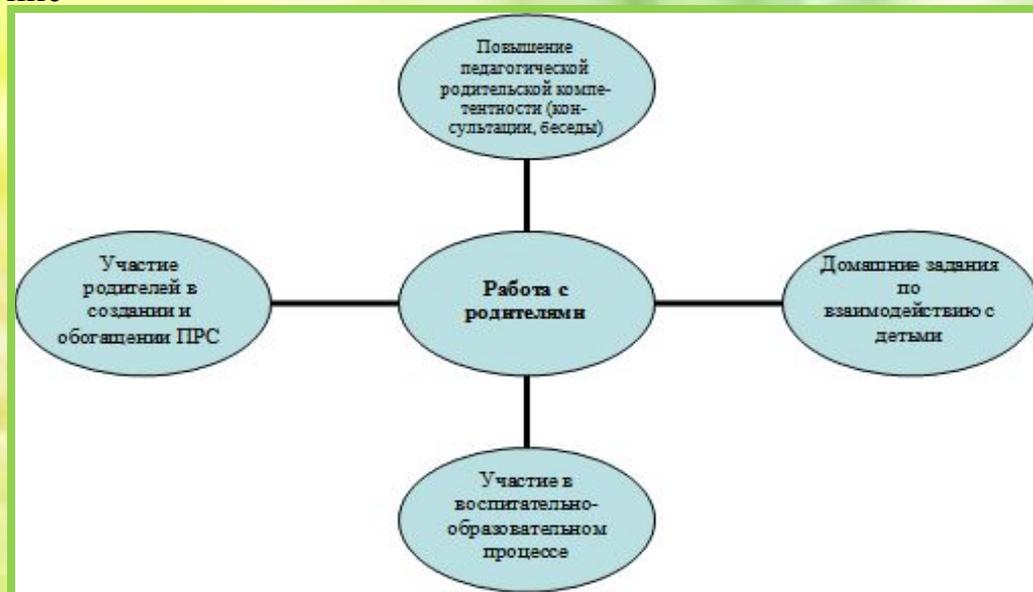


## Циклограмма планирования работы на неделю

Дни недели		
понедельник	Организованная-учебная деятельность	Рисование/пальчиковая гимнастика
	Индивидуальная работа с детьми	Упражнения на повторение фигур из пальцев(серия игр)
вторник	Организованная-учебная деятельность Индивидуальная работа с детьми	Конструирование/пальчиковая гимнастика .Развитие графической моторики (рисование по трафаретам, фигурным линейкам, штриховка)
среда	Организованная-учебная деятельность	Лепка/аппликация (пальчиковая гимнастика)
	Индивидуальная работа с детьми	Театрализованная деятельность( пальчиковый театр, театр кукол )
четверг	Организованная-учебная деятельность	ФЭМП (пальчиковая гимнастика)
	Индивидуальная работа с детьми	Использование элементов ТРИЗ( тестопластика, рисование свечой и т.д.)
пятница	Организованная-учебная деятельность	Упражнения на координацию движений (серия игр)
	Индивидуальная работа с детьми	Работа с бумагой(вырезание ножницами, сгибание листа бумаги и т.д.)



Предметно-развивающая среда в группе



Работа с родителями



## **Комплекс игр и упражнений предусматривал работу по четырем этапам:**

### **1 этап. Пальчиковый игротренинг :**

- гимнастика в стихах, скороговорками;
- игры с палочками; с шариками;
- самомассаж пальчиков;
- массаж пальчиков массажером;
- пальчиковый театр; театр теней;
- использование физкультминуток, игр с мячом.

### **2 этап. Развитие графической моторики:**

- штриховка, знакомство с тетрадью;
- работа с трафаретами, рамками Монтессори;
- контур предмета (обведи рисунок, соедини по точкам), копирование (по точкам, на кальку);
- дорисовка (по принципу симметрии);
- волшебные узоры;
- лабиринты, ориентировка в пространстве листа;
- графические диктанты.

### **3 этап. Творческий:**

- работа с пластилином, глиной, соленым тестом с использованием природного материала;
- работа с бумагой: аппликации разного вида, оригами;
- нетрадиционные техники рисования: кистью, пальцами, зубной щеткой, свечой, тампоном и т.д.;
- ниткография.

### **4 этап. Дидактические игры:**

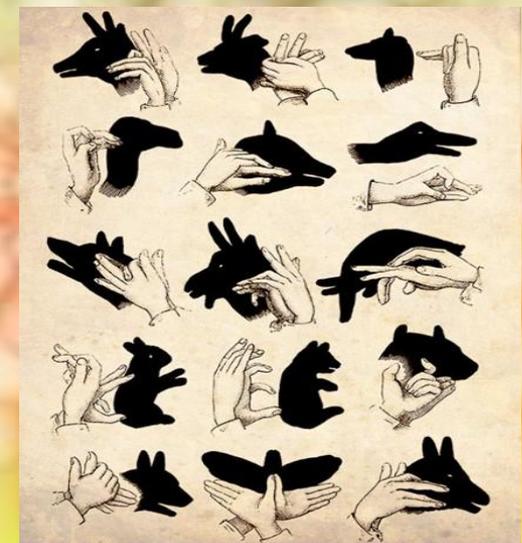
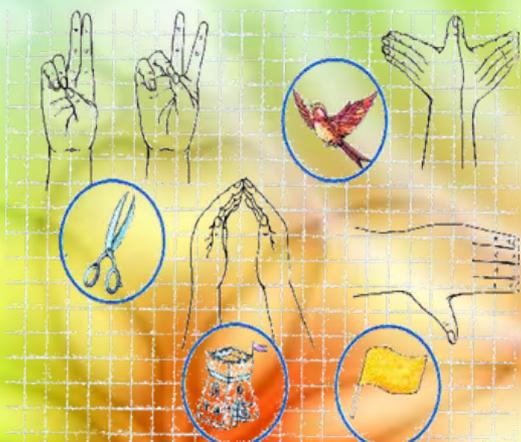
- шнуровка М. Монтессори;
- игры с мелкими предметами (нанизывание бус, колечек, пуговиц);
- пазлы, мозаика, работа с конструктором лего и т.д..

# 1 этап. Пальчиковый игротренинг

23. «Колокольчик». Локти поставить на стол, пальцы обеих рук образуют замок. Средний палец одной руки опущен вниз, как язычок колокольчика, и ребенок им двигает.



24. «Летит оса». Пальцы сжать в кулак, один поднять вверх. Выполнить им вращательные движения. Повторить другими пальцами.



## Принципы здоровьесберегающих технологий:

- “Не навреди!”
- Принцип сознательности и активности.
- Принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса.
- Принцип всестороннего и гармонического развития личности.
- Принцип доступности и индивидуальности.
- Принцип систематичности и последовательности.
- Принцип системного чередования нагрузок и отдыха.
- Принцип постепенного наращивания оздоровительных воздействий, адекватности.

**ОСНОВНОЙ ПРИЧИНОЙ УСПЕШНОЙ РАБОТЫ В  
ДАННОМ НАПРАВЛЕНИИ МОЖЕТ ЯВЛЯТЬСЯ  
ТОЛЬКО НАЛИЧИЕ СИСТЕМНОСТИ.**

**Творческих всем успехов!**

