

# 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.*

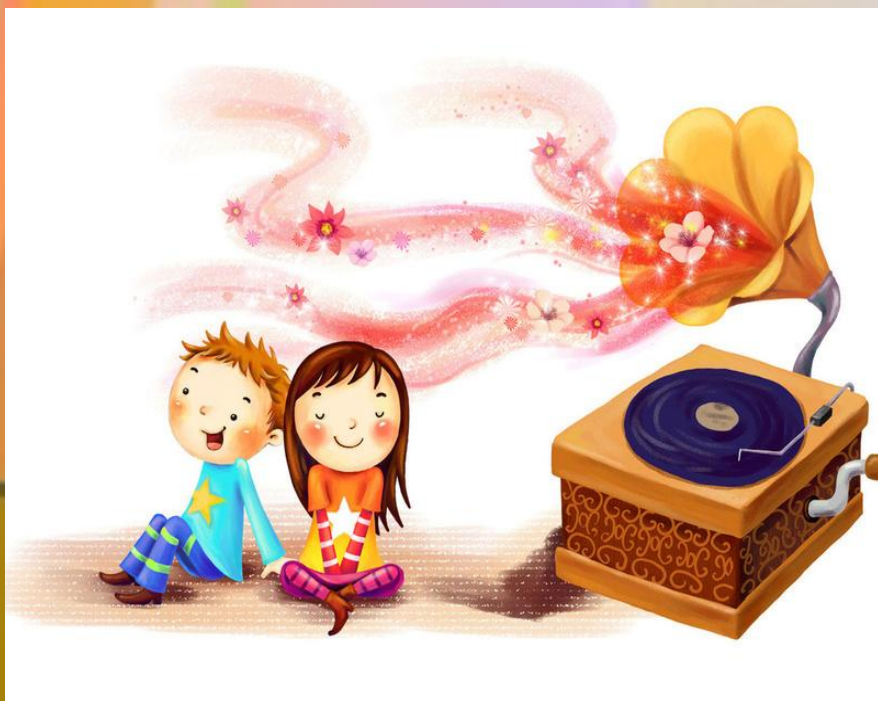
## Начинаю НОД с валеологической жизнеутверждающей потешки

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 двигательной-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!**

