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
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 пространст-венное мышление

развивает внимание, воображение

воспитывает быстроту реакции и эмоциональную выразительность

Пальчиковая гимнастика

стимулирует действие речевых зон коры головного мозга детей

совершенст-вует внимание и память

формирует ассоциатив-но-образное мышление

облегчает будущим школьникам усвоение навыков письма

Психогимнастика

снятие эмоционал ь-ного напряжения

обучение уме-нию изображать выразительно и эмоционально отдельные эмо-

коррекция настроения и отдельных черт характера

обучение ауто-релаксации

Дыхательная гимнастика

корректирует нарушения речевого дыхания

помогает выработать диафрагмальное дыхание

помогает выработать силу и правильное распределение выдоха.

Артикуляционная гимнастика

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

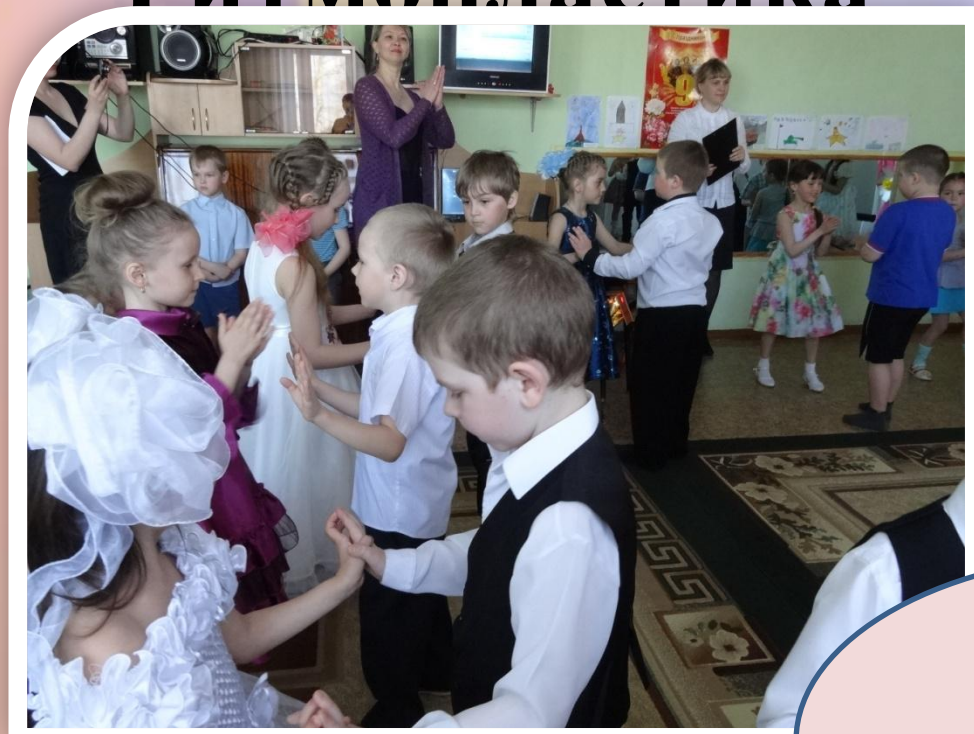
Фонопедические упражнения

развивают носовое, диафрагмальное, брюшное дыхание

стимулируют гортанно-глоточный аппарат

стимулируют деятельность головного мозга

Ритмопластика



укрепляет различные группы мышц и осанку

развивает чувство ритма, музыкальный слух и вкус

развивает умение правильно и красиво двигаться

развивает умение чувствовать и передавать характер музыки

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 совмещаем 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!