

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО КОМИТЕТА ЧИСТОПОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН»

“ТАТАРСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ЧИСТАЙ МУНИЦИПАЛЬ РАЙОНЫ БАШКАРМА КОМИТЕТЫНЫҢ МЭГАРИФ ИДАРӘСЕ”
МУНИЦИПАЛЬ КАЗНА УЧРЕЖДЕНИЯСЕ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №2 «РАДУГА»
ЧИСТОПОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

ТАТАРСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ЧИСТАЙ МУНИЦИПАЛЬ РАЙОНЫ
МӘКТӘПКӘЧӘТӘРБИЯ ҺӘМ БЕЛЕМ БИРУ
МУНИЦИПАЛЬ БЮДЖЕТ УЧРЕЖДЕНИЕСЕ
“2 НЧЕ НОМЕРЛЫ ГОМУМ ҮСЕШ ТӨРЕНДӘГЕ БАЛАЛАРБАКЧАСЫ “САЛАВАТ КУПЕРЕ”

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ ДОШКОЛЬНОГО ДЕТСТВА В КОНТЕКСТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС ДО

*Сборник материалов
II зональной педагогической конференции
среди педагогов дошкольных образовательных учреждений
8 апреля 2016г.*

*в рамках деятельности
муниципального ресурсного центра «Здоровый ребенок»*

г. Чистополь – 2016г.

Рекомендовано к печати МКУ «Управление образования Исполнительного комитета Чистопольского муниципального района Республики Татарстан»

Редакционная комиссия:

методист по дошкольному воспитанию МКУ «Управление образования Исполнительного комитета Чистопольского муниципального района Республики Татарстан» О.В. Маслакова, заведующий МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №2 «Радуга» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан Л.К. Арсентьева

Составитель и технический редактор:

руководитель муниципального ресурсного центра «Здоровый ребенок» И.В. Подъячева

Здоровьесбережение дошкольного детства в контексте реализации ФГОС ДО. Сборник материалов II зональной педагогической конференции среди педагогов дошкольных образовательных учреждений (8 апреля 2016г.) – МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №2 «Радуга» Чистопольского муниципального района Республики Татарстан, 2016г. - 129 с.

Материалы конференции представляют широкий спектр подходов, технологий, позволяющих добиться реального и стабильного успеха в такой сложной проблеме, как сохранение и укрепление здоровья детей. Многие презентации опыта работы транслируют возможности современного детского сада в оптимизации здоровьесберегающих и здоровьесформирующих условий в рамках реализации инновационных подходов и новых требований к модернизации образовательных процессов в дошкольном образовательном учреждении (Федеральный государственный образовательный стандарт).

Данные материалы адресованы педагогам дошкольных образовательных учреждений и могут быть использованы в теории и практике работы дошкольных образовательных организаций.

ПРОФИЛАКТИКА ПЛОСКОСТОПИЯ ПОСРЕДСТВОМ ОРТОПЕДИЧЕСКИХ КОВРИКОВ

А.А. Артемьева, воспитатель

*МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №2 «Радуга»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Одним из важных направлений в работе по закаливанию является профилактика плоскостопия. Все мы знаем 1000 и 1 способ ведения этой работы, но нужно идти в ногу со временем и технологиями. Поэтому я решила применить на практике Ортопедические коврики медицинского центра ОРТОДОН.

Эти коврики сейчас очень популярны и широко используются, т.к. они очень практичны (их можно без труда мыть), они безопасны (изготовлены из поливинилхлорида и сертифицированы), также они достаточно компактны для хранения и не занимают много места. И что немало важно при их производстве использованы нетоксичные и безопасные красители, которые придают этим коврикам достаточно яркий и приятный для зрения цвет. А это важно в работе с дошкольниками.

Наши коврики произведены из ПВХ, но также аналогичные коврики производят из разных материалов, например, в Великобритании из производят из винила с антибактериальным покрытием и ткани на основе вспененного полиэтилена. В Китае при производстве ортоковриков используют пластиковые камешки. В России в основном используют силикон и силиконовый каучук.

Коврики разные по фактуре. Коврик «трава» - очень мягкий и приятный для ног, полное ощущение настоящей травы. Коврик «шипы» достаточно упругий, и под ногой чувствуется более жестким. Коврик «камешки» двух видов жесткий и мягкий. Что важно для применения этих ковриков практически нет противопоказаний, за исключением открытой раны ноги и грибкового заболевания ступней. Ортопедические коврики предназначены для массажа стоп, усиления кровообращения, тренировки мышц, формирования голеностопного сустава, укрепления голени, снятия усталости, профилактики сколиоза.

К данным коврикам прилагается инструкция от производителя с рекомендованными упражнениями для детей-дошкольников. А именно: «Тропа здоровья», «Великан и гномик», «Качели», «Важная цапля», «Трусливый заяц», «Веселый мячик», «Танцующий медвижонок».

Как творческий педагог, я разработала свои авторские упражнения, опираясь на возраст и физическую подготовку своих воспитанников. И применила их на практике. Чтобы проследить эффективность применения ортоковриков я продиагностировала наличие плоскостопия у воспитанников моей группы в начале работы с ковриками. Диагностика показала, что у 9 из 18 обследованных детей плоскостопия не выявлено – это 50%. У 5 детей – это 28%, наблюдалось незначительное отклонение от нормы развития ступни. У 4 детей – это 22%, было выявлено ярко выраженное плоскостопие. Затем в течение нескольких месяцев вела целенаправленную работу в группе по профилактике плоскостопия у моих маленьких воспитанников с использованием ортопедических ковриков и разработанных мной упражнений. Промежуточная диагностика в марте 2016_ показала положительную динамику у детей с явно выраженным плоскостопием: а именно степень плоскостопия стала незначительно отклоняться от нормы у 30% детей - 6 человек. А также у детей, у которых показатели незначительно отклонялись от нормы, повторная диагностика отклонений не обнаружила. Новых случаев проявления плоскостопия у воспитанников за приведенный период не выявлено.

Упражнения, разработанные мной.

Первое упражнение называется «Цаплины качели» (в соответствии с инструкцией).

Следующее упражнение «Солнышко на пяточках» (в соответствии с инструкцией). Продолжим наше оздоровление упражнением «Лилипутские шажочки» (в соответствии с инструкцией).

Упражнение «Ласточка» (в соответствии с инструкцией), выполненное на ортоковрике не только профилактически влияет на наше плоскостопие, но и укрепляет мышцы ног, спины, упражняет нас в равновесии.

Упражнение «Летим» (в соответствии с инструкцией) дарит нам заряд бодрости.

Также можно выполнить на орто-ковриках гимнастику пробуждения по методике Е. Железновой «У жирафа пятна- пятна...» Коврики раскладываются в виде дорожки по кругу, дети ходят по дорожке, выполняя упражнения по тексту песни. Профилактика плоскостопия происходит за счет разной нагрузки на ступню, при выполнении различных упражнений на различных по фактуре ковриках. Дети идут по кругу и каждый раз выполняя наклоны останавливаются на разных орто-ковриках, что обеспечивает усиление кровообращения, массаж ступни и благотворно влияет на организм детей после дневного сна. Прodelывая данные упражнения, мы одновременно проводим профилактику плоскостопия и закаливание: воздушные ванны, хождение босиком, выполнение физических упражнений при открытом доступе свежего воздуха (в теплую погоду открыта форточка или окно), или в заранее хорошо проветренном помещении (в холодное время года).

Таким образом, применение ортопедических ковриков в рамках профилактики плоскостопия у детей дошкольного возраста, помогает укрепить их здоровье, разнообразить образовательно - воспитательный процесс в группе, приучить воспитанников к двигательной активности и воспитывать у них положительные отношения к здоровому образу жизни. А самое главное достичь конкретных положительных результатов, о которых я сказала выше.

Литература:

1. Вавилова Е.Н. «Укрепление здоровья детей». М.1995 г.
2. Красикова А.С. «Профилактика лечения плоскостопия». М., 2002г.

Конспект мастер- класса «Моя Галактика»

Е.Л. Выборнова, воспитатель

МБДОУ «Детский сад пристра и оздоровления №14 «Подсолнушек» ЧМР РТ

Цель: Формирование у участников мастер-класса педагогических знаний и навыков, позволяющих им организовать эффективный воспитательно-образовательный процесс, повышение их профессиональной компетентности в вопросе сохранения и укрепления социального, нравственного, психологического здоровья воспитанников.

Задачи:

Создать атмосферу ценностного отношения к теме.

Обучать эффективным формам работы по развитию эмоциональной, коммуникативной сферы воспитанников, направленных на сохранение и укрепление их социального, нравственного, психологического здоровья и формирование мотивации на самопознания своего «Я».

Учить анализировать личностные особенности каждого воспитанника.

Оптимизировать взаимоотношения между участниками мастер-класса, развивать желание сотрудничать и решать общие задачи в осуществлении воспитательно-образовательного процесса с воспитанниками.

Тип мастер-класса: комбинированный.

Вид мастер-класса: изложение теоретического материала, практическая работа.

Методы обучения:

Краткое научно-методическое обоснование выбранной темы.

Представление содержания методов и приёмов работы.

Проведение фрагмента деятельности с демонстрацией приёмов работы.

Самостоятельная практическая деятельность участников.

Анализ результатов.

Рефлексия.

Средства: фоновая музыка, средства ИКТ, демонстрационная презентация, с изображением звездного неба, лист бумаги синего и белого цветов, вырезные звезды разной величины и цвета, материал для рефлексии (солнышко, тучка закрыта наполовину солнышком, грозовая туча).

Структура мастер-класса:

Организационный момент (1мин).

Презентация педагогического опыта(2 мин).

Имитационная игра-упражнение (1 мин).

Моделирование (1мин).

Анализ результатов и расшифровка деятельности(1мин).

Дискуссия по результатам совместной деятельности. Рефлексия (1мин)

Ход мастер - класса:

1.Организационный момент

- Тот, кому в руки, я передам клубок, называет свое имя и пожелание здоровья, призывая к ЗОЖ и положительному эмоциональному состоянию всем присутствующим (например: «Я желаю всем здоровья, не забывайте делать утреннюю зарядку» или «Я желаю всем здоровья, будьте всегда в хорошем настроении»). Клубок можно передавать любому рядом стоящему человеку, а так же впереди сидящим людям и наоборот. Закручивая, нить вокруг своей ладони, не обрываем нашу цепочку. Итак, мы с вами познакомились, у нас получилась команда, и можем начать работу.

2.Презентация педагогического опыта

«Каждый ребёнок в нашем мире имеет право на уровень жизни, необходимый для его физического, умственного, духовного, нравственного и социального развития»

Конвенция ООН о правах ребёнка

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать нам воспитателям детских садов.

Существует более 300 определений понятия «здоровье». Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

У нас уже давно стала крылатой фраза «Счастье – это когда тебя понимают», а это понимание не приходит само собой, этому надо научиться. Для того, что бы наши воспитанники были здоровы и счастливы, мы должны уметь понимать их, планировать и организовывать свою работу так, что бы вовремя предотвращать негативные переживания, дискомфорт, отклонения в развитии их эмоциональной и поведенческой сферах и тогда они будут здоровыми – в полном понимании этого слова.

Несомненно, мысли, чувства, поведение ребёнка неразрывно связаны между собой. Умение сопереживать детям, постигать их мысли, стимулировать их порывы, предупреждать конфликты, могут обеспечить успешное становление личности каждого ребёнка! Понимая, значимость и актуальность этой темы, разработала и реализую авторскую модифицированную программу «Скажем здоровью «Да!», в которой основные задачи направлены на охрану и укрепление физического и психического здоровья детей (в том числе их эмоционального благополучия), что соответствует требованиям ФГОС.

И я в этом году, усовершенствовала ее, включив, ещё один раздел «Азбука общения и эмоций», нацеленный на создание благоприятных условий в детском коллективе, способствующих сохранению, укреплению социального, нравственного, психологического здоровья воспитанников.

В рамках реализации программы, провожу различные упражнения, несущие диагностическую задачу и помогающие мне грамотно подойти к реализации принципа индивидуализации процесса в группе, создаю различные игровые ситуации, стимулирующие активность детей, побуждающие их сближению друг с другом, с окружающими взрослыми.

Сегодня я хочу предложить вам упражнение «Моя Галактика», цель которого изучение коммуникативной сферы; формирование мотивации на самопознание своего «Я»; активизация рефлексивных механизмов.

3.Имитационная игра-упражнение

На экране звездное небо, звучит красивая музыка «Лунная соната» Людвига Ван Бетховена. (Ведущий рассказывает) Каждый вечер на ночном небе зажигаются звезды. На первый взгляд, кажется, что все они одинаковы, но вот прошла минута-две, и мы замечаем, что одна звезда больше остальных, другие светят ярче, третьи отличаются светом, который шлут на землю: голубой, розовый, белый.

Каждый человек – как звезда: на первый взгляд – у нас много похожего, но если приглядеться – все мы уникальны, неповторимы, каждый единственный в своем роде. И у каждого есть свой мир, в котором он живет – своя Галактика.

Посмотрите, у нас есть кусочек Вселенной (лист бумаги синего цвета). Но на нем пока не видно ни одной звезды. Сейчас вы создадите свою Галактику, где будет столько звезд, сколько вы посчитаете нужным. Предлагаю, взять звездочку, любого понравившегося цвета и размера и приклеить ее на лист. У нас, получилась своя Галактика. А теперь найдите среди звезд ту, которая вас больше всего привлекает, - свою звезду. Запомните её – «Я». Всем оставшимся звездам присвойте имена своих друзей, и тех, кто ежедневно вас окружает, с кем тебе трудно общаться? В вашей Галактике не должно быть ни одной безымянной звезды.

Мы создали мир, в котором вы живете, выразили эмоциональное отношение к вашему социальному окружению.

4. Моделирование. Самостоятельная работа участников мастер-класса по разработке собственных моделей в режиме работы ведущего

5. Анализ результатов и расшифровка деятельности

А теперь давайте проанализируем:

Обратите внимание на то, где находится ваша звездочка «Я» и какого она размера: это говорит о вашей самооценке.

- Если она большая и находится в центре листа или выше – это говорит об эгоцентризме, желании быть всегда в центре внимания, высокой самооценке.

- Если ваша звездочка маленькая, находится где-то в уголке, вдали от других звезд, вам следует задуматься о том, не принижаете ли вы собственную значимость, какие у вас взаимоотношения с окружающими, может быть, вы избегаете, общения с другими людьми?

Цвет вашей звезды говорит о вашем эмоциональном состоянии, а также о вашем восприятии окружающих людей на эмоциональном уровне:

- Зеленый – вы видите себя или другого человека добросовестным, спокойным

- Синий – уравновешенный, несколько холодный

- Красный – дружелюбный, общительный, энергичный, уверенный, раздражительный.

- Розовый – нежный, чувствительный, уязвимый.

- Оранжевый – гибкий, добрый, отзывчивый, художественно одаренный, но поверхностный, преобладает хорошее настроение, интересы неустойчивые, потребность в увлечениях.

- Желтый – очень активный, открытый, общительный, веселый.

- Фиолетовый – беспокойный, эмоционально напряженный, имеющий потребности в душевном контакте.

- Коричневый – зависимый, чувствительный, расслабленный.

- Черный – молчаливый, эгоистичный, враждебный, отвергаемый.

- Серый – вялый, пассивный, неуверенный, безразличный.

Видя перед собой детскую работу, педагог может проанализировать все «звезды Галактики». Обратит внимание на звезды черного и серого цвета. Почему и, кому они достались? Какие отношения у ребенка с этими людьми? Почему? Как их изменить? Как ребенок чувствует себя в группе? Стремится ли он к лидерству?

6. Рефлексия

Методика «Эмоциональное письмо».



Понравилось



Не очень



Не понравилось

Прозрачное чудо

О.Н. Салеева, воспитатель

*МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №2 «Радуга»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Прозрачный мольберт – замечательный тренажер для детей с частичной потерей зрения. Нарушение остроты зрения затрудняет формирование реальных представлений об окружающем мире. В данном случае прозрачный мольберт является одним из средств отражения предметного мира. В процессе работы ребенок учится различать цвета и оттенки, размер предметов, их пространственное расположение. Низкая острота зрения у детей побуждают их наклоняться над столом, что приводит к нарушению осанки. Работая на вертикальной плоскости мольберта, можно предупредить возникновение вторичных нарушений. Выполняя работу стоя, ребенок может свободно двигаться, что является естественной потребностью в дошкольном возрасте. К тому же занятия на мольберте стимулируют познавательную активность ребенка, вызывая у него положительный эмоциональный отклик, позволяют фиксировать его внимание на происходящем и доставляют радость от совместного творчества с педагогом и детьми. Прозрачный мольберт представляет собой устойчивую деревянную раму с толстым стеклом.

Пособие универсально т.к. созданы условия благоприятные для зрительного восприятия при различных диагнозах: сходящиеся и расходящиеся косоглазие, миопия, астигматизм, гиперметропия. Выполняя задания в новых условия, на вертикальной плоскости повышается двигательная активность ребёнка, его эмоциональное состояние, ребёнок овладевает навыками сотрудничества.

В работе с пособием можно использовать стихотворения, потешки, песенки, музыкальные произведения, придумывать разнообразные истории, чтобы ещё больше заинтересовать ребенка, вызывая у него положительные эмоциональные чувства.

В процессе рисования дети испытывают разные чувства: радуются созданным ими красивым изображениям, огорчаются, если что-то не получается, но возможности мольберта позволяют быстро исправить неудачный рисунок, вытерев мокрой тряпочкой, и начать снова.

Мастер- класс для педагогов «Цветотерапия – здоровьесберегающая технология»

Новикова З.В., воспитатель

*МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 6» «Жемчужинка» Чистопольского
муниципального района РТ*

Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям. Здоровьесберегающая технология - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. Благодаря использованию здоровьесберегающих технологий происходит: - улучшение памяти, внимания, мышления; повышение способности к произвольному контролю; улучшение общего эмоционального состояния; повышается работоспособность, уверенность в себе; стимулируются двигательные функции; снижает утомляемость; развивается дыхательный и артикуляционный аппарат; стимулируется речевая функция;

Цветотерапия — это одно из самых перспективных и надежных методов лечения и оздоровления. Цвет служит мощным стимулятором эмоционального и интеллектуального развития детей.

Наверняка, каждый из нас хотя бы раз видел радугу и может с легкостью назвать цвета радуги по порядку. Запоминать цвета радуги по порядку нас учили еще в детстве. Помните знаменитую фразу: Каждый Охотник Желает Знать Где Сидит Фазан? А ведь это не что иное, как самая популярная мнемоническая фраза для того, чтобы запомнить цвета радуги по порядку. Первая буква каждого слова этой фразы соответствует первой букве в названии цвета.

Посему, цвета радуги по порядку звучат так: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый.

Красный обеспечивает здоровье, физическую силу, выносливость, устойчивость, уверенность в себе повышает внутреннюю энергию

Оранжевый Тёплый и энергичный цвет. Считается радостным, праздничным, цветом изобилия и молодости.

Помогает победить усталость, хандру, депрессию, неуверенность, тревогу и страх.

Желтый цвет солнечного света. Приводит чувства в движение, освобождает от негатива, который подрывает уверенность в своих силах, стимулирует умственную активность

Зеленый цвет лугов и лесов, олицетворяет мягкость и умиротворённость, уравновешенность и естественность. В силу того, что зеленый объединяет нас с природой, он помогает нам быть ближе друг к другу.

С голубым цветом ассоциируется прохлада, порядок, рациональность, дисциплина, честность и искренность, благородство

Синий – прежде всего это успокаивающий цвет.

Он способствует физическому и ментальному расслаблению, создает атмосферу безопасности и доверия.

Фиолетовый величественный, но очень противоречивый цвет. Он всегда присутствовал в одежде королей и духовенства.

В нём сталкиваются элементы спокойствия и активности, земного и божественного. Цвет вдохновения, творчества, мудрости и мистицизма.

Предлагаю педагогам выбрать буклеты

(В зависимости от выбранного цвета, педагогам дается задание)

Красный цвет буклета - Пальчиковая гимнастика.

Что дает пальчиковая гимнастика детям?

- Способствует овладению навыками мелкой моторики.
- Помогает развивать речь.
- Повышает работоспособность коры головного мозга.
- Развивает у ребенка психические процессы: мышление, внимание, память, воображение.
- Снимает тревожность

Вам нужно придумать движения и продемонстрировать гимнастику в соответствии с текстом (по щелчку):

Будем мы варить компот, (Левую ладошку держат «ковшиком»,

Фруктов нужно много. Вот: указательным пальцем правой руки «мешают».)

Будем яблоки крошить, (Загибают пальчики по одному,

Грушу будем мы рубить, начиная с большого.)

Отожмем лимонный сок,

Слив положим и песок.

Варим, варим мы компот. (Опять «варят» и «мешают».)

Угостим честной народ.

Оранжевый цвет буклета – релаксация. Это умение расслабиться, она помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение.

Релаксация «Штанга» (Клюева Н.В.)

Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса. (по щелчку)

Инструкция: «Представьте, что вы поднимаете тяжелую штангу. Наклонитесь, возьмите ее. Сожмите кулаки. Медленно поднимите руки. Они напряжены! Тяжело! Руки устали, бросаем штангу (руки резко опускаются вниз и свободно опускаются вдоль туловища). Они расслаблены, отдыхают. Легко дышится. Вдох – пауза, выдох – пауза».

Желтый цвет буклета.

Эмоциональную сферу можно рассматривать как один из фундаментальных внутренних факторов, определяющих психическое здоровье ребенка и становление его исходно благополучной психики. При помощи дидактических игр возможно формирование

эмоционального благополучия у детей дошкольного возраста. *Дидактическая игра « Угадай эмоцию по показу».*

Зеленый цвет буклета.

Игровая деятельность повышает интерес к занятиям физкультурой и спортом. Но не только подвижные или спортивные игры повышают интерес, но и дидактические игры. Вашему вниманию представляю дидактическое пособие «Цветок здоровья». *Дидактическая игра «Угадай вид спорта по показу».*

Голубой и синий цвет буклета. Игра на логику (по щелчку).

«Медицинская загадка»: назовите 7 частей тела, которые передаются на письме тремя буквами.

«Пять кусочков угля, одна морковь и шарф»:

На лугу лежат пять кусочков угля, одна морковь и шарф. Никто не клал их туда. Почему они там лежат?

«Раздели апельсин»: разделите поровну 7 апельсинов между 8 девочками. Разрезом должно быть как можно меньше.

Фиолетовый цвет буклета - *Игра «Моё цветное имя».*

Слушание «Музыка Ангелов» В.А.Моцарт (по щелчку).

Для полноценной жизни человеку необходимо дополнять “дефицит” того или иного цвета с помощью покупки одежды, того или иного цвета, интерьера и пищи.

Таким образом, используя представленные игры, мне удастся корректировать поведение детей, их настроение, эмоциональное состояние, т. е. создавать благоприятный психологический климат в детском коллективе. Все это, в конечном итоге, благотворно влияет и на физическое здоровье детей.

НЕСТАНДАРТНОЕ СПОРТИВНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ В РАМКАХ ПРИМЕНЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДООУ.

В.В. Пескарева, воспитатель

МБДОУ «Детский сад «Солнышко»

Аксубаевского муниципального района Республики Татарстан

Растить детей здоровыми, сильными - задача каждого дошкольного учреждения. Как говорил В.А.Сухомлинский « Забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»

И в наш современный век особенно актуальными задачами являются;

- создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей,
- сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности,
- создание положительного эмоционального настроя и снятие психоэмоционального напряжения.

Что такое здоровьесберегающая технология?

Здоровьесберегающая технология - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития

Нестандартное оборудование - это всегда дополнительный стимул активизации физкультурно - оздоровительной работы.

Успех физкультурно - оздоровительной работы в большей мере зависит от оборудования и пособий, а также от форм, методов индивидуального подхода к детям.

Недостаточная материальная обеспеченность, отсутствие денег на приобретение нужного оборудования, пособий, горячее желание несмотря ни на что, сделать физкультурно-оздоровительную работу в ДООУ занимательной и эффективной, побудили нас к разработке проекта «Движение + движение = формула здоровья» Выполнение проекта послужило началом внедрения новых форм работы с детьми. Разработанные и изготовленные своими руками

пособия — несложные, недорогие, вносят в каждое занятие элемент необычности, вызывают интерес детей, желание поиграть с новыми для них атрибутами.

Занятия с нестандартным оборудованием позволяют решать задачи формирования двигательных навыков в основных видах движений, увеличивают количество упражнений для разных групп мышц, развивают творчество воображение у ребят. Поэтому задача каждого педагога - растить детей здоровыми, сильными, жизнерадостными. С этой целью проводятся утренняя гимнастика, занятия по физической культуре, гимнастика после сна, спортивные развлечения, чтобы всё это было интересно и увлекательно используется нестандартное физкультурное оборудование. Для проведения упражнений утренней гимнастики используются ленточки, платочки, флажки. На физкультурных занятиях – это и змей, верёвка, косички. После просыпательной гимнастики дети идут по змею и коврикам с разными поверхностями. Двигательные навыки, полученные на занятиях дети закрепляют в самостоятельной двигательной деятельности. С удовольствием играют «моталками», крышкобросами, кожаной растяжкой, «лошадкой».

Нестандартное спортивное оборудование, как и стандартное находится в физкультурном уголке, созданном в группе. Тема нестандартного оборудования заинтересовала меня на одном из педсоветов, т.к. я уделяю большое внимание физическому развитию детей. Я решила, что нестандартный спортивный инвентарь- это всегда дополнительный стимул активизации физкультурно-оздоровительной работы с детьми. В последнее время возросло количество физически ослабленных детей и чтобы решить эту проблему, мне пришлось обратиться за помощью к родителям. Родители и я изготовили нестандартное оборудование (оно яркое и эстетичное).

Это - массажные дорожки (сделанные из пуговиц, фломастеров, крышечек различных, железных палочек, мочалок), стельки для ног после массажа (сделаны из стелек и резинок), массажные рукавички (перчатки и пуговиц), кожаные мячи, различные султанчики, вертушки, косички (из различных старых тряпочек), массажеры (из киндров), канаты (из систем), оборудование для закаливающих процедур, атрибуты к подвижным играм - полумаски.

Нестандартное физкультурное оборудование:

- обогащает развивающую среду;
- повышает интерес к занятиям;
- улучшает качество их выполнения;
- вносит элемент непредсказуемости и радостного открытия;
- обеспечивает активную деятельность детей в течение всего дня;

Литература:

1. «От рождения до школы». Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования/Под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2014 год.
2. «Физическая культура – дошкольникам». Л. Глазырина. М. : «Владос», 2001год.
3. «Корригирующая лечебная гимнастика». М. Рунова. /Журнал «Дошкольное воспитание», 1999год, №12.
4. «Формирование и коррекция осанки. Профилактика нарушения осанки». М. Рунова. Журнал «Дошкольное воспитание», 2002год, № 12.
5. «Организация двигательной деятельности в детском саду» Е. Харченко. - М.: «Детство-пресс», 2010год.

ЗАКАЛИВАЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ В УСЛОВИЯХ ДОУ

Л.М. Лизунова, воспитатель

*МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида «Буратино»
Аксубаевского муниципального района Республики Татарстан*

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать нам,

педагогам дошкольных учреждений. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности. Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Дошкольное образовательное учреждение имеет большие потенциальные возможности для формирования у детей здоровьесберегающей культуры, навыков здорового образа жизни. Это связано с системностью дошкольного образования, возможностью поэтапной реализации поставленных задач с учётом возрастных и психологических возможностей детей - дошкольников.

В нашем детском саду «Буратино» общеразвивающего вида не случайно было выбрано одно из направлений - физическое развитие.

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысило результативность воспитательно-образовательного процесса. Продуманы и реализуются разнообразные формы и методы оздоровления воспитанников, осуществляется оздоровительно-профилактическая работа (полоскания горла, умывание и обливание рук до локтя прохладной водой, босохождение, точечный массаж, самомассаж, С- витаминизация, физические упражнения после сна, максимальное пребывание детей на свежем воздухе. Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии формируют у детей стойкую мотивацию на здоровый образ жизни. Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

- Сейчас я расскажу и покажу, какие закаливающие мероприятия провожу с детьми своей группы, а вас попрошу мне в этом помочь. (звучит музыка моря)

Представьте себе, что вы на морском побережье. А пока вы представляете, я вам расскажу об этом методе закаливания. А потом смелые могут пройти по этим дорожкам и получить свою порцию закаливающих процедур и удовольствия, и конечно здоровья.

«Рижское закаливание»:

Название этого метода закаливания детей пришло из Прибалтики. Дети, целыми днями бегающие по песку и в прохладной воде Рижского взморья, крайне редко подхватывают простуду. Имитация тех же условий дома вполне реальна.

Для рижского закаливания требуется три дорожки грубой ткани, длиной не менее полутора метров:

одна дорожка смачивается в 10%-ном растворе морской соли. Для этого хватит 1 кг соли на ведро воды. Морская соль является совершенным кладом минералов, которые оказывают сильное укрепляющее действие на детский организм; вторая смачивается в чистой воде; третья дорожка остается сухой.

- Вы будите идти «шаркать» ногами босиком по каждой дорожке: сперва по соленой, потом по мокрой и в завершение по сухой. Повторить такую «прогулку» можно 3–5 раз. Смотрите за кожей ваших ступней: если после второго раза она достаточно разогрета, то можно на этом остановиться. Это закаливание предназначено для профилактики плоскостопия и укрепления иммунитета.

- Мы с вами как бы еще в воде и идем по другой дорожке «здоровья». Она называется: «Дорожка – от рыбки к осминожке».

Мы с вами все еще ходим по морской воде. Эта дорожка здоровья предназначена для босохождения и профилактики плоскостопия. Она очень увлекает детей потому - что самоназвание заинтересовывает, увлекает. Детям нравится ходить босиком по пуговицам, по губкам, которыми мама моет посуду, по мочалкам, шнуру и прийти от рыбки к осминожке. Ой, посмотрите, на берегу у нас отдыхает веселая, морская змейка.

«Веселая, морская змейка»

Это оборудование особо полюбилось детям, так приятно наступать на яркие следочки, вырезанные из цветной самоклеющейся пленки. По змейке можно не только ходить, но и прыгать как в классики: одна следочка, две следочки, одна следочка и т.д. Она предназначена для босохождения и для профилактики плоскостопия.

А теперь мы с вами будем выбираться на берег, вот по этой дорожке.

«Следочки, ладошки».

- С помощью этого пособия можно даже закреплять понятия «правая, левая» нога или «правая, левая» рука. Используется для занятий и развлечений на воздухе, она очень мобильная. Ее легко переносить и мыть. Способствует развитию координации движения, памяти, ловкости, укреплению мышц ног и рук, внимания.

- И наконец, мы вышли на берег. Вы все молодцы! Прошли все дорожки, а теперь мы с вами будем делать самомассаж ладоней и пальчиков.

«Султанчики»

- Всем вам раздаю «султанчики». Посмотрите в их смешные и улыбочивые личики и сами улыбнитесь им. А сейчас прижмите ножку «султанчика» - это простой шестигранный карандаш, между ладонями и передвигайте ладони вперед, назад. Вот как покраснели наши ладони, значит, мы правильно делаем самомассаж. А теперь помассируйте каждый пальчик. Закончили. Посмотрите, какая удивительная прическа у наших султанчиков. Мы с вами будем делать дыхательную гимнастику: вдыхаем глубоко носом, чтобы набрать полные легкие воздуха, затем делаем губы трубочкой и с силой выдыхаем воздух на «прическу султанчиков». Не забывайте, что мы с вами на морском побережье и на нас дует легкий ветерок с моря, значит, дуем тихо. А теперь заштормило, значит, дуем сильно.

Предназначены они для выполнения общеразвивающих упражнений, дыхательной гимнастики, подвижных игр, массажа рук. Способствует развитию органов дыхания, мышц туловища и рук.

- Посмотрите, на нашем берегу есть песок с галькой. Проходите и становитесь в круг.

«Скалочки - выручалочки»

- Уважаемые коллеги, я сейчас раздам вам по скалочке – выручалочке. А вы в свою очередь, будите делать массаж своего тела, рук, ног. А вот до спины вам дотянуться трудно. Вам придется встать по кругу друг за другом, и делать массаж спины своему соседу. И когда массаж завершен, сосед поворачивается и говорит вам огромное спасибо!

Но скалочки – выручалочки нам еще помогут. Вы сейчас присядете на стулья и будите делать массаж ступней. Используются в качестве массажера для тела, рук, спины и профилактики плоскостопия.

- Мы все молодцы! Вы стали закаленные, сильные и здоровые.

- А сейчас я предлагаю вам изготовить тренажер для пальчиковой гимнастики. Вот на этих подносах лежат сокровища: воздушные шарики и перловая крупа. Вы должны заполнить шарик крупой и наполненный шарик завязать.

Эти шарики берём,

Ими ручки разомнём.

Меж ладошками кладём

И ладошки разотрём.

Вверх и вниз его катаем,

Свои ручки развиваем!

(Массировать каждый пальчик снизу вверх, сверху вниз круговыми движениями; массаж ладоней круговыми движениями, движениями вверх-вниз).

Литература:

1. Зажигина О.А. Игры для развития мелкой моторики рук с использованием нестандартного оборудования/ Автор- сост. О.А. Зажигина. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО - ПРЕСС». (Серия «Кабинет логопеда»). 2013. – 96с.

2. Савельева Е.А. Пальчиковые игры в комплексе с логопедическими упражнениями для детей от рождения до 6 лет. – М.: Школьная пресса, 2011. – 64с. («Дошкольное воспитание и обучение – приложение к журналу «Воспитание школьников»; Вып. 279).

3. Интернет – ресурсы: социальная сеть работников образования nsportal.ru

4. интернет – ресурсы: Международный образовательный портал МААМ. RU

ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОЕКТА «ЛОВКИЕ РЕБЯТА, ИГРИВЫЕ ДЕВЧАТА!»

*Н.Г. Сайфутдинова, воспитатель
МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №2 «Радуга»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

В современном обществе все чаще среди взрослых людей встречается такая модель поведения, образ жизни и внешний вид, при котором не сразу можно определить половую принадлежность того или иного человека. Это связано с разного рода нарушениями и отклонениями в психике человека, на которую большое влияние оказывают социум и педагогическое воздействие со стороны педагогов и семьи, либо его отсутствие. Федеральный Государственный образовательный стандарт дошкольного образования предлагает рассматривать индивидуализацию образования как «построение образовательного процесса на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок, становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования». Так, Борис Герасимович Ананьев (доктор психологических наук) в характеристике человека как индивида выделяет два класса первичных индивидуальных свойств: возрастно-половые и индивидуально – типические. Я обращаю свое внимание на возрастно - половые особенности развития детей: мальчиков и девочек.

В связи с этим я решила выбрать тему самообразования «Гендерный подход в организации двигательной активности детей младшего дошкольного возраста». Я выстраиваю свою работу с учетом индивидуального свойства личности - половой диморфизм. В последние годы научно-теоретическое осмысление вопросов полового диморфизма и построение с его учетом индивидуализированных образовательных программ стало актуальным и важным направлением физиологических и нейропсихологических исследований. Описаны различия уже с самого раннего возраста в темпах физического развития мальчиков и девочек, несходство их игровых интересов и предпочтений, стратегий мыслительной деятельности, стилей речевого общения и т.д. Установлено, что в дальнейшем принадлежность к определенному полу определяет становление личности, её интересы, формирование особой системы представлений о себе как о человеке определённого пола и соответствующие ей формы поведения. Так как в последние годы научно-теоретическое осмысление вопросов полового диморфизма и построение с его учетом индивидуальных образовательных программ и проектов стало актуальным и важным направлением физиологических и нейропсихологических исследований. Что позволяет воспитывать ребенка не только как личность в целом, но и как особь определённого пола.

Мой проект называется «Ловкие ребята игривые девчата!».

Вид проекта: практико – ориентированный.

Участники проекта: Дети 2-3 лет младшего дошкольного возраста, проект долгосрочный, сроки его реализации: 2015-2017г.г.

Цель проекта:

Способствовать благоприятному протеканию процесса полоролевой социализации детей младшего дошкольного возраста в сфере физического воспитания и физического развития.

Задачи проекта:

Формировать соответствующего полу поведение мальчиков и девочек на занятиях физической культуры и в самостоятельной двигательной деятельности.

Развивать коммуникативные навыки, навыки сотрудничества и взаимоподдержки между мальчиками и девочками.

Способствовать развитию творчества, самостоятельности, инициативы в двигательных действиях, осознанного отношения к ним, способности к самоконтролю и самооценке.

Воспитывать положительные нравственно-волевые качества личности ребенка, в соответствии с принадлежностью к полу.

Ожидаемые результаты:

1. Повышение интереса к занятиям физической культуры.

2. Осознание важности «специальных» занятий для мальчиков и девочек.
3. Проявление дисциплинированности, выдержки и самостоятельности на физкультурных занятиях при взаимодействии с противоположным полом.

Мой проект состоит из 3-х этапов. На 1 этапе я проанализировала литературу по выбранной проблеме. Также была проведена работа с родителями в виде анкетирования и несколько видов диагностики, которая показала физическую форму детей данной группы, мотивированность детей к двигательной активности, а также осознанное восприятие себя по полоролевой принадлежности.

Результаты диагностики двигательной активности, которая проводилась по 6 критериям, а именно:

1. Определение координационных способностей
2. Определение выносливости детей, умение бежать без остановки, частоты координационных способностей.
3. Определение силовых и координационных способностей.
4. Определение точности движений.
5. Определение силы мышц ног, умение прыгать, отталкиваясь двумя ногами.
6. Определение волевых проявлений.

Выявили:

- плохо - составляет 2 чел;
- неудовлетворительно – 19 чел.
- что составило - 31%

Результаты диагностики физической формы, которая проводилась по 3-м критериям таким как:

- 1 «Быстрота»- бег на дистанцию 5 м.
2. «Спортивно силовые качества»- прыжки в длину с места.
3. «Метание мешочка с песком».

Выявили:

- снижена – у 8 чел.
- норма - у 13 чел,
- что составило - 37%

Результаты диагностики осознанного восприятия себя по полоролевой принадлежности, которая проводилась по 3-м критериям:

В игре по команде разделяться на мальчиков и девочек.

Умение самостоятельно определять мужские и женские роли в сюжетно-ролевых играх.

Умение ориентироваться в предметах и пространстве по сигналу воспитателя с учетом полоролевой принадлежности.

Выявили :

- снижена - у 8 чел.
- норма - у 13 чел.
- что составило – 31%

На 2 этапе проекта с учетом результатов полученных при диагностики , я разработала физкультурно - образовательную работу опираясь на разработки С. Я. Лайзане, с учетом гендерных особенностей воспитанников и приступила к ее реализации.

Сюда входит - ежемесячное проведение физкультурных досугов, игр-соревнований, цель и задачи которых : создать у детей бодрое и веселое настроение, вызвать интерес к физической культуре, формировать основные виды движений, учить четко и правильно выполнять упражнения, соблюдая темп и частоту дыхания, а главное воспитывать добрые и теплые отношения друг к другу и к определенному полу.

С целью выявления эффективности своей педагогической деятельности по данному проекту, я провела диагностику промежуточного результата, которая показала прирост в двигательной активности детей, что составило:

- плохо - составляет 0 чел;
- неудовлетворительно – 8 чел.
- удовлетворительно – 12 чел.
- хорошо – 1 ч.

- что составило- 58% ,прирост – 27%

Результаты диагностики физической формы составило:

- снижены – у 3 чел.

- норма – у 18 чел.

- что составило- 63% , прирост – 26%

Результаты диагностики осознанного восприятия себя по полоролевой принадлежности составило:

- снижены – у 4 чел.

- норма – у 17 чел.

- что составило- 58% , прирост – 27%

Что подтверждает эффективность разработанного мною проекта по данной проблеме. В завершении своего выступления я хотела бы поделиться с вами коллеги своим опытом по работе с родителями в рамках тематики моего проекта, а именно предлагаю вашему вниманию формы анкет для родителей, которые позволят выявить на сколько физическое воспитание развито в семье, как распределяются роли в семье, с точки зрения гендерного воспитания и многое другое. Этот мой опыт поможет разнообразить и повысить эффективность такой формы работы с родителями как «переписка» и создать более полную картину о направлении воспитания реализуемых в семье. Анкетирование родителей актуально при работе над проектом по любой проблеме.

Формирование привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста.

*Р.Р. Макарова, воспитатель
МБДОУ «Юлдузский детский сад»
Чистопольского муниципального района РТ*

Искусство долго жить состоит, прежде всего, в том, чтобы научиться с детства следить за своим здоровьем. То, что упущено в детстве, трудно наверстать. Поэтому приоритетным направлением в дошкольном воспитании, сегодня является повышение уровня здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни. В докладе представлены актуальные аспекты формирования привычки к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста.

Забота о здоровье ребенка и взрослого человека стала занимать во всем мире приоритетные позиции. Это и понятно, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые. Забота о воспитании здорового ребенка является приоритетной и в работе дошкольных учреждений. Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам среды и устойчивостью к утомлению, социально и физиологически адаптирован. В дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходят его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

Современное состояние общества экономики и экологии неблагоприятно отражается на здоровье, в связи с чем, растет число детей, которым необходима специализированная помощь, щадящая организация образовательного процесса. Для нашей страны в современной ситуации эта проблема еще более очевидна. Демографическая ситуация в России в настоящее время внушает опасения специалистам и ученым-демографам. Рождаемость в нашей стране падает, а смертность растет, что в итоге грозит привести страну к демографическому кризису. Причины этого разнообразны и связаны с целым рядом социальных проблем, ухудшающейся экологической обстановкой, увеличением доли гиподинамии в повседневной жизни, нарастанием эмоционального и информационного стрессовых факторов.

Но рост количества детских заболеваний связан не только с социально-экологической обстановкой, но и с самим образом жизни. Несомненно, проблема раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Поэтому проблему здоровья

следует рассматривать в широком социальном аспекте. Чем раньше у ребёнка сформируется мотивация, то есть осознанная необходимость заботиться о своем здоровье, тем здоровее будет каждый конкретный человек и общество в целом. Большинство дошкольников очень мало знают о своем теле, об особенностях его строения и функциях, о здоровье как главной ценности человека.

Привычка к здоровому образу жизни — это главная, основная, жизненно важная привычка. Она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста, в целях решения оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Поэтому дошкольное учреждение и семья призваны в дошкольном детстве, заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. И именно в семье, в детском образовательном учреждении на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить малыша самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

Чтобы активно влиять на позицию ребенка по отношению к собственному здоровью, необходимо понимать, что само состояние здоровья формируется в результате взаимодействия внешних (природных и социальных) и внутренних (наследственность, пол, возраст) факторов. Выделяется несколько компонентов здоровья:

1. Соматическое здоровье — текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития.
2. Физическое здоровье — уровень роста и развития органов и систем организма.
3. Психическое здоровье — состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта.
4. Нравственное здоровье, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения человека в обществе.

Воспитание личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни требует активного осмысленного отношения к своему здоровью и укреплению с детских лет.

От чего же зависит здоровье ребенка? Здоровье зависит на 20% от наследственных факторов, на 20% — от условий внешней среды, т.е. экологии, на 10% — от деятельности системы здравоохранения, а на 50% — от самого человека, от того образа жизни, который он ведет. Если на первые 50% здоровья мы, воспитатели, повлиять не можем, то другие 50% мы можем и должны дать нашим воспитанникам. Но для того, чтобы сохранить здоровье ребенка необходимо объединить усилия всех взрослых, окружающих его (родителей, воспитателей, врачей, учителей и др.), с целью создания вокруг него атмосферы наполненной потребностями, традициями и привычками здорового образа жизни. Таким образом, с ранних лет формируется определенная культура поведения и соответствующий стиль жизни. Знания, умения и навыки валеологического характера, заложенные в детском возрасте, станут прочным фундаментом для создания положительной мотивации к охране собственного здоровья во взрослой жизни. Дошкольный период является наиболее благоприятным для формирования здорового образа жизни. Осознание ребенком своего «Я», правильное отношение к миру, окружающим людям — все это зависит от того насколько добросовестно, с любовью, грамотно воспитатель строит свою работу. Выше изложенные соображения определяют обосновывают необходимость работы по формированию осознанного отношения детей к своему здоровью. Негативные тенденции в состоянии здоровья детей ставят перед нами новые задачи:

— сохранение, укрепление здоровья детей

— воспитание у них потребности в здоровье и в здоровом образе жизни.

Но, установка на здоровье и здоровый образ жизни формируется лишь в результате определенного воздействия, при этом особое значение приобретает педагогический компонент. Вот почему в детском саду и дома следует:

- воспитывать у ребенка привычку к чистоте, аккуратности, порядку;
- способствовать овладению основами культурно-гигиенических навыков;
- знакомить с элементами самоконтроля во время разнообразной двигательной деятельности;

· учить понимать, как влияют физические упражнения на организм человека, на его самочувствие;

· учить правильно вести себя в ситуациях, угрожающих жизни и здоровью, а иногда и предотвращать их.

Роль педагога ДООУ состоит в организации педагогического процесса, берегающего здоровье ребенка дошкольного возраста и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. В ходе совместной деятельности с детьми педагог, сотрудничая с семьей, обеспечивает восхождение дошкольника к культуре здоровья.

Роль родителей в сбережении здоровья ребенка при поддержке ДООУ состоит в конструировании природы — и культуросообразной модели поведения, в готовности принимать помощь и поддержку от специалистов ДООУ в вопросах сохранения и укрепления здоровья ребенка, активном участии в сохранении культурных традиций детского сада. С этих позиций в центре работы по формированию осознанного отношения к своему здоровью должны находиться:

— во-первых, семья, включая всех ее членов и условия проживания;

— во-вторых, дошкольное образовательное учреждение, где ребенок проводит большую часть своего активного времени, т.е. социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья детей.

Не следует также забывать, что только в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

Для этого в работе с детьми необходимо искать новые подходы к оздоровлению детей, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий, создании определенных условий.

Задача раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточна сложна. Как укрепить и сохранить здоровье наших детей? Каким образом способствовать формированию физической культуры ребенка? Как привить навыки здорового образа жизни? Когда это надо начинать? Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Искусство долго жить состоит, прежде всего, в том, чтобы научиться с детства следить за своим здоровьем. То, что упущено в детстве, трудно наверстать. Поэтому приоритетным направлением в дошкольном воспитании, сегодня является повышение уровня здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни (ЗОЖ), а также устойчивой потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями.

Привычка к здоровому образу жизни должна формироваться в семье и в образовательных учреждениях. Пропаганда здорового образа жизни в детском саду, личный пример педагогов поможет создать здоровое поколение.

Литература:

1. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников, М., Мозаика – Синтез, 2010.
2. Богина Т.Л.. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. М.: «Мозаика-синтез», 2006

Применение ИКТ в помещениях и на свежем воздухе

Зотова И.Е., воспитатель

*МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 28» ЧМР РТ
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Использование информационно-коммуникационных технологий в воспитательно-образовательном процессе – это одна из самых новых проблем в отечественной дошкольной педагогике, так как наука и техника не стоят на месте. Современные дети уже с рождения живут среди техники и пользуются электронными игрушками, мобильными телефонами, планшетами, компьютерами. Это, по сути, их естественная среда обитания.

Хочется отметить, что использование компьютерных технологий не заменяет привычных методов и технологий работы, а является дополнительным, рациональным и удобным источником информации, наглядности, создаёт положительный эмоциональный настрой, мотивирует детей, тем самым ускоряет процесс достижения положительных результатов в работе. На первый взгляд ИКТ и деятельность детей вне помещения не сочетаются. Средства ИКТ не слишком пригодны для использования на открытом воздухе, потому как, они часто нуждаются в стационарном источнике питания, дают сбой в сырости и могут сломаться под дождем, они редко бывают достаточно прочны для того, чтобы выдерживать климатические воздействия. Зачем же, спрашивается, интегрировать технологии в деятельность на свежем воздухе, если она, очевидно, не годится для таких условий? Есть две крайне веские причины, которые, по моему мнению, требуют, чтобы мы включали технологию в деятельность на свежем воздухе. Пространство вне помещений — среда, в которой некоторые дети больше всего склонны к обучению, и технология может дать им мотивацию и новые интересные способы познавательной активности, а главное пребывание на свежем воздухе оказывает положительное воздействие на настроение детей и способствует всем аспектам их физического развития и здоровья. Пребывание на свежем воздухе позволяет совершать действия иначе и в иных масштабах, чем в помещении; пребывание на свежем воздухе дает детям непосредственный контакт с природой, временами года и естественной средой; среда, существующая вне помещений, дает детям свободу изучать мир, проявлять свои чувства, быть физически активными и радоваться жизни. Хочется обратить внимание и на тот факт, что использование ИКТ вне помещений часто оказывается в обучении некоторых детей мощным мотивирующим фактором. ИКТ — инструмент, которым дети охотно делятся друг с другом и который занимает их. Он способствует решению интересных задач и дополняет обучение невозможными прежде методами. Только подумайте обо всех способах, которыми мы можем теперь развивать обучение с помощью неподвижных и движущихся цифровых изображений.

Использование ИКТ в занятиях на свежем воздухе

Проще и естественнее всего начать применять на открытом воздухе цифровую камеру или планшет, при условии, что дети уже научились обращаться с ними в помещении. Начинать следует с установления правил пользования камерой и планшетом за пределами ДОУ и с ознакомления детей с этими правилами. Вариантов работы с фото или видеокamerой вне помещений бесконечно много. Их можно использовать как средство, которое реализует преимущества игр на свежем воздухе и в то же время поддерживает все сферы развития детей. Вне помещений можно с успехом использовать и другие технологии: беспроводные камеры для съемки на улице; их можно устанавливать в интересных местах, а объекты для съемки выбирать по находящемуся в помещении монитору. С помощью таких камер дети смогут наблюдать за природой с более близкого расстояния, не нарушая естественное течение событий (например, не мешая птицам вить гнезда), но это пока лишь только наше желание, которое, надеемся, осуществится в скором будущем. Более доступными технологиями сейчас являются дистанционное управление и программируемые игрушки; CD- и MP3-плееры; микрофоны и звукозаписывающие устройства. Очевидно, благодаря ИКТ ценность обучения за стенами детского сада повышается. Такое обучение, оказывает мощный эффект, дающий большие возможности для расширения спектра восприятия впечатлений детьми, размышлений над ними и их обсуждения. Желание разнообразить деятельность детей, сделать занятия ещё более интересными и познавательными, привести знания в систему привело к созданию многофункционального целостного проекта, основанного на работе с детьми вне стен ДОУ. Проект «Тайны весны!?» строился на основе развивающего обучения в процессе социального взаимодействия детей между собой и воспитателем, а также поэтапного формирования

мыслительной деятельности. Был нацелен в основном на развитие грамотности (в широком смысле этого слова) и предусматривал «изучение окружающего мира, творчество, решение задач и использование технологий в игровой деятельности (играх и моделировании), медиаобразование, развитие навыков сотрудничества. В выполнении проекта участвовали дети старшей группы. Степень вовлечения в работу взрослых колебалась в очень широких пределах в зависимости от предшествующего опыта детей и отношений, складывающихся в группе.

Проект «Тайны весны!?!»

Актуальность. Во время прогулки в интересующее детей место (в парк, на озеро неподалеку от детского сада и т.д.) они осматриваются, задают вопросы, высказывают пожелания, обсуждают свои впечатления и дальнейшие планы. Одновременно запоминая эпизоды, происходящие вокруг, и свои впечатления, дети могут не обратить на очень важные в плане познания моменты. Захватив однажды с собой фото или видеокамеру, мы понимаем, что знания детей становятся серьезнее, глубже и интереснее. Увидеть фотографии ребенка - это все равно, что увидеть мир глазами ребенка. На снимках маленький фотограф покажет именно то, что для него важно в этом мире, чему он придает особую ценность. Через фотографию мы сможем понять интересы ребенка, которые он даже и сам и не осознает, потому что в творчестве проявляются подсознательные желания и наклонности. Так ребенок, снимающий жучков и гусениц, скорее всего, позже проявит интерес к биологии; а мальчик, в фотокадрах которого автомашины, будет отличным водителем, или создаст модель нового автомобиля. Фото и видеоматериалы, отснятые детьми для нашего проекта, позволили доступно, интересно и ненавязчиво, сформулировать основные правила поведения на прогулке весной.

Участники: воспитатели, родители и дети старшей группы.

Срок реализации проекта: краткосрочный.

Вид проекта: практико-ориентированный, исследовательский.

Цель проекта: Укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма.

Задачи:

«Физическое развитие»

оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях;
способствовать повышению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста;
оптимизировать двигательную активность детей;

«Социально-коммуникативное развитие»

познакомить детей с разными видами информационно-коммуникационных технологий,
дать элементарные знания правил работы с ними.

учить нести ответственность за ценные вещи,

развивать навыки аккуратности и предусмотрительности (брать с разрешения взрослого, складывать в футляр, убирать на место, вовремя заряжать аккумулятор).

«Познавательное развитие»

учить детей выявлять проблему, самостоятельно находить нужное решение, выбирать из имеющихся способов наиболее адекватный и продуктивно его использовать.

вовлечь в процесс работы с цифровыми носителями.

формировать проектно-исследовательские умения и навыки.

развивать поисковую деятельность, интеллектуальную инициативу, специальные способы организации: экспериментирование и моделирование.

формировать обобщенные способы умственной работы и средства построения собственной деятельности, способность к прогнозированию будущих изменений и потребность в создании собственной картины мира.

«Речевое развитие»

учить самостоятельно, анализировать полученные результаты.

развивать навыки коммуникативного общения со сверстниками и взрослыми.

развивать связанную речь, активизировать и обогащать словарь.

«Художественно-эстетическое развитие»

формировать эмоциональную заинтересованность.

знакомить с предметами и действиями с ними.

развивать мышление и воображение, способность предвосхитить результат, основываясь на своем прошлом опыте.

Подготовительный этап:

Беседа «Наступила весна!». Сюжетно-ролевая игра Магазин «Техноград». Индивидуальные занятия «Ваши новые игрушки», «Правила работы с умными игрушками».

Основной этап:

Прогулка «Юный фоторепортер» - учимся находить объект для съемки, точку удаления, ракурс наведения; закрепляем умение включать и выключать аппараты.

Целевая прогулка «Весенние опасности».

Просмотр отснятого материала. Выбор снимков для презентации.

Заключительный этап:

Презентация «Тайны весны!?» - сформулировать основные правила поведения на прогулке весной.

Работа с родителями:

консультация «Чем интересен ребенок фотограф?», стендовая информация «Как научить ребенка фотографировать?», «Фотографии, сделанные ребенком – что с ними делать родителям?», индивидуальные беседы «Фотоигрушка?», совместные прогулки.

Рефлексия:

Таким образом, труд, затраченный на управление познавательной деятельностью с помощью средств ИКТ оправдывает себя во всех отношениях – он повышает качество знаний, продвигает ребенка в общем развитии, помогает преодолевать трудности, вносит радость в жизнь ребёнка, позволяет вести обучение в зоне ближайшего развития, создаёт благоприятные условия для лучшего взаимопонимания детей и воспитателя, их сотрудничества в учебной образовательной деятельности.

Ребёнок становится ищущим, жаждущим знаний, неутомимым, творческим, настойчивым и трудолюбивым. А достижения воспитанников являются, как известно, одним из главных показателей успешности педагога и качества образовательной деятельности педагога.

Видеть огоньки пытливости в глазах детей, их живой неподдельный интерес, желание показать свои умения и навыки, - что может быть лучше этого?

Литература:

- 1.Бережнова О.В. ФГОС дошкольного образования: основные положения Журнал «Управление ДОУ» - 2014. - №5. – с.32
- 2.Иван Калаш «Возможности информационных и коммуникационных технологий в дошкольном образовании», © ЮНЕСКО, Москва 2011 – с.89
- 3.Николаева С. Н «Создание условий для экологического воспитания детей», Москва, «Новая школа», 1993 г.
- 4.Рыбаков Б.В. Народный календарь / Б.В. Рыбаков. - Средний Урал, 1980.-80 с.
- 5.Развернутое перспективное планирование по примерной основной общеобразовательной программе дошкольного образования «От рождения до школы» под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.
- 6.Сметанин Андрей, Азбука опасностей. "Осторожно, малыш!" Компас Гид, 2011
- 7.Урунтаева Т.А. Знакомим малышей с окружающим миром / Т.А. Урунтаева, А.М. Афонькина. - М., 1997. - 104 с. - ISBN 5-7042-1124-0

Практический материал к проекту

Беседа «Наступила весна!»

Цели: Уточнить и обобщить представления о характерных признаках весны, расширить знания детей о весне, обогатить и активизировать словарь детей по теме, закрепить умение образовывать существительные с уменьшительно-ласкательным суффиксом. Развивать речь детей, воображение, логическое мышление, мелкую моторику. Воспитывать в детях умение видеть и понимать красоту природы на основе активного использования фольклора (загадок, закличек).

Оборудование Картины с иллюстрациями о весне, мяч, листы бархатной бумаги, цветные ниточки для изображения солнца, вырезанные из цветной бумаги «лучики-солнышки».

Содержание Загадки: Тает снежок, ожил лужок, день прибывает, когда это бывает? (Весной). Приходит с добром, веет теплом, светом солнечным красна, а зовут её ...ВЕСНА. - Правильно, это весна – замечательное и прекрасное время года, когда природа просыпается и оживает после долгого сна. Недаром поэты называют весну «утром года». Вы рады весне? Мы долго ждали весну, значит, какая весна? (Долгожданная). Вы хотите оказаться в мире весны? Тогда закройте глаза, покружитесь... в мире весны вы очутитесь! Представьте себя на весенней солнечной полянке. А вот и приметы весны. *Дети находят картинки с весенними приметами, воспитатель вывешивает их на доске.*

- Какие приметы весны изображены на картинах? (*Тает снег, солнце светит ярче, появляются сосульки, прилетают птицы, текут ручьи, у животных появляются детеныши, распускаются первые цветы*). *Рассказывание детьми по цепочке с опорой на простые сюжетные картинки.*

- Какие еще приметы ранней весны мы наблюдали? (*Дни становятся длиннее, а ночи короче, прилетают первые перелетные птицы, дует теплый ветер, стало теплее.*)

Назовите весенние месяцы. *Март, апрель, май – Их не забывай!* Март – переменчивый месяц: то снегом сеет, то солнцем греет. В марте по ночам холодно, ещё кружатся последние метели. Деревья после метели стоят белые, но подуют тёплые ветры и начинается оттепель.

Ветры с юга прилетели, принесли с собой тепло,

И сугробы в раз осели, в полдень с крыши потекло,

- Март ещё называют "утром весны". Солнце поднялось высоко и светит ярко. Небо ясное, голубое.

Я в полдень слушаю капель, она журчит, как птичья трель

Капель журчит, звенит, поёт, она ломает снег и лёд.

Большой сугроб ей нипочём, она бежит живым ручьём

В марте оживляются звери и птицы. Весело щебечут, строят гнёзда и откладывают яйца птицы.

В конце марта прилетают грачи - вестники весны. В народе месяц март называют проталиник. А знаете, почему его так называют? (*Ответы детей*). Проталины – это, то место, где растаял снег и появились первые островки земли. На проталинах из-под снега появляются первые цветы. Как называется первый весенний цветок? (*Ответы детей*). Почему он так называется? (*Ответы детей*). А апрель в народе издавна называли ледолом, снегосгон. Почему? (*Ответы детей*). А май называют цветень. Как вы думаете, почему? (*Ответы детей*).

Игра «Скажи ласково» Игра проводится в кругу с мячом. Весной хочется говорить только ласковые слова. Я скажу солнце, а вы ласково – солнышко, ветка – веточка, лист – листочек, ручей – ручеек, лужа – лужица, цветок – цветочек, туча – тучка, дерево – деревце, облако – облачко, вода – водичка.

Игра «Назови признаки» Подберите признаки к слову весна. Весна какая? (*ранняя, звонкая, теплая, дружная, веселая, красивая, цветущая, долгожданная*).

- Молодцы, ребята, очень красивые слова придумали. А сейчас отдохнем, споем песню «Веснянка».

- Ребята, а вы любите пускать кораблики? (Ответ детей). А где они плавают? (Ответ детей) Представим, что мы превратились в ручеек. Беритесь за руки, а я встану в начале ручейка. Побежал наш ручеек, зажурчал. (Дети бегут, изображая ручеек, затем садятся за столы) Весна предлагает нам поиграть в кораблики. (Задание «Кораблик плывет по ручейку»). Каждому кораблику нужно проплыть по ручейку. Проведите линию посередине ручейка, в конце ручейка нарисуйте точно такой же кораблик. Молодцы! Покажите, как красиво

у вас получилось.

- Дети, без чего бы не стал таять снег, не побежали бы ручьи? (без солнца) Правильно. Люди

всегда ждут солнышка с нетерпением. Оно дарит всем тепло и свет. И от этого нам с вами становится радостно, весело, празднично. Какие загадки о солнце вы знаете? Загадки: Катится по голубому блюдечку золотое яблочко. Красная девушка по небу ходит. Без него плачемся, а как появится - от него прячемся. В дверь, в окно стучать не будет, А взойдет, и всех разбудит. Молодцы. Интересные и красивые загадки вы рассказали о солнце. А сейчас мы нарисуем портрет солнышка. Рисовать мы будем ниточками. Дети, какого цвета солнышко? У каждого из вас лежат ниточки. Какие ниточки по размеру? (Одна длинная, много коротких). Что вы сделаете из длинной ниточки? (Из длинной ниточки сделаем кружок). Что сделаете из коротких ниточек? (Из коротких ниточек сделаем лучики). Молодцы. Приступайте к работе. *(Дети выполняют работу. Звучит спокойная мелодия)*. Портреты готовы. Так и притягивают к себе взгляд. Поднимите, покажите свои работы. Расскажите, какое солнышко.

Игра «Какое солнышко» Какое солнышко? (Дети рассказывают о солнышке. Яркое, золотое, жаркое, теплое, весеннее, ласковое, лучистое, доброе). А давайте позовем солнышко.

- Солнышко, покажись, обогрей и улыбнись, к нам в гости приди да тепло принеси, Растопи снега и лед, пусть скорей весна придет!

- Солнышко-ведрышко, выгляни в окошечко! Солнышко, покажись, красное, нарядись!

- Солнышко, солнышко, красное зернышко выйди поскорее будь к нам добрее!

Солнышко, повернись! Красное, разожгись! С весной красною вернись!

Красно солнышко, в дорогу выезжай, зимний холод прогоняй!

- Солнышко-ведрышко, взойди поскорей, освети, обогрей, телят да ягнят, еще маленьких ребят.

- Солнышко-колоколнышко, ты пораньше взойди, нас пораньше разбуди. Нам в поля бежать, нам весну встречать!

Итог занятия.

Сюжетно-ролевая игра Магазин «Техноград» *Цель:* формировать новые игровые умения: свободно разворачивать сюжет, грамотно реализовывать стремления к совместным действиям. *Задачи:* Обогащать игровой опыт детей: закреплять умения брать на себя различные роли в соответствии с сюжетом игры, продолжать воспитывать дружеские взаимоотношения между детьми, формировать такие качества как коллективизм, сочувствие, отзывчивость. Конкретизировать знания о том, какую помощь цифровая техника оказывают людям. Расширять представление о профессиях продавца-консультанта, продавца-кассира, менеджера и их значимости для работы магазина в целом. Продолжать работу по обогащению словаря по теме.

Игровые действия

Покупатель приходит в магазин, обращается к продавцу - консультанту за советом, выбирает товар, оплачивает условными деньгами. Продавец-консультант обслуживает покупателя, заслушивает просьбу, оказывает помощь в выборе товара, выписывает счёт, вежлив с покупателем. Продавец-кассир считает стоимость покупки, принимает деньги по счёту, пробивает чек, отсчитывает сдачу, владеет навыками общения.

Индивидуальные занятия «Ваши новые игрушки», «Правила работы с умными игрушками». Впервые заинтересоваться фотокамерой, попробовать держать ее в руках, сделать «шелк» ребенок может еще до двух лет. Не останавливайте его в этом желании! Лучше научите, как делать красивые фотографии. В пять лет ребенок «дозрел», чтобы фотографировать по-настоящему. В первые дни можно держать фотокамеру в четыре руки, а чуть погодя позволить это делать самому ребенку. Обязательно объясните малышу, что в целях безопасности, то есть для сохранности фотокамеры, нужно закреплять ее на шее или на руке специальным шнуром или ремешком. Знакомим с главными правилами обращения с фотокамерой: 1) брать чистыми руками; 2) не бросать на пол и на землю; 3) не стучать по ней кулаком или твердыми предметами; 4) не поливать жидкостями и не купать; 5) не облизывать. Показываем, где кнопка включения-выключения, объясняем, как «ловить» нужный объект в кадр, как получается фотоснимок и как можно просматривать его на дисплее.

Избегаем использование терминов, сложных для понимания ребенком дошкольного возраста.

Очень постепенно (не за один день) обучаем, как правильно фотографировать с использованием расширенных возможностей техники: зума и макроувеличения, настроек съемки в разных режимах. Для общего развития можно показать, для чего нужна регулировка баланса белого. Затем вместе с детьми копируем кадры на компьютер, просматриваем все на экране и анализируем, что получилось, а чего не хватает в том или ином фото.

Основные правила

1. Не надо трогать объектив пальцами и протирать его, чем попало, только специальной салфеткой. Эксперимент: сделаем несколько снимков с отпечатками на объективе и без них. И обязательно рассказать, почему в первом случае снимки получаются намного качественнее.
2. Кого фотографировать? Вот, фотокамера у ребенка в руках. И что мы разрешаем сфотографировать? Все, что он видит вокруг!
3. Наводим объектив так, чтобы предмет полностью попал в кадр, и делаем несколько снимков. Потом можно приблизиться к «модели» и сфотографировать крупным планом отдельные «детали». Затем отойти и снова постарается сделать снимок, но так, чтобы вместе с объектом в кадр попало максимум окружающего пространства. На таких простых примерах ребенку будет интереснее и проще знакомиться с основными принципами фотографирования.
4. И обязательно хвалим ребенка! Часто и за любые снимки. Они будут не в фокусе, размытые, с отрезанной головой или перевернутые на бок. Это ничего, ведь малыш учится и старается! Главное, не критиковать, а позволять ребенку получать навык в работе с фотокамерой и практиковать его каждый раз.

Чего делать не рекомендуется

Нельзя кричать, говорить с ребенком, повышая голос. Да, обучать маленьких нелегко. Но криком мы только можете все испортить. Не выхватывайте камеру из рук ребенка с укором «Ну, ты и неумеха! Дай я все сам сделаю!» Малыш может при этом разнервничаться, заплакать. Или того хуже, уронить ценный предмет. При таком невежливом обращении можно навсегда отбить детское желание попробовать свои силы в новом деле. Или у ребенка появится новая фобия из-за своей неуклюжести.

Целевая прогулка «Весенние опасности»

Цель: Познакомить детей с тайнами весенней природы, помочь понять, что кроме радости пробуждения, солнечного тепла, весна несет с собой некоторые опасности. Развивать умение находить признаки ранней весны, наблюдать явления природы и устанавливать простейшие причинно-следственные связи между ними. Воспитывать интерес и любовь к родной природе.

Содержание:

1. Наблюдение. Какое время года наступило? Правильно, весна. Давайте внимательно посмотрим вокруг, какие изменения в природе происходят весной? Тает снег. В тени снег рыхлый, грязный. Кое-где появились асфальт и земля. Ярко светит солнце. Щебечут птицы. На деревьях набухли почки. Март в народе называют младшим братом февраля – перезимником, потому что, хоть в марте и капает с крыш, но мороз еще крепок. Обратите внимание, что с одной стороны здания снег лежит глубокими сугробами, а с другой – а с другой уже растаял. Каким стал снег? Почему сугробы покрыты ледяной коркой? Когда потянет оттепелью, сырими ветрами, снег станет осаживаться, плотнеть. Этот покров называют наст. Наст – это осевший, покрыты коркой снег.

Таким снегом – можно легко поранить руки.

2. Наблюдение Загадка: Растут они вниз головою, не летом растут, а весной, но солнце её припечет, заплачет она и умрет. (Сосулька) Где появляются сосульки? Почему днем тают, а вечером застывают? Чем опасны сосульки? Под лучами солнца ни подтаивают и падают с крыш. *Нельзя весной ходить под крышами, где висят сосульки, и еще их нельзя сосать.*

3. Исследовательская деятельность «Ручейки»: Вместе с детьми найти начало ручья, обратить внимание на большую лужу. Почему опасно ходить по весенним лужам? *Нельзя ходить по лужам, весенние лужи глубокие, под водой может быть лед.*

4. Пускание корабликов в ручейках.

Худ. слово: «Кораблик» Человек открыл весну: За порог он вышел — и увидел ручеек, и капель услышал, И услышал, как в саду распевает зяблик, и тогда он из коры смастерил кораблик. Он

пустил его в ручей, маленький и звонкий, пробежал по бережку, помахал ручонкой:— Ты плыви, кораблик мой, далеко-далеко, ты до моря доплыви, до Владивостока.

5. Индивидуальная работа с подгр. детей. Наберем снег для опытов. Апрель в народе называют «снегогон, зажги снега, заиграй овражки». Апрель богат водой, апрель водою славен. Журчат ручьи. Все живое просыпается после долгих зимних дней. Апрель начинается при снеге, а кончается при зелени. Сейчас на улице появилась слякоть - смесь снега с почвой и водой. Возьмем снег в группу, когда он растает, сравним с водой. *Нельзя брать в рот снег, это приводит к серьезным заболеваниям (ОРЗ, ангина, отравления).*

6. П/и «Горелки» Перед началом игры нужно выбрать водящего. Все участники парами встают друг за другом, водящий впереди — на расстоянии двух шагов от играющих. Участники говорят нараспев слова: Гори, гори ясно, чтобы не погасло, стой подоле, гляди на поле: ходят грачи да едят калачи. Птички летят, колокольчики звенят! Раз, два, не воронь и беги, как огонь! После последних слов дети, стоящие в последней паре, бегут с двух сторон вдоль колонны. Водящий старается запятнать одного из них. Если бегущие успели взять друг друга за руки, прежде чем водящий запятнает одного из них, то они встают впереди первой пары. Тот, кто остался без пары, водит.

7. Оздоровительные мероприятия Пробежка на свежем воздухе

Исследовательская деятельность «Грязный снег»

Цель: развивать познавательные способности в процессе разрешения проблемной ситуации. Задачи: Расширять знания детей о свойствах снега. Показать, что содержится в снеге, какой вред содержание снежной массы (его употребление) может принести человеку. Вызвать у детей эмоциональный отклик на проблему, стремление активно вступать в общение, высказываться. Формировать у детей установку на здоровый образ жизни: личную гигиену, профилактику вредных привычек.

Проблема (погружение в проблемную ситуацию) Разыгрывание проблемной ситуации: сидит ребенок ест снег. Вокруг летает, суется ворона: «Кар-кар-кар! Караул! Караул!» - Что случилось, воронушка??? -Кар-кар-кар! Караул! -Не пойму ничего! Почему ворона так беспокоится??? Дети, может вы заметили здесь что-то неладное??? (высказывания, предположения детей) - Ворона беспокоится потому, что увидела, как один мальчик ел снег.

Целеполагание: Обсудим, что можно делать со снегом??? (высказывания детей)

- Вы хотите, чтобы к нам зима приходила каждый год или пусть не приходит никогда???

Планирование Давайте подумаем, как можно доказать (объяснить) мальчику, что есть снег (лед, сосульки) - это плохо???

1. Есть снег- это плохая привычка. От всех вредных привычек надо избавляться.
2. Проведение опыта со снегом для того, чтобы убедиться, что он грязный и его есть нельзя.

Реализация плана (Поэтапное решение проблемы).

1. Опыт со снегом. Набрать на площадке вместе с детьми в прозрачную банку снег. Принести в группу и поставить рядом с банкой, в которой налита, чистая вода. После того, как снег растает, дети рассматривают водичку, сравнивают и обнаруживают, что она грязная....В ней есть песок, другие вредные для детского организма примеси, микробы.

2. Рассматривание рисунка с изображением микробов. Раздать детям пиктограммы с веселым и грустным лицом; предложить выбрать ту, которая соответствует настроению в данный момент. Почему???

3. Звучит музыка. Появляются два микроба. (Костюмы изрисованы микробами).
Микроб 1: «Я- микроб, ужасно вредное животное, коварное, а главное, щекотное. И если вдруг заболел живот, то в этом виноват микроб».

Микроб 2: «И тогда уж доктора в гости прибегут сюда. Будут клизмочкой лечить, на носилочках носить».

4. Воспитатель: Можно есть снег, лед, сосульки??? Конечно, НЕТ!!! Гуляя на участке, мы любим, наблюдать за умной птицей - вороной, а она с любопытством наблюдает всегда за нами. Если она вдруг еще заметит какого - ни будь нехорошего мальчика (или девочку), которые будут, есть снег - она обязательно снова нам об этом расскажет.

5. Работа с родителями. Сочиняем «Сказки о микробах».

Основные правила поведения на прогулке весной

1. Отправляясь на улицу нужно тепло одеваться. Обязательно носить шапку, шарф, варежки и теплую обувь.
2. Весной сосульки с крыш свисают, под ними лучше не ходить. Упасть сосулька может с крыши и в человека угодить.
3. Лед весной бывает крепким не везде и не всегда. Не ходи дружок на речку, а не то придет беда!
4. Нельзя есть снег и сосульки, это приводит к серьезным заболеваниям (ОРЗ, ангина, отравления).
5. Если я пойду по льду, то конечно упаду, так что лучше я его потихоньку обойду.
6. Строить крепости, пещеры в снежных сугробах, нужно под присмотром взрослых. Обрушение снежного покрова может привести к гибели.
7. Не лезьте весной в сугробы, в них можно легко провалиться.
8. В сугробах могут быть острые палки, прутья, на которые легко наткнуться и пораниться.
9. Весной нужно осторожно играть в снежки, не кидать их слишком сильно, не целить в лицо и голову. Можно получить серьезные травмы.
10. Весенняя лужа, хоть и не река, утонуть в ней опасность все же велика!

Стеновая информация «Как научить ребенка фотографировать?»

Искусство фотографии учит видеть мир удивительным, прекрасным, необыкновенным. А еще оно развивает вкус и нестандартный взгляд на вещи. Вы можете привить ребенку любовь к фотографии, подарить новое хобби, а может быть, и найти свое призвание. Вот 5 советов, как увлечь ребенка фотографией.

1. Подарите ребенку фотоаппарат

Естественно, путь любого фотографа начинается с первого фотоаппарата. Первый можно подарить ребенку уже в 4–5 лет. Конечно, он должен обладать минимумом функций, быть простым в управлении и прочным — малыш, вероятно, уронит его и не раз. Желательно, чтобы фотоаппарат был недорогим, ведь вероятность, что малыш его потеряет или разобьет, довольно высока. Ну и заряжаться устройство должно от батареек — мало того, что вам нужно следить за зарядкой планшета, телефона и компьютера для себя, придется следить еще и за тем, чтобы фотоаппарат вовремя оказывался подключенным к розетке. Лишние хлопоты вам пока ни к чему.

2. Не говорите под руку

Первые кадры, сделанные ребенком, будут далеки от шедевра. И все-таки не стоит бесконечно подсказывать "сфотографируй кота", "сфотографируй цветочек". Даже если малыш сделает 500 бесполезных кадров, вы просто удалите их. Зато он научится сам подмечать мелочи и видеть красивое. А вам предоставится уникальная возможность посмотреть на мир глазами вашего малыша. Если он снимает какой-то предмет, значит, тот привлек внимание ребенка. Поинтересуйтесь, чем именно, почему ребенок снимает то или это. Попробуйте увидеть ситуацию его глазами. И только потом предложите снять то же самое под другим ракурсом.

3. Помогите ребенку приобрести опыт

Даже если вы профессиональный фотограф, рассказывать ребенку теорию бессмысленно, он все равно ничего не поймет, ни про открытый кадр, ни про закрытый, ни про линию горизонта вкупе с перспективой. А вот усвоить все, то же самое, но на личном опыте, у него получится. Распечатайте несколько фото, сделанных ребенком, и на их примере покажите, на что нужно обращать внимание — не "заваливать" горизонт, не обрезать головы моделям, если он снимал людей. Научите его обращать внимание и на фон, чтобы тот был эстетичным. Предложите ребенку снять один и тот же предмет с разных точек: вблизи, издалека, сверху, снизу, сбоку, под несколькими углами. Вот теперь он поймет что такое открытый кадр (главный объект съемки слева) и закрытый кадр (главный объект съемки справа). Обратите его внимание на то, как падает тень и как от этого меняется кадр.

4. Поощряйте и мотивируйте

Берите фотоаппарат на каждую прогулку и, конечно, в каждый отпуск. Лучшие кадры, сделанные ребенком, распечатывайте и ставьте в рамках. Когда ребенок подрастет, поставьте на компьютер хотя бы самую простую программу редактирования изображений и помогите

ребенку с ней разобраться. Когда ребенок уже втянется в процесс, вы можете активно привлекать его в качестве семейного фотографа на торжества и в отпуске, ему будет в радость, что вы цените его мастерство. Когда ребенок подрастет и перейдет на более профессиональную технику, можете зарегистрироваться на нескольких стоках и предложить им снимки вашего юного фотографа. Он не заработает на этом много, но наглядно увидит, как можно применять свое мастерство. *5. Следите за афишей*

Сводите ребенка на фотовыставку, какого-нибудь известного фотографа, подарите ему несколько фотокниг. Со временем вы и сам юный фотограф увидите, к чему он больше тяготеет. Не бывает фотографов-универсалов. Присмотритесь, что у него получается снимать лучше — людей, природу, животных, виды города или, может быть, его конек — репортажная съемка. Поищите вместе информацию о фотографах, работающих именно в этом жанре, чтобы ребенок видел перспективу. Возможно, именно в этот момент его хобби перерастет в настоящую страсть.

Консультация для родителей «Чем интересен ребенок фотограф?»

Нам кажется, что фотоаппарат для ребенка – это игрушка или... дорогая игрушка. Но для ребенка все серьезнее, глубже и интереснее.

- Увидеть фотографии ребенка - это все равно, что увидеть мир глазами ребенка. На снимках маленький фотограф покажет именно то, что для него важно в этом мире, чему он придает особую ценность. Как мы спешим сфотографировать чарующую улыбку малыша, так и ребенок снимет плюшевого мишку – это для него самый близкий, самый дорогой друг.

- С фотоаппаратом в руках дети проявляют больший интерес к окружающему миру. Ведь они, как настоящие фотографы, ищут объект для съемки: жук это или листок, цветок или камень. Порой дети замечают такие вещи, на которые взрослые не обратили бы внимания: пальцы своих ног, фантик от конфеты, узор на ковре и т.д.

- С фотокамерой в руках ребенок развивает и раскрывает свои творческие способности. Это более выражено для детей постарше, подростков, которые уже воспринимают фотографию как искусство, сознательно ищут интересный кадр.

- Ребенок учится нести ответственность за ценные вещи (за фотоаппарат), а так же тренирует аккуратность и предусмотрительность (вовремя зарядить аккумулятор, своевременно очистить карту памяти). Это, конечно, приходит с опытом и возрастом.

- Ребенок получает удовольствие от процесса фотосъемки. А также огромную гордость – ведь он может фотографировать так же, как папа! И ему доверили такую ценную вещь как фотоаппарат! Приятно ощутить себя начинающим фотографом!

- Начав более глубоко изучать фотографию, ребенок (уже, скорее всего, подросток) знакомится с такими понятиями как пропорции, перспектива, композиция и т.д., а так же с методами обработки фотографии с помощью специальных компьютерных программ. А знания никогда не бывают лишними.

- Фотоаппарат в руках ребенка может быть интересен не только для ребенка, но и для его родителей. Ведь родители, отдавая ребенка в школу и на секции, отпуская в гости, упускают из виду большую часть его жизнь. А ведь так интересно узнать, чем они там занимаются, правда? Через фотографию родители могут лучше понять интересы ребенка, которые он даже и сам и не осознает, потому что в творчестве проявляются подсознательные желания и наклонности. Так ребенок, снимающий жучков и гусениц, скорее всего, позже проявит интерес к биологии; а девочка, создающая кукольные истории в фото-кадрах, будет хорошим психологом, педагогом или просто чудесной мамой.

Индивидуальные беседы «Фотоигрушка?»

Конечно, первыми учителями ребенка по фотографии будут родители. Только здесь нужно честно ответить на вопрос: а умеете ли вы сами фотографировать? Давайте проследим возможность обучения ребенка фотографии с самого раннего возраста с учетом умения родителей в этом деле.

Дошкольники (3-6 лет)

Желания ребенка. Первый интерес ребенка к фотоаппарату – это нажать кнопку точно так же, как это делает мама. Затем он, возможно, захочет снимать свои игрушки (как мама снимает своих детей) или взять фотоаппарат на прогулку (опять-таки, как это любит делать мама). Здесь у ребенка самый большой интерес – это делать так, как делают взрослые. Так же ребенок интересуется и результатом: с большим удовольствием просматривает отснятые кадры, демонстрирует их родителям.

Возможности обучения. На данном этапе от взрослых для обучения ребенка не требуется никаких особых умений и познаний в фотографии. Достаточно самых элементарных правил обращения с фототехникой. Но если для нас эти правила элементарны и просто следуют из здравого смысла, то ребенок только знакомится с фотоаппаратом, поэтому для него важно все! А от взрослого требуется в первую очередь терпение, понимание и поддержка.

Итак, обучая дошкольника фотографии, следует обратить внимание на следующие пункты:

- Навыки элементарного обращения с фотоаппаратом: включить, сделать снимок, просмотреть готовые кадры, выключить фотоаппарат.

- Правила техники безопасности: надевать ремешок на руку, не забывать выключать фотокамеру, убирать в чехол после окончания съёмки, не трогать объектив руками, не бегать и не беситься с фотоаппаратом в руках.

Ребенку лучше не ставить запретов в форме «нельзя трогать объектив», потому что на любой запрет, во-первых, возникает протест, а во-вторых, желание сделать именно так, как запрещают. Оптимальный вариант делать акцент на то, что «настоящие фотографы... делают так-то и так-то... например, всегда надевают шнурок на руку, потому что если фотоаппарат вдруг выскочит из рук, то он повиснет на запястье, не упадет и не разобьётся». Ребенку все нужно объяснить так, чтобы он был сам заинтересован в соблюдении правил обращения с «дорогой игрушкой»: например, рассказать, что не стоит нажимать разные кнопки просто так, потому что можно удалить все фотографии, - ребенок ведь очень дорожит своими шедеврами, поэтому прислушается к рекомендации.

- Свобода творчества. Для дошкольника правил, перечисленных в предыдущих пунктах, уже очень много. Это взрослый делает все на «автомате», а ребенку все-таки стоит большого труда соблюдать столько новых для него рекомендаций. Поэтому далее самое ценное – дать ребенку полную свободу творчества: пусть снимает что хочет, сколько хочет, как хочет.

- Моральная поддержка. Это относится не только к фотографии, но и к любой творческой деятельности ребенка: рисует ли ребенок пейзаж или строит рыцарский замок.

Очень важно поддержать ребенка, если у него что-то не получается, похвалить, посмотреть, попозировать (если просит), уделить внимание, удивиться, обрадоваться, в общем, проявить заинтересованность. Фотоигрушка? И все-таки: фотоаппарат для ребенка – игрушка или нечто большее? Мы ведь даем малышу маракасы и барабан, а музыка – это красиво! Мы вручаем ребенку кисти и краски, а живопись – это чудесное творчество! Мы читаем детям книжки, водим в кукольный театр, показываем детские фильмы... Мы приобщаем ребенка к прекрасному, к искусству...

Так почему бы не приобщить ребенка к фотографии? И пускай сначала фотоаппарат для ребенка - просто увлекательная игрушка, но именно через игры познается мир и доносятся самые важные идеи! Удачных кадров

Фотографии, сделанные ребенком – что с ними делать родителям?

При показе готового материала каждый ребенок узнает свою фотографию, что, конечно же, вызывает бурю эмоций. В следующий раз ребенок будет подбирать материал для фото с удвоенной силой. Вот вам и познавательная активность и, как результат, вариативность наглядного ряда. Правильно подобранные видеоматериалы, демонстрируемые с помощью медиатехники, позволяют сделать непосредственно образовательную деятельность более интересной и динамичной, помогают «погрузить» ребёнка в предмет изучения, создать иллюзию соприсутствия, сопереживания с изучаемым объектом, содействуют становлению объёмных и ярких представлений. Всё это способствует повышению мотивации детей к образовательной деятельности, активизирует познавательную деятельность, повышает качество усвоения программного материала с детьми. Важно помнить, что каждый ребёнок это –

личность, и его способности развиваются в той деятельности, в которой он занимается по собственному желанию и с интересом. Следовательно, необходимо выбирать такие технологии, которые давали бы возможность это осуществить. Информационно-коммуникационные технологии являются таким средством, так как открывают безграничные возможности для эффективной творческой работы. Фототворчество ребенка, как и любой вид творчества, достойно уважения. Поэтому приветствуются все способы одобрения, хранения и демонстрации:

- заведите ребенку отдельный альбом, в который можно оформлять распечатанные снимки (пусть это сделает сам ребенок);
- выделите отдельную папку на компьютере для хранения детских шедевров «на память»;
- купите фоторамки и устройте домашнюю выставку работ ребенка (снимки можно периодически менять);
- распечатайте интересное фото и сделайте к нему самостоятельно фоторамку;
- оформите красиво снимки, сделанные ребенком, и подарите бабушкам-дедушкам;
- оформите фотокнигу с тематическими снимками ребенка, например, «как я ходил в осенний поход с группой»; и ... другие идеи приветствуются)))))).

Из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что применение ИКТ в воспитательно-образовательном процессе:

- Способствует активизации детей на поиск новых нетрадиционных форм и методов познания окружающей действительности, дает стимул к проявлению творческих способностей.
- Увеличивает интерес детей к обучению, повышает качество усвоения программного материала детьми.
- Поднимает уровень педагогической компетентности родителей, информированности их о жизни группы, усиливает интерес к событиям в детском саду.

ГИМНАСТИКА ПРОБУЖДЕНИЯ- ЭФФЕКТИВНАЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ СОХРАНЕНИЯ И СТИМУЛИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ МЛАДШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

*Р.Р. Хасанишина, воспитатель
МБДОУ «Детский сад №25 «Йолдызкай»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Современные условия жизни предъявляют повышенные требования к состоянию здоровья человека, особенно детей дошкольного возраста. Проблема воспитания культуры здоровья у всех участников образовательного процесса в ДОУ является особенно актуальной на современном этапе развития общества. Не секрет, что серьёзным вопросом является неудовлетворительное состояние здоровья и физического развития значительной части детей дошкольного возраста. Постоянно растущее число детей с нарушениями в физическом развитии ставит перед нами, педагогами, задачу поиска эффективных форм и приемов профилактики, укрепления и сохранения здоровья дошкольников в условиях дошкольного образовательного учреждения. В настоящее время всестороннее развитие детей невозможно без использования современных образовательных технологий.

В концепции нашего дошкольного образования предусмотрено не только активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников, но и сохранение, а также стимулирование здоровья дошкольников. С целью достижения новых образовательных результатов в своей работе с детьми дошкольного возраста я использую здоровьесберегающие технологии, т.к. считаю: реализация здоровьесберегающих технологий - эффективное средство сохранения, укрепления и стимулирования здоровья детей.

Цель использования мною здоровьесберегающих образовательных технологий - обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Я работаю с детьми младшего дошкольного возраста, а это именно тот период, когда идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим.

Мы используем разные технологии сохранения и стимулирования здоровья в младшей группе: динамические паузы, подвижные и спортивные игры, пальчиковую гимнастику, гимнастику для глаз и т.д. Но лучше всего зарекомендовала себя игровая оздоровительная гимнастика пробуждения, которая проводится ежедневно после дневного сна. В ее комплекс входят упражнения на кроватях для пробуждения, упражнения на коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки.

Гимнастика пробуждения направлена на постепенный переход детей ото сна к бодрствованию. Я начинаю её под спокойную музыку с проснувшимися детьми. Остальные присоединяются по мере пробуждения. Основная цель гимнастики после дневного сна – поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений. Комплекс состоит из нескольких частей. Гимнастика в постели включает такие элементы, как потягивание, поочередное поднятие и опускание рук и ног, элементы самомассажа, пальчиковой гимнастики, гимнастики для глаз. Проснуться ребятам помогает, например, солнышко, которое появилось в окошке, и к которому потянулись в ходе гимнастики все малыши. Главное правило: исключить резкие движения, которые могут вызвать растяжение мышц, перевозбуждение и, как следствие, головокружение. Длительность гимнастики в постели около 2-3 минут.

Затем предлагаю детям перейти в прохладную комнату босиком и в трусиках. Там они выполняют ходьбу на носках, пятках, с высоким поднятием колен, в полуприседе, в полном приседе, на внешней стороне стопы, с перекатом с пятки на носок. Затем дети осуществляют пробежки по массажным, ребристым, мокрым дорожкам, т.е. выполняют комплекс упражнений, направленных на профилактику плоскостопия. При этом слежу не только за правильностью выполнения упражнений, но и за осанкой детей.

Далее мы выполняем общеразвивающие упражнения в помещении с контрастной температурой воздуха, а также упражнения с тренажерами и без них. Чаще всего мы используем маленькие мячи. Они стимулируют «ручную умелость», активизируют рецепторы рук и ног. Комплекс гимнастики после дневного сна длится 10–15 минут. Заканчивается гимнастика после дневного сна закаливающими процедурами: обтиранием холодной водой.

В оздоровительную гимнастику мы включаем комплекс упражнений, направленных на профилактику нарушений осанки, комплекс дыхательной гимнастики, что очень важно для укрепления иммунитета, профилактики простудных заболеваний и заболеваний верхних дыхательных путей.

Такая гимнастика способствует комфортному пробуждению детей и созданию психологически комфортной обстановки в группе. Гимнастика рассчитана на большую самостоятельность: дети должны помнить упражнения, их последовательность и осознанно выполнять комплекс. Так мы прививаем потребность в выполнении физических упражнений, а значит, – учим заботиться о своём здоровье с младшего дошкольного возраста.

К данной работе мы привлекаем и родителей воспитанников: консультируем, рекомендуем использовать данную здоровьесберегающую технологию в домашних условиях в выходные дни, чтобы не прерывать процесс. Она проста, не требует специальных знаний. На сегодняшний день многие родители используют гимнастику пробуждения в домашних условиях. Это является не только хорошим доказательством преемственности требований между дошкольным учреждением и семьёй, но и обеспечивает системность в формировании у детей привычки заниматься оздоровительными процедурами и думать о своём здоровье. Для проведения оздоровительного комплекса в группе, родителями были изготовлены дорожки с пуговицами. Мы доводили до родителей важность использования такой дорожки: она массирует ступни малыша, укрепляет мышцы, защищает организм в целом.

Выстроенная нами система проведения бодрящей гимнастики (или гимнастики пробуждения), помогает решать поставленные задачи: осуществление постепенного, мягкого перехода детского организма ото сна к активному бодрствованию с одновременным оздоровительно-

закаливающим эффектом. Мы стараемся сделать так, чтобы наши малыши вставали с желанием, а выполняли упражнения комплекса с удовольствием. Для этого мы строго соблюдаем *принцип формирования у детей осмысленной моторики*. Для нас важно, чтобы движения детей стали произвольными и управляемыми только тогда они будут осмысленными и ощущаемыми. Мы понимаем, что ребенка предстоит многому научить для того, чтобы он, в свою очередь, научился слушать, понимать, уважать и любить свое тело.

Здоровье – один из важнейших компонентов человеческого благополучия и счастья, одно из неотъемлемых прав человека. Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

Таким образом, использование специальных форм здоровьесберегающих технологий приводит не только к сохранению, но и к развитию здоровья воспитанников. Результаты сами за себя говорят: увеличилось число детей, желающих заниматься бодрящей гимнастикой после сна, снизились показатели пропуска одним ребёнком по болезни на 0,8 дня (с 3,6 до 2,8).

Литература:

1. Баль Л.В., Барканов С.В. Формирования здорового образа жизни детей. М., 2003, С.12.

Интернет - ресурсы:

<http://detochki-doma.ru/poteshki-dlya-detey/>

<http://www.maminpapi.ru/poteshki-dlya-zaryadki/medvejata-v-chashe-jili.html>

<http://allforchildren.ru/kidfun/poteshki05.php>

САМОМАССАЖ – ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ОБУЧЕНИЯ МЛАДШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

Е.А.Кирилова, воспитатель

МБДОУ «Детский сад № 25 «Йолдызкай»

Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. А ведь здоровье неотделимо от человека, поэтому и проблема здоровья - это проблема человека. Отсутствие здоровья у человека несет гибель цивилизации в целом. Здоровый человек, здоровая нация или цивилизация составляют предпосылки оптимистических перспектив существования жизни на земле. Вот почему так важно научить детей уже в дошкольном возрасте ценить, беречь и укреплять своё здоровье. Если этим заниматься с раннего возраста, то можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально, духовно. Отношение детей к своему здоровью - фундамент, на котором может быть выстроено здание потребности в здоровом образе жизни. Оно зарождается и развивается в процессе осознания ребенком себя как человека и личности. Необходимо, чтобы дети поняли: сложное, но в высшей степени хрупкое создание природы, и свое здоровье, и свою жизнь надо уметь защищать с самого раннего возраста.

Усилия работников ДОУ сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Неслучайно именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. И одной из сторон данного процесса должно явиться формирование культуры здоровья, как части общей культуры человека – осознание здоровья, как жизненно важной ценности, воспитание ответственного отношения к своему здоровью, здоровью. Не случайно одна из задач ФГОС ДО - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. В свете требований ФГОС дошкольного образования физическое развитие детей дошкольного возраста включает приобретение опыта в становлении у детей ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и

правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

Понимая важность проблемы, мы встали на путь поиска средств для сохранения здоровья детей, обучения и приобщения их к здоровому образу жизни. Здоровьесберегающие образовательные технологии наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей. Цель - становление осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. Это технология личностно-ориентированного воспитания и обучения дошкольников. Ведущий принцип таких технологий - учет личностных особенностей ребенка, индивидуальной логики его развития, учет детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения. Известны 4 группы здоровьесберегающих технологий: 1) сохранения и стимулирования здоровья, 2) музыкального воздействия, 3) коррекции поведения, 4) обучения здоровому образу жизни. Доказано, что внедрение здоровьесберегающих технологий способствует воспитанию интереса ребёнка к процессу обучения, повышает познавательную активность, улучшает психоэмоциональное самочувствие и здоровье детей, способствует снижению заболеваемости, повышению уровня физической подготовленности, сформированности осознанной потребности в ведении здорового образа жизни.

Процесс управления в нашем детском саду в области здоровьесбережения и приобщения детей к ЗОЖ осуществляется в соответствии с миссией дошкольного образовательного учреждения, соответствует требованиям законодательства разного уровня и принципам сохранения здоровья. В концепции нашего дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников. Исходя из этого, моя цель - сформировать у дошкольников представления о здоровом образе жизни и добиться осознанного выполнения элементарных правил здоровьесбережения. Моя задача - с помощью технологии здоровьесбережения сформировать у детей понимание необходимости заботиться о своем здоровье, беречь его, учиться быть здоровыми и вести здоровый образ жизни. Работу по здоровьесбережению осуществляю в трёх направлениях:

1. *Обучение детей элементарным приёмам здорового образа жизни:* оздоровительная гимнастика, игры – релаксации, физкультминутки во время занятий, специально организованные занятия оздоровительной физкультуры, массовые оздоровительные мероприятия, упражнения для глаз, самомассаж и т.д.

2. *Работа с семьей:* пропаганда здорового образа жизни, консультации, индивидуальные беседы, выступления на родительских собраниях, распространение буклетов, выставки, проведение совместных мероприятий.

3. *Создание условий и развивающей среды:* изготовление нестандартного оборудования для профилактики плоскостопия и нарушения осанки, подбор картотек, разработка отдельных оздоровительных комплексов.

Для меня важно достичь такого результата, чтобы наши дети, переступив порог «взрослой жизни», имели высокий потенциал здоровья. При этом необходимо объяснить ребенку серьезность процедуры и дать детям элементарные знания о том, как не нанести вред своему организму. В процессе проведения режимных моментов уделяю внимание такой здоровьесберегающей процедуре как массаж, который является великолепным средством профилактики множества заболеваний, снятия усталости, поднятия жизненного тонуса. Самомассаж использую как систему приемов механических воздействий на поверхность тела. Самомассаж рук, ступней ног, тела – в качестве профилактики простудных заболеваний, сколиозов, вегетативных дистоний, плоскостопия и нарушения осанки. Он тонизирует весь организм, улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, снимает тревожность, способствует развитию мелкой моторики, повышает работоспособность, развивает мышление, внимание. Стимуляция точек на кистях рук способствует повышению тонуса и работоспособности всего организма. Проводится он в игровой форме (веселые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения) и выполняется самим ребенком, т.е. самостоятельно.

Для предупреждения простудных заболеваний регулярно применяем точечный массаж, массаж биологически активных зон, ушей, который проводится с помощью специально разработанных игровых упражнений: «Шарик», «Салют», «Трактор», «Упрямый ослик», «Плакса».

С целью укрепления и развитие мышц свода стопы, пальцев ног, координации движений нами созданы массажный коврик «Рыбка», дорожка здоровья «Пробки», приобретены массажные маленькие и большие мячи с шипами. Массаж мячами с шипами осуществляем ежедневно. При перекатывании мяча имеющиеся на его поверхности шипы воздействуют на нервные окончания, улучшают приток крови, стимулируя кровообращение. Маленькие мячи развивают мелкую моторику рук и используются нами для профилактики болезней суставов; они позволяют хорошо проработать любую проблемную зону на теле. Большой плюс массажного мяча в том, что почти все части тела можно массажировать самостоятельно, без посторонней помощи. Упражнения с ними просты и эффективны. Регулярные занятия с массажными мячами оказывают благотворное влияние на организм в целом, улучшают питание тканей, способствуют восстановлению мышечных функций, уменьшают болезненные ощущения, повышают упругость кожи. Данная работа не требует специальной организации и выполняется детьми в свободное время, между занятиями, а также как физминутка в ходе занятия. У наших детей уже выработалась привычка использовать мячик самостоятельно, без прямых указаний педагога. А значит,- дети понимают важность заботы о своём организме с помощью массажных мячей. Массажные мячи, как инновационный метод приобщения детей к ЗОЖ, мы используем уже несколько лет, они хорошо себя зарекомендовали и прочно вошли в систему физкультурно-оздоровительной работы с детьми, куда входят так же: двигательная деятельность, полноценное питание, закаливание и др.

Для массажей используем сосновые шишки, деревянные прищепки, яйца от киндер сюрпризов, деревянные палочки, мячи – ёжики, деревянные массажёры. Выполняем массажи спины, ног, стоп, рук, пальцев рук, живота, головы, массаж области груди, носа, ушей. Каждый массаж сопровождается стихотворными строками, которые создают положительный эмоциональный настрой, что повышает оздоровительный эффект. Это такие массажи как: «Снеговик», «Крокодил», «Строим дом», «Поиграем с ушками», «Поиграем с носиком», «Буратино», «Чебурашка».

Ценность этой технологии в том, что проводится она в зависимости от поставленных педагогом целей.

Таким образом, основной целью проведения данной здоровьесберегающей технологии является осуществление профилактики простудных заболеваний, что так актуально для детей младшего дошкольного возраста. Рассмотренная технология, имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребенка привычку к здоровому образу жизни.

Формирование потребности в ЗОЖ невозможно без специально организованной среды. В связи с этим в группе имеется уголок двигательной активности детей учитывающих возрастные особенности и интересы. В нем имеются пособия для профилактики плоскостопия, для подвижных игр и упражнений общеразвивающего воздействия. Мелкое физкультурное оборудование размещено так, что оно доступно для детей. Среда отвечает следующим требованиям:

насыщенности (среда соответствует содержанию программы «От рождения до школы», а также возрастным особенностям детей);

доступности (среда обеспечивает свободный доступ детей к материалам, пособиям);

безопасности (среда предполагает соответствие ее элементов требованиям по обеспечению надежности и безопасности).

Таким образом, можно сказать, оздоровительная среда группы является естественной, комфортабельной обстановкой, рационально организованной и насыщенной разнообразным оборудованием и материалами. Мы создали необходимую макро- и – микросреду для полноценного физического развития и оздоровления детей. Работу осуществляем в соответствии с требованиями программы «От рождения до школы» под ред. Н.Вераксы, М.Васильевой и принципами ФГОС:

полифункциональности: предметная развивающая среда открывает перед детьми множество возможностей, обеспечивая все составляющие образовательного процесса;

трансформируемости: предоставляет возможность изменений, позволяющих, по ситуации, вынести на первый план ту или иную функцию пространства;

вариативности: предполагается периодическая сменяемость игрового материала, появление новых предметов, стимулирующих исследовательскую, познавательную, игровую, двигательную активность детей.

Работа по приобщению детей к ЗОЖ невозможна без сотрудничества с родителями воспитанников. В совместной работе мы широко используем консультации, родительские собрания, беседы, тематические выставки, смотры-конкурсы, анкетирование. Родители учатся ближе видеть сложный многогранный процесс воспитания ребёнка, приобщения его к ЗОЖ. Традиционно проводится неделя здоровья, где дети принимают участие в «Весёлых стартах», и других мероприятиях, показывая уровень своего физического развития, получают эмоциональный заряд от своих достижений.

Таким образом, проводимая нами работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении.

Заключение. Проблема здоровья дошкольников в настоящее время очень актуальна. Чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. Этому искусству и должно уделяться как можно больше внимания в дошкольном учреждении. Следует помнить о том, что младший дошкольный возраст - самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников здоровьесберегающим технологиям обучения ЗОЖ приведут к хорошим результатам. Надо отметить, что все проводимые мероприятия в детском саду позволили нам добиться положительных результатов уже сегодня, а именно:

- уровень физического развития детей группы по сравнению с началом учебного года повысился в среднем на 12 %;

- пропуски по болезни одним ребенком сократились на 0,8 дня;

- дети изменили отношение к сохранению своего здоровья;

- родители стали единомышленниками с педагогами ДОУ.

В одной притче рассказывается, как одного мудреца спросили: «Что является для человека наиболее ценным и важным в жизни: богатство или слава?». Подумав, мудрец ответил: «Ни богатство, ни слава не делают человека счастливым. Здоровый нищий счастливее больного короля!» [1, с.12]. Здоровье – бесценное достояние и великая ценность. И оно может сделать человека счастливым!

Литература:

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. № 2. С.21 — 28.

2. Методические рекомендации: Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения /Под ред. М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. - М., 2002.

3. Педагогика и психология здоровья /Под ред. Н.К. Смирнова. — М.: АПКИПРО, 2003.

4. Сухарев А.Г. Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России // Школа здоровья. 2000. Т. 7. № 2. С.29 — 34.

5. Ткачева В.И. Играем каждый день //Методические рекомендации. — Мн.: НИО, 2001.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В МУЗЫКАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ

Назарова О.Н. музыкальный руководитель

*МАДОУ «Детский сад №20» общеразвивающего вида «Мозаика»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

На сегодняшний день приоритетными задачами в программе модернизации российского образования являются: оздоровление ребёнка-дошкольника и культивирование здорового образа жизни.

Актуальность темы состоит в том, что забота о здоровье детей - важнейшая задача всего общества. Не секрет, что состояние здоровья подрастающего поколения является показателем благополучия общества, отражающим не только истинную ситуацию, но и дающим прогноз на перспективу.

Организация музыкальной деятельности дошкольников с использованием технологий здоровьесбережения позволяет обеспечить каждому ребёнку укрепление психического и физического здоровья. Физическое и психическое здоровье детей неразрывно связано с эмоциональным благополучием. Исходя из принципа «здоровый ребёнок – успешный ребёнок» считаю, что выявление и развитие музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни невозможно без применения в условиях детского сада здоровьесберегающих технологий.

Что же такое здоровьесберегающие технологии?

Это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, направленных на укрепление здоровья участников образовательного процесса.

В музыкальной деятельности я использую следующие здоровьесберегающие технологии, которые я представила в виде системы музыкально – оздоровительной работы.

Эти технологии я выделила в две группы. Первая, которая окрашена синим цветом – это технологии сохранения и стимулирования здоровья. Вторая - коррекционные технологии.

Первая группа - Технологии сохранения и укрепления здоровья: ритмопластика, пальчиковая гимнастика, логоритмика, музыкатерапия, вокалотерапия.

Вторая группа – Коррекционные технологии: фольклоротерапия, улыбкаотерапия, игротерапия, праздникотерапия, сказкотерапия, танцетерапия, барабанотерапия.

Сегодня я более подробно остановлюсь на технологиях «Вокалотерапии» и «Барабанотерапии».

«Вокалотерапия» - это правильный подбор дыхательных и голосовых упражнений, которые имеют лечебное действие на ребёнка.

При использовании данной технологии в музыкальной деятельности, я опираюсь на методические рекомендации авторской методики Никитиной О.А. «Вокальная Азбука».

Новизна данной методики заключается в использовании здоровьесберегающих технологий в форме вокальной игры на традиционных музыкальных занятиях во время певческой деятельности.

Большое внимание в методике уделяется дыхательной и артикуляционной гимнастике.

Игра на развитие дыхания:

«Маленький хомячок» – надуть щеки, разомкнуть зубы и быстро перекачивать воздух;

«Привет солнцу»- тонизирующее дыхание.

«Аромат роз» - расслабляющее дыхание. «Засыпающий цветок»- успокаивающее дыхание в пропорции.

Артикуляционная гимнастика:

Упражнения: «Хомяк» (язык поочередно упирается в правую и левую щеки, задерживаясь в каждом положении на 3-5 секунд);

«Трубочка» (вытянуть губы трубочкой, вращать ими по часовой и против часовой стрелки. Повторить 6-8 раз).

Особое внимание в программе «Вокальная азбука» уделяется постановке всех звуков в пении. Каждый гласный и согласный звук прорабатываются отдельно.

Начинаются игры со звука «А», с первой буквы алфавита. У каждой буквы своя интересная игра, своя песенка, свои стихи.

О целебных свойствах отдельных звуков знали испокон веков и мы используем этот опыт в «Вокалотерапии».

Например, если у детей низкая работоспособность можно распеваться на звуке

Э – именно этот звук улучшает работу головного мозга

Весной чаще всего распеваемся на звуке

А – так как он укрепляет сердечную мышцу

В простудный период чаще работаем со звуком

И – так как он благотворно влияет на глаза, уши, нос

У – используем при восстановлении дыхания

А если вам нужно справиться с негативными эмоциями, стимулируем их на выборе звукосочетаниями УХ, ОХ, АХ.

Данные игры – упражнения, при пропевании звуков алфавита, позволяют полностью подготовить голосовой аппарат и весь организм детей к работе над песней, что предотвращает перенапряжение неокрепших голосовых связок в процессе пения. Детям становится проще разучивать и исполнять песни, так как активизируются все вокальные навыки и музыкальный слух. К тому же в процессе выполнения данных упражнений в игре укрепляется здоровье детей. Используя эту методику, мы правильно учим детей петь, а пение лечит заикание, помогает детям с нарушениями речи, улучшает артикуляцию и ритм, благотворно влияет на легочную и сердечную систему, развивает эмоциональную сферу ребенка. Все песни, используемые в работе, подбираются с учетом возрастных и личностных особенностей детей.

Коррекционная технология – «Барабанотерапия»

Солнышко встало, деревья в цвету...

Сколько невиданных стран!

Всякую грусть убивай на лету,

Бей, барабан!

Цветаева)

(Марина

Мне представилась возможность рассказать вам об одном из новейших видов терапии – «Барабанотерапия». Слышали о такой? Что такое «Барабанотерапия» и кому она нужна?

Начать нужно, наверное, с того, что барабаны - это самый древний инструмент, происхождение которого датируется третьим тысячелетием до нашей эры, и что самое интересное, он появился сразу в нескольких уголках мира и до сих пор остается одним из самых удивительных инструментов.

Примечательно, что барабанная дробь и барабанный стук издавна использовались нашими предками, как сигнал тревоги. А, вот японцы, барабаны использовали, как оружие. Барабаны-тайко были настолько большими, что один солдат нес такой барабан размером в человеческий рост на своей спине, а двое других солдат - извлекали из этого инструмента настолько устрашающие звуки, что они просто парализовывали противника, и тот застывал от ужаса, а когда враг приходил в себя, рядом оказывался японский воин. В эпоху наполеоновских войн именно рокот боевых барабанов выводил солдат из состояния ступора, заставляя идти в атаку — грудью на летящую картечь.

Еще древние славяне, а также шаманы восточных племен использовали исцеляющую силу барабанных звуков, чтобы помочь раненым и тем, кто скорбит.

И всё же, кому нужна «Барабанотерапия» в наше время?

Основными целями барабанной терапии является уменьшение тревоги и проблем в поведении, а также расширение социализации.

Барабан - это ритм, а ритм для человека - это жизнь! Он вездесущ: биение сердца матери это первое, что слышит плод; ритм дыхания; дробь дождевых капель по крыше...

Сегодня собраны научные доказательства того, что гулкие ритмичные удары способны восстанавливать работу сердца и приводить в порядок кровеносную систему, влиять на эмоции и настроение человека. Играя всего 15-20 мин., вы нормализуете давление и дыхание, улучшается настроение и мозговая активность, мышцы тела расслабляются – наступает чувство успокоения и позитивного отношения к миру и к самому себе.

В США уже начинают открываться так называемые барабанные комнаты при онкологических госпиталях. Доказано, что в крови у человека, играющего на барабане, количество кровяных телец увеличивается в несколько раз, и это вполне может заменить собой несколько сеансов химиотерапии.

Психологи уверяют, что игра на барабанах затрагивает очень много аспектов человеческого поведения, о которых мы порой просто не задумываемся.

«Барабанотерапия» зачастую используется даже там, где бессильны медицина и классическая психология. Например, при работе с «трудными» подростками, детьми-аутистами, пациентами с болезнью Альцгеймера. Ритмы барабанов также успешно применяются в терапии синдрома гиперактивности. Гиперактивный - это такой ребенок, который делает много бесполезных движений тела, плохо владеет своим телом, непоседливый, склонен к резкой смене настроения. Много хлопот этот синдром доставляет самому ребенку и его окружению в учебном процессе. В графстве Кент живет музыкант, драммер Саймон Ли. Он лечит людей с помощью игры на барабанах. Матери приводят к нему детей, которые отстают в учебе или мучаются от неврозов, фобий и маниакальных состояний. Результаты барабанотерапии поражают...

Барабан позволяет в непринужденной игровой манере научить ребенка сосредотачивать свое внимание и расслабляться, когда это нужно. Малыш учится слышать и слушать других детей, работать в паре, команде над поставленной целью. Полученные навыки полезны в тех случаях, когда необходимо овладеть своим волнением, собраться с мыслями, выйти из конфликтной ситуации.

Согласно исследованиям ученых, игра на барабанах помогает получить доступ к правому полушарию мозга. Оно отвечает за интуицию, артистизм, эмоции. Барабанная терапия тренирует вестибулярный аппарат, улучшает визуальное восприятие, а также координацию рук и глаз. Игра на барабанах копирует и развивает речь. В основе такой игры лежит действие вида «вызов — ответ».

Барабаны используются для профилактики «синдрома эмоционального выгорания». Игра снимает напряжение и стресс, устраняет скачки кровяного давления. Да и просто – повышает настроение и дает заряд бодрости. Отрицательные эмоции уходят. Гнев и обида выплескиваются во время игры на барабанах. Казалось бы, всего лишь игра на ударном инструменте, но это занятие очень помогает здоровью. Научкой доказано, что виброзвуки и, правда, способны лечить. Но для этого не нужно ни заклинаний, ни оленьих шкур, Только ударная установка и желание научиться на ней играть. А для современного человека, страдающего ежедневным стрессом, это просто спасение! Поэтому ответ на вопрос «Кому нужна «Барабанотерапия»? - всем без исключения!

Тот, кто хоть раз сидел за барабанами, знает, что это только с виду кажется – играть на них легко. На самом деле, это очень сложно и требует терпения и времени. Но не стоит отказываться от игры. У каждого человека есть то самое легендарное чувство ритма, просто важно его развить. И со временем вы будете получать колоссальное удовольствие от игры. Вам захочется отбивать ритм везде и всюду, чем угодно и когда угодно. А если кратко, то барабан - это просто волшебный инструмент, который подарит Вам и Вашим детям полную свободу движений, полет фантазии и незабываемые ощущения радости!

Как же проходит сеанс «Барабанотерапии»?

В общем-то сегодня, в XXI веке, мы, прибегая к барабанным практикам, ничего принципиально нового не придумали и лишь грамотно используем то, что было придумано нашими далекими предками.

«Барабанотерапия»

Желающие рассаживаются по кругу, каждому выдают по барабану. Ведущий задает ритм — сначала попроще, затем постепенно усложняет его. Поначалу выходит игра вразнобой. Можно нарисовать ритм – схему ударов на доске. Когда человек играет на барабанах — не важно, на каком, все мысли (то есть контроль над сознанием) должны уйти на задний план. Постарайтесь просто отключить мысли, погрузитесь в собственные чувства.

Пробуем сыграть ритм?

Ритм - Дум-тека-тека-дум-дум-ток... Это не древнее заклинание, а условное обозначение ударов. Все просто. Допустим, перед вами барабан— ударный инструмент. Вы аккуратно берете барабан и начинаете отбивать ритм: дум — басовый удар правой рукой в центр барабана, те — открытый удар правой рукой по краю барабана, ка — открытый удар левой рукой по краю барабана, ток — закрытый удар обеими руками по краю барабана. Выдерживая между ударами паузу, равную по длительности одному удару, вы воспроизводите этот ритм: дум-тека-тека-дум-дум-ток. Это несложно. Легкость воспроизведения объясняется тем, что

именно такая отбивка, как уверяют музыканты, наиболее созвучна ритму человеческого сердца, которое бьется в таком же режиме: 70—100 ударов в минуту. Хочешь быть в гармонии с окружающим миром и с самим собой — бери в руки дарбуку или любой другой барабан и отбивай нехитрый такт.

Игра на «Барабанах»

Результаты музыкально-оздоровительной работы

Использование здоровьесберегающих технологий в музыкальной деятельности дали следующие результаты:

- повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей;
- стабильность эмоционального благополучия каждого воспитанника;
- повышение уровня речевого развития;
- снижение уровня заболеваемости;
- стабильность физической и умственной работоспособности дошкольников.

Все изложенное выше показывает, что внедрение в обучение здоровьесберегающей технологии ведет к улучшению психологического климата в детском коллективе. А так же имеет оздоровительный эффект не только для детей, но и для взрослых, которые испытывают на себе их положительное влияние.

Используя в музыкальной деятельности комплексную систему здоровьесберегающих технологий, в итоге формирует у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Литература:

1. Арсеновская О.Н. Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения. Волгоград: Учитель, 2009.- 204с.
- 2.«Барабанная терапия при аутизме» - Ененкова Л.Н. <https://sensoricinru.wordpress.com/>
- 3.«Барабанотерапия для детей с особыми потребностями» - Красновская А.
4. Никитина Оксана «Вокальная азбука» <http://childvocal.ru/hornbook/>
5. Орлова Т.М., Бекина С.И. Учите детей петь: песни и упражнения для развития голоса у детей 5-6 лет. М.: Просвещение, 1987.-144с.
6. Радынова О.П. Музыкальное воспитание дошкольников. М.: Издательский центр «Академия», 1998.-240с.

Организация работы кружка «Ритмическая мозаика» как одна из условий сохранения и стимулирования здоровья воспитанников

*Л.Р. Валиева, инструктор по физической культуре
МАДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №20 «Мозаика»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

В последнее время всё больше возрастает значимость проблемы раннего выявления и развития одарённости детей, в том числе и в двигательной сфере. Очень важно вовремя заметить способного и одаренного ребенка и создать условия для развития его способностей и одаренности.

Во время организованной образовательной деятельности по физической культуре в ДОУ не всегда можно удовлетворить все «запросы» воспитанников. Насыщенная деятельность, направленная на развитие двигательных способностей, сохранение и развитие природных физических задатков детей осуществляется в процессе организации работы спортивного кружка «Ритмическая мозаика», который является одной из эффективных форм в работе с дошкольниками и служит действенным средством в решении таких задач, как:

- развитие физических качеств;
- привитие интереса к физической культуре и спорту;
- расширение и углубление знаний, полученных на основных занятиях;
- закрепление умений и совершенствование практических навыков;
- развитие индивидуальных способностей и задатков детей;

побуждение к творческой активности, инициативе и самостоятельности в двигательной деятельности;

организация содержательного отдыха воспитанников ДОУ, направленного на их физическое, эстетическое и нравственное развитие.

Деятельность кружка дает возможность детям сформировать не только базовые двигательные умения и навыки в области физического развития, но и развить индивидуальные способности и задатки ребенка, совершенствовать работу опорно-двигательного аппарата, развивать физические качества, и конечно же, укрепить здоровье. В ДОУ кружок «Ритмическая мозаика» действует уже 4 года, сложилась определенная система работы. Программа кружка, разработанная мною, направлена на воспитанников с высокой двигательной активностью и выраженными моторными способностями. Кружок проводится 2 раза в неделю с детьми подготовительной к школе группы. Как показала практика, в процессе занятий в кружке у дошкольников происходит оптимальное сочетание различных видов детской деятельности (познавательно-коммуникативной, игровой, двигательной), что определенно способствует улучшению, как физической, так и социальной адаптации детей в современном мире.

Данные статистики, факты из медицинской практики говорят о том, что многие дети испытывают двигательный дефицит, который приводит к выраженным функциональным нарушениям в организме: снижение силы и работоспособности скелетной мускулатуры влечет за собой нарушение осанки, координации движений, выносливости, гибкости и силы, плоскостопие, вызывает задержку возрастного развития. Большое место в физическом развитии дошкольников занимают спортивные упражнения. Овладение ими имеет важное значение для разносторонней физической подготовленности ребенка.

Во время занятий использую различные спортивно-оздоровительные тренажеры. Работаем на степ платформах, которые способствуют формированию осанки, развитию координации движений, укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Упражнения с диском «Здоровье» способствуют развитию координации движений, ловкости, формированию осанки, дает шанс быть здоровым и красивым.

Упражнения ЛФК способствуют предупреждению перегрузки мышц, поддерживающих позвоночник, воспитывают привычку правильно держать осанку

Занятия на спортивном комплексе «Батыр» укрепляют мышцы, укрепляют иммунитет, гармонизируют физическое и интеллектуальное развитие ребенка, укрепляют опорно-двигательный аппарат.

Упражнения на «Шведской стенке» используется как элемент профилактики нарушений осанки.

В тесном сотрудничестве работаю с воспитателями, медицинскими работниками, с родителями. Родители имеют возможность посещать наши занятия, активно участвуют в спортивных мероприятиях.

Таким образом, использование различных форм работы, организация кружковой деятельности дают положительные результаты, которые выражаются в снижении заболеваемости детей по дошкольному учреждению. Системная, целенаправленная работа в данном направлении позволяет нам иметь стабильные положительные результаты.

Литература:

1. Алямовская В.Г. Как воспитывать здорового ребёнка. - М., 1993г.
2. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т.Ф., Каневская Л.Я. и другие. 3. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 7 лет - М., 1987г.
4. Иванова О.А., Шарабанова И.Н. Занимайтесь ритмической гимнастикой. - М., "Советский спорт", 1988г.
5. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. - М., 1972г.
6. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-Фи-Дансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.: "Детство - пресс", Санкт-Петербург, 2000г.

7. Шарманова С. Морское царство. Применение сюжетных занятий на основе ритмической гимнастики в физическом воспитании детей дошкольного возраста: учебное пособие /под ред. А.И. Фёдорова. - Челябинск, 1996г.

Песочная терапия как средство положительной адаптации детей раннего возраста

А.А. Игнатьева, воспитатель

*МБДОУ «Детский сад пресмотра и оздоровления детей №14 «Подсолнушек»
район РТ Чистопольский муниципальный район*

«Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов»,- гласит один из девизов, вписанных в Устав Всемирной организации здравоохранения.

Охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия является приоритетной задачей Федерального государственного образовательного стандарта.

Проблема адаптации детей младшего дошкольного возраста актуальна всегда. Многие педагоги, психологи работают над этой проблемой не один десяток лет, находя все новые и новые формы работы с детьми.

Существует несколько воздействий на эмоциональное состояние детей средствами искусства, наиболее приемлемым, в работе с дошкольниками, является – арт - терапия.

Цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Суть его состоит в том, что через рисунок, игру, сказку, музыку арт-терапия дает выход внутренней некомфортности и сильным эмоциям, помогает понять собственные чувства и переживания.

Одним из направлений арт – терапии, используемой в моей практике, является – песочная терапия.

Игра в песок, особенно для малышей, является, пожалуй, самым доступным и естественным способом самотерапии.

Принцип терапии песком был предложен Карлом Густавом Юнгом, основателем аналитической терапии.

Возможности песочной терапии многогранны, но сегодня нам хотелось бы остановиться только на ее преимуществах, связанных с адаптацией детей раннего возраста к новым условиям жизнедеятельности.

Маленькие дети часто не могут выразить свои переживания из – за отсутствия активной речи. Песочная терапия может оказаться полезной для установления взаимопонимания со сверстниками, взрослыми и новой средой пребывания в период адаптации. Так же песочная терапия стабилизирует психоэмоциональное состояние ребенка.

При работе с детьми рекомендуется использовать простые упражнения, которые основываются на таких особенностях детей раннего возраста, как: эмоциональность, впечатлительность, способность быстро заражаться, как положительными, так и отрицательными, эмоциями от взрослых и сверстников и подражать их действиям.

Существует большой комплекс упражнений и игр с мокрым и сухим песком. С погружением рук в песок и на его поверхности. Изучив литературу по данной проблеме, я пришла к выводу, что в первую очередь нужно использовать игры на поверхности сухого песка. Особый интерес для меня представляют такие игры как: "Отпечатки наших ручек", "Идут медвежата", "Прыгают зайки", и др.

также предлагаю детям поскользнуть ладонями по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения (как машинки);

пройди по поверхности песка каждым пальцем поочередно правой и левой рукой (можно группировать пальцы по два, три, четыре и т. д.);

поиграй на поверхности песка, как на пианино или клавиатуре компьютера;

Наблюдая за детьми, обратила внимание, что, выполняя те или иные действия с песком, они как бы прислушиваются к себе, а порой и проговаривают свои ощущения. Правда, это относится к детям, у которых развита активная речь, и дети у которых есть личный опыт при работе с песком.

Таким образом, выполняя с детьми незатейливые упражнения с песком, мы стабилизируем эмоциональное состояние. А также учим детей прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения. А это, в свою очередь, способствует развитию речи, произвольного внимания и памяти.

Но главное – ребенок получает первый опыт рефлексии (самоанализа). Учитя понимать себя и других. Так закладывается база для дальнейшего формирования навыков позитивного общения.

Задачи терапии песком:

снизить тревожность, перепады настроения;

создать положительно - эмоциональный микроклимат.

развивать воображение и творчество; развивать тактильные ощущения.

Структура игрового сеанса:

Тактильная разминка.(в ходе тактильной разминки дети выполняют следующие действия: пересыпают песок из ладонки в ладонку; зарывают поочередно ладонки в песок; растирают песочек между ладонками; возят ладонками по песку)

Создание сказочной ситуации. (в ходе создания сказочной ситуации можно использовать фигурки для инсценировки).

Практическое задание по сюжету. (дети самостоятельно выполняют упражнения на песке).

Поощрение детей за помощь песочным человечкам (похвалить детей за помощь человечкам, отметить, как важно приходить в детский сад, где детей ждут песочные человечки со своими песочными приключениями).

Случается, так, что в процессе работы дети заболевают, и это факт. И после того как ребенок поправится и придет в детский сад, я, начинаю работу с начала.

Работу с песком завершаю, когда у ребенка стабилизируется эмоциональный фон, он легко расстается по утрам с близкими, играет в группе, положительно относится к режимным моментам.

В результате использования песочной терапии наблюдаются положительные изменения у детей:

значительно повышается общий эмоциональный фон;

снижается уровень тревожности;

быстрее происходит восстановление всех нарушенных навыков;

повышается познавательная и игровая активность, уровень взаимодействия со взрослыми и сверстниками;

усиливается самостоятельность ребенка;

развивается тактильная чувствительность, мелкая моторика;

более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции (восприятие, внимание, память и мышление, а так же речь и моторика).

Работать с песком могут все дети, за исключением того, что у ребенка не должно быть аллергии на пыль от сухого песка, кожных заболеваний и порезов на руках.

Педагогическая арт - терапия - это волшебная страна. Там ребенок научится быть самим собой, станет понимать чувства других, и использовать эмоции в качестве средства общения. Помогут нам справиться с трудностями волшебство, юмор и справедливое отношение к добру и злу, живущих в сказках. К душе каждого ребенка важно найти особый ключик. Наполняя внутренний мир малыша яркими впечатлениями, радуюсь каждой новой удаче вместе с ним. В своих маленьких играх с песком они передают свое отношение к окружающему миру и дают возможность выплеснуться своему "Я".

Применение сенсорных эталонов для сохранения и укрепления психоэмоционального здоровья детей

И. Н. Тимошкина, воспитатель

*МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №7» «Непоседа»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

Проблема раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента психического здоровья.

Дошкольный возраст – это период созревания ребенка, формирования всех психических процессов и личностных качеств. Все дети, как полагается, неодинаковые, и каждый ребенок имеет право на собственный путь развития. Поэтому в детском саду должна быть создана обстановка для воспитания и обучения детского коллектива в целом, а также каждому воспитаннику предоставлено право проявить неповторимое развитие и творчество.

Современный детский сад – это место, где ребенок получает жизненный опыт в наиболее важных для его развития сферах жизни, взаимодействуя с окружающим. Основной задачей дошкольных учреждений является прежде всего сохранение и укрепление здоровья детей.

Сенсорное развитие, направленное на формирование полноценного восприятия окружающей действительности, служит основой познания мира, первой ступенью которого является чувственный опыт. Успешность умственного, физического, эстетического воспитания в значительной степени зависит от уровня сенсорного развития детей, т. е. от того, насколько совершенно ребенок слышит, видит, осязает окружающее.

Ребенок на каждом возрастном этапе оказывается наиболее чувствительным к тем или иным воздействиям. В этой связи каждая возрастная ступень становится благоприятной для дальнейшего нервно-психического развития и всестороннего воспитания дошкольника. Чем меньше ребенок, тем большее значение в его жизни имеет чувственный опыт. На этапе раннего детства ознакомление со свойствами предметов играет определяющую роль. Значение сенсорного развития в раннем дошкольном детстве трудно переоценить. Именно этот возраст благоприятен для совершенствования органов чувств, накопление представлений об окружающем мире.

В 2-3 года сенсорное развитие становится базой для развития интеллекта ребенка. Поэтому нужно обязательно продолжать целенаправленно развивать восприятие ребенка, формируя верные представления о предметах и их свойствах. Все больше и больше узнавая о форме, цвете, величине, запахе, вкусе, положении в пространстве разных вещей, о времени, ребенок не только расширяет круг знаний об окружающем мире, но и приобретает уверенность в своих силах. Это очень важно для психологического развития малыша.

Процесс восприятия ребенка напрямую связан с мышлением, памятью, вниманием и направляется мотивацией, а также имеет определенную аффективно-эмоциональную окраску.

Главным условием гармоничного сенсорного развития считается обеспечение разнообразия воздействий. Поэтому взрослые должны постоянно общаться с ребенком и организовывать правильное пространство. К двум годам ребенок уже готов для формирования сенсорных качеств. В этот период он начинает развиваться особенно бурно.

Дети становятся очень любознательными. Им интересны все окружающие объекты. Для усвоения сенсорных способностей немалое значение необходимо уделять играм, способствующим развитию данной техники познания у ребенка.

1. Игры для сенсорного развития:

- Величина: «Большие и маленькие», «Какой мяч больше?», «Угости зайчика», «Расставь матрешек на дорожке» и т. п. Эти игры учат детей различать, чередовать, группировать предметы по величине.

- Форма: «Какой это формы», «Круг, квадрат», «Волшебная коробочка», «Найди окошко для фигурки», и т. п. В этих играх дети учатся различать, группировать предметы по форме. Вставлять предметы данной формы в соответствующие для них отверстия.

- Цвет: «Разноцветные бусы», « Спрячь мышку», игры с бельевыми прищепками, подбери чашки к блюдцам, и т. п. Играя в эти игры, дети учатся группировать, соотносить предметы по цвету. Разноцветные прищепки формируют у ребенка перцептивные действия по обследованию окружающих объектов (рассматривание, ощупывание), учат захватывать предмет в руке, а также выполнять действия с предметами, развивают движения кистей и пальцев рук, развивают зрительно – двигательную координацию.

2. Игры с предметами: « Сложи матрешку », « Соберем пирамидку », « Построй башенку » и т. п. Действуя с предметами, он познает их качества и свойства, знакомится с формой, величиной, цветом, пространственными соотношениями. Перед ребенком всегда ставится умственная задача. Он старается добиться результата — собрать башенку, собрать бусы и т. д. Цель этих игр — способствовать закреплению качеств предметов (величина, форма, цвет). Все это дает ощутимый результат. Дети не только развивают умения и навыки в сенсорном воспитании, но и получают массу позитивных положительных эмоций. Для малышей лучше покупать деревянные игрушки. Они прекрасно подходят для развития сенсорики. Из дерева делают пирамидки, кубики, вкладыши, доски с разными отверстиями, всевозможные формы с вкладками, мозаику и другие игрушки. Мозаикой стоит заняться ближе к двум годам. Деревянные игрушки обладают уникальной фактурой. Они устойчивы и удобны для манипулирования. Кроме того, такие предметы экологически безопасны.

Ограничиваясь этим перечислением дидактических игр, важно отметить, что каждая игра дает упражнения, полезные для умственного развития детей и их воспитания. Роль дидактических игр в сенсорном воспитании очень велика. Дидактическая игра помогает ребенку узнать, как устроен окружающий мир, и расширить его кругозор. Дидактические игры выполняют функцию — контроль над состоянием сенсорного развития детей.

Итак, можно с уверенностью утверждать, что ведущей формой сенсорного воспитания являются дидактические игры. Только при определенной системе проведения дидактических игр можно добиться сенсорного развития.

Таким образом, своевременное сенсорное воспитание на данном возрастном этапе – главное условие познавательного развития, правильной и быстрой ориентировки в бесконечно меняющемся окружении, эмоциональной отзывчивости, способности воспринимать красоту и гармонию мира. А быстрое включение сенсорных систем является одной из ключевых способностей человека, основ его полноценного развития.

Литература:

1. Вартан В.П. Сенсорное развитие дошкольников – Мн.: БрГУ, 2007. – 150с.
2. Буянова Р. Сенсорное развитие детей //Социальная работа. - №12. - 2006, С.34-39.
3. Козлова С.А., Куликова Т.А. Дошкольная педагогика. Учеб. пособие для студ. сред. спец. пед. учеб. заведений, - М., Издательский центр Академия, 1998. – 350 с.
4. Мухина В.С. Сенсорное развитие дошкольника. Детская психология: учебное пособие для студентов пед. ин-тов под ред. Л.А. Венгер. - 2-е изд. перераб. и доп. - М.: Просвещение, 1985. – 350 с.

Оздоровительные приёмы – как технология здоровьесбережения у детей дошкольного возраста

Т. В. Спирина, воспитатель

*МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №7» «Непоседа»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Уровень здоровья дошкольников во все времена остаётся проблемой. По определению профессора Н.К. Смирнова все психолого-педагогические приёмы, методы направлены на

воспитание у детей культуры здоровья, личностных качеств, природных способностей, его ума, нравственных и эстетических чувств.

Основной целью этой проблемы является выявление методов здоровьесберегающих технологий, обеспечивающих каждому ребёнку гармоничное развитие, помогающее ему использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышения его уровня.

В своей работе с детьми по оздоровлению я руководствуюсь определёнными принципами здоровьесбережения:

«Не навреди»;

Последовательность и непрерывность в обучении;

Соответствие возрастным и психологическим особенностям;

Комплексный подход-воспитатель и медицинский персонал;

Успех порождает успех. Внимание уделяется только на хорошее и положительное.

Сотрудничество с родителями.

Подведение детей к понятию здорового образа жизни начинается с утра.

Это положительный настрой на весь день. Улыбка, тактильный контакт, искренняя заинтересованность взрослым состоянием внутреннего мира ребёнка, поддержка, совет, игрушка- вот тот небольшой арсенал, которым я пользуюсь, чтобы поднять настроение у малыша и позволить ему спокойно начать «трудовой» день- ведь для ребёнка детский сад-это работа

.Следующим этапом в энергетическом настрое служит утренняя гимнастика.

Здесь наряду с основными заданиями включаю древнеславянское упражнение «Жгонка» или «Веретено»

Есть такая поговорка «Хочешь жить-умей вертеться». Но мало кто знает её продолжение - «вокруг своего позвоночника и своего древа». Тут уже картина налицо - состояние позвоночника считается проекцией здорового человека.

Дети с удовольствием и лёгкостью делают «Жгонку», ведь кружиться они любят, а значит идёт укрепление вестибулярного аппарата.

Во время занятий, в свободные минуты ребята могут выполнять «Маятниковую релаксационную гимнастику», разработанную отделением «Ноосферного образования» Российской Академии естественных наук учёными Н.В. Антоненко и М. В. Ульяновой.

Эти здоровьеразвивающие упражнения способствуют стимуляции роста, развития и восстановления нервных клеток, принимая форму динамической релаксации, вызывая не напряжение, а удовольствие. Суть упражнений состоит в том, чтобы дети выплеснули накопившиеся двигательные реакции. В основном исполняются 9 упражнений:

1 «Потягивание»

2 «Улыбка»

3 «Ёрзание на пятках»

4 «Постукивание носками»

5 «Маятниковые движения носками ног»

6 «Маятниковые движения кистями рук»

7 «Ёрзание на ягодицах»

8 «Маятниковые повороты туловища»

9 «Маятниковые повороты головы»

В работу с детьми включила методику Барнаульского учёного лингвиста В. П. Толстых «Азавита». В своих исследованиях автор показал, что организм человека состоит из определённого количества частот, вибрирующих в унисон со Вселенной, а человек-это часть её.

Если определённые звуки «Азавиты» произносить несколько раз, то будет происходить настройка силового устройства в теле, соответственно все органы будут оздоравливаться.

Вот и проговариваем с ребятами все 18 звуков : А, Ы, Н, В, С, Т,О, Р, Ж, З, Д, У, Х, Л, М, Ш, И, Иа.

Почти все дети знают буквы, посещают кружок по слоговому чтению «Кубики Зайцева».

Оздоровлению способствует и прослушивание народных мелодий, классической музыки Моцарта, Чайковского, Шопена, так как частота 432Гц является альтернативной настройкой,

которая находится в соответствии с гармониками Мироздания. Музыка развивает мозг, формирует и поддерживает настроение, прививает эмоциональную отзывчивость. А если при этом водишь хоровод и поёшь, то получается такое единение, что детям хочется дружить, а не оспаривать своё «Я».

Положительно зарекомендовала себя и «Су-Джок» терапия в профилактике оздоровления детей. В своей деятельности использую массажные шарики, цветотерапию, точечный массаж точек соответствия. У детей прекращаются боли в животе, проходит насморк, ушная боль.

Особое место по привитию детям здорового образа жизни уделяется спортивным развлечениям «Весёлые старты», «Праздники забытых игр», «Папа, мама, я дружная семья», «Зимние забавы», где пробуются силы и ловкость каждого участника, завоёвывается авторитет товарищей, уважение родителей. В Спартакиаде среди дошкольных учреждений в 2014 наши ребята заняли 2-е место.

Большая роль отводится работе с родителями. Проводилось анкетирование «Какое место занимает физкультура в вашей семье?», где выяснилось, что основная масса родителей в юности занимались разными видами спорта: художественная гимнастика, водное поло, футбол, борьба, тяжёлая атлетика. Пять семей уже водят мальчиков в спортшколу, многие по выходным посещают с детьми бассейн. Для консультаций берутся наиболее интересующие родителей вопросы. «Вредные привычки у родителей, курение и алкоголь- их влияние на здоровье детей», «Профилактика плоскостопия», «Полезная и вредная еда», индивидуальные беседы по использованию «Су-Джок терапии» при снятии боли.

В работе использую изготовленное нестандартное оборудование для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.

Здоровьесберегающие технологии – основа успеха реализации ФГОС в ДОУ

Ю. А. Сергеева, воспитатель

*МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №7» «Непоседа»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Здоровье — это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

Всемирная Организация Здравоохранения.

Период дошкольного детства наиболее важный в становлении личностных качеств, формирования основ физического, психического, интеллектуального и социального здоровья. До 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Очень важно именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Дошкольное образовательное учреждение должно постоянно осваивать комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии».

ФГОС ДОУ определил содержание и условия организации образовательного процесса для формирования общей культуры, развития физических, интеллектуальных и личностных качеств дошкольников, обеспечивающих их социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья, а также выделили содержание психолого-педагогической работы по освоению детьми образовательных областей. Все эти задачи педагогам необходимо решать интегрировано, обеспечивая разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Такая интеграция возможна только при условии реального соединения в единое целое процессов обучения, воспитания и развития. В связи с этим актуальной становится интегрированное включение здоровьесберегающих технологий в образовательное пространство ДОУ. Назначение таких технологий – объединить педагогов, медиков, родителей и самое

главное – самих детей на сохранение, укрепление и развитие здоровья. Здоровьесберегающая технология – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребенка и педагога, ребенка и родителей, ребенка и медицинского работника.

В ДОУ созданы условия для здоровьесберегающего образовательного процесса, основными из которых являются: организация разных видов деятельности детей в игровой форме; оснащение ДОУ оборудованием, игрушками, играми и пособиями.

Педагоги и специалисты используют в работе с детьми следующие технологии:

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Ритмопластика. Во время занятий у детей развивается музыкальный слух, чувство ритма, гибкость и пластичность, формируется правильная осанка. Обращается внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка.

Динамические паузы проводятся во время непосредственно образовательной деятельности, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой и других в зависимости от вида деятельности.

Подвижные и спортивные игры проводятся ежедневно как часть физкультурного занятия, а также на прогулке, в групповой комнате — со средней степенью подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.

Пальчиковая гимнастика проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, но особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

Гимнастика для глаз проводится в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время ее проведения используется наглядный материал, показ педагога.

Дыхательная гимнастика проводится в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

Бодрая гимнастика проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В ее комплекс входят упражнения на пробуждение, коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, обширное умывание.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в ДОУ — это в первую очередь технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья детей. Цель этих технологий — становление осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения. Иными словами, важно достичь такого результата, чтобы дети, переступая порог «взрослой жизни», не только имели высокий потенциал здоровья, позволяющий вести здоровый образ жизни, но и имели багаж знаний, позволяющий им делать это правильно.

Активный отдых. При проведении досугов, праздников все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют задания, при этом дети ведут себя непосредственно и эта раскованность позволяет им двигаться без особого напряжения. При этом используются те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели, поэтому у детей проявляется своеобразный артистизм, эстетичность в движениях.

На участке ДОУ имеется спортивное оборудование, которое позволяет обеспечить максимальную двигательную активность детей на прогулке.

Сказкотерапия— используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. Сказки не только читаем, но и обсуждаем с детьми. Дети также сами сочиняют сказки, ведь придуманная сказка ребенком, открывающая суть проблемы — основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать

о таких переживаниях детей, которые они сами не осознают или стесняются обсуждать их со взрослыми.

«Сенсорная тропа», ее использование играет важную роль в формировании стопы ног. Наряду с совершенствованием координации, профилактикой и коррекцией плоскостопия эти упражнения способствуют развитию внимания.

Эмоционально-личностная сфера детей корректируется благодаря **использованию в режимных моментах тихой, успокаивающей музыки**, звукам природы, приятным ароматам, способным подарить душевный комфорт. Важную роль играет эмоциональный настрой детей, их желание работать, способствовать проявлять волевые усилия для достижения цели.

Мастер-класс

«Песочная терапия в психическом развитии детей раннего возраста»

Н. Я. Новикова, воспитатель

*МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №7» «Непоседа»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Знаете ли Вы, что это чудо-песок, который при лепке не рассыпается и очень хорошо держит форму, почти как соленое тесто или глина? Его можно купить или сделать самим. На вид это обычный песок, но он не высыхает, как обычный песок или тесто для лепки, не липнет к рукам, не оставляет пятен. С ним строить замки, лепить куличики или придумать свои сюжеты из песка ребенок сможет не только на пляже, но и дома.

Моим малышам такой песок очень понравился. Так и хочется тоже скорее что-нибудь из такого песка сделать. В магазинах он пока еще встречается редко. Но его можно сделать самим, в домашних условиях.

Вам потребуются: 200 грамм крахмала; 50 грамм воды; цветная гуашь.

Все это надо тщательно перемешать и чудо-песок готов! Если он подсохнет, его надо покрощить пальцами и добавить немного воды.

Для работы с таким песком подойдут и обычные формочки для песка, и различный бросовый материал - крышки, баночки от йогурта, нижняя, средняя и верхняя части пластиковых бутылок разного размера, рельефная упаковка от игрушек из прозрачного пластика, формочки из коробки от конфет или зефира, формы для отливки из гипса из наборов для творчества и т.д.

Я предлагаю вам поиграть в игры с лунным песком.

Игра-упражнение «Секретик».

Наверное, многие из Вас в детстве делали “секретики”. Каждый из Вас, наверняка, до сих пор чувствует в руке и видит образ своих стеклышек, фантиков, блёстков, цветочков и пр. А ведь “засекречивать” можно не только это, но и игрушку. (предложить педагогам поискать «секретики» в песке.

Упражнение «Необыкновенные следы»

Цель: развитие тактильной чувствительности, воображения.

«Идут медвежата» — ребенок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок.

«Прыгают зайцы» — кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.

«Ползут змейки» — ребенок расслабленными/напряженными пальцами рук делает поверхность песка волнистой (в разных направлениях).

«Бегут жучки-паучки» — ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых (можно полностью погружать руки в песок, встречаясь под песком руками, друг с другом — «жучки здороваются»).

Сегодня я показала вам лишь несколько игр-упражнений, направленных на эмоциональное развитие малыша. Из чудо-песка также можно делать куличики, печь пирожки, делать замки и т.д.

Чудо-песок можно использовать во всех видах детской деятельности. Лунный песок – загадочный материал. Он обладает способностью завораживать человека своей податливостью, способностью принимать любые формы, ускользящим и влажным, или плотным и пластичным. Игра в песок захватывает и взрослых, и детей. «Лунный песок» помогает развивать мелкую моторику рук; фантазию, воображение, мышление, сенсорные эталоны.

Лунный песок раскрыл перед Вами некоторые свои секреты. Теперь Вы знаете, какие чудеса можно творить с его помощью. Я поделилась с Вами идеями, а дальше поведут Вас - Ребенок, Любовь, Фантазия и Творчество. В Добрый час!

Влияние музыки на эмоциональное состояние детей дошкольного возраста

*Т. С. Наумкина, музыкальный руководитель
МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №7» «Непоседа»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Дошкольный возраст является началом всех начал. Именно в этом возрасте фундамент здоровья, формируются личностные качества, раскрываются способности ребенка.

Дошкольное детство – очень короткий период в жизни человека, но именно он имеет огромное значение.

В этот период развития ребенка идет бурно и стремительно. Из бессознательного существа он превращается в самостоятельную, активную личность.

Малыш начинает осознавать свое «Я», свою активную деятельность, учится управлять своим поведением. Усложняется и эмоциональная жизнь ребенка, обогащается содержание эмоций.

Маленький ребенок еще не умеет управлять своими эмоциями, его чувства быстро возникают, и так же быстро исчезают. Но, с развитием эмоциональной сферы, чувства у дошкольника становятся более рациональными, подчиняются мышлению. Ребенок начинает понимать не только свои чувства, но и переживания других людей. Он начинает различать эмоциональные состояния по их внешнему проявлению, через мимику, пантомимику; может сопереживать, сочувствовать литературному герою; разыгрывать, передавать в сюжетно – ролевых играх различные эмоциональные состояния, т. е. у ребенка развивается эмоциональная отзывчивость, эмоциональная сфера.

В психологии под эмоциональной отзывчивостью понимается:

- свойство индивида легко, быстро и гибко эмоционально реагировать на различные воздействия – социальные события, процесс общения, особенности партнеров и т.д.;
- эмоциональная реакция на состояние другого человека как основная форма проявления действенного эмоционального отношения к другим людям, включающая сопереживание, сочувствие;
- показатель развития гуманных чувств и коллективистских отношений.

У детей дошкольного возраста можно отметить следующие показатели эмоциональной отзывчивости:

- проявление эмоционального интереса к эмоциональному состоянию других;
- эмоциональная реакция на состояние другого(заражается им, тонко реагирует на настроение другого);
- выражение сочувствия, сопереживания;
- проявление заботы к сверстникам, младшим детям, животным;
- совершение эмоционально – утешительных действий.

Из всего этого следует, эмоциональная сфера дошкольников – важная система, которая оказывает огромное влияние на психическую жизнь и поведение ребенка, а так же важна для его психического и соматического здоровья.

Развитию эмоциональной сферы дошкольника, эмоциональной отзывчивости способствуют все виды деятельности, но огромное значение уделяется музыке.

Музыка воздействует на ребенка на самых ранних этапах развития.

Доказано, что даже внутриутробный период чрезвычайно важен для последующего развития человека: музыка, которую слушает будущая мать, оказывает влияние на самочувствие малыша. С первых месяцев жизни ребенок реагирует на характер музыки. Музыка помогает малышу расширить представления о чувствах человека, существующих в реальной жизни, формирует художественно – эстетический вкус, вызывает яркие эмоциональные переживания, развивает воображение, мышление, восприятие, внимание и умственные способности.

Необходимо с раннего возраста создавать условия для общения детей с музыкой, развивать их потребности, интересы, эмоции, чувства, вкусы, воображение, расширять кругозор, побуждать детей к творчеству.

В музыкальном воспитании детей используются различные виды музыкальной деятельности: слушание музыки, пение, музыкально – ритмические движения, игра на музыкальных инструментах.

Ведущим видом музыкальной деятельности является слушание, восприятие музыки. Этот вид деятельности доступен ребенку с рождения. Колыбельная песня матери – это его первое знакомство с музыкой. С дальнейшим развитием, ребенок знакомится с более сложными произведениями.

Восприятие музыки – ведущий вид музыкальной деятельности во всех возрастных периодах дошкольного детства.

Восприятие музыки детьми раннего возраста отличаются произвольным характером, эмоциональностью. Постепенно, с приобретением некоторого опыта, по мере овладения речью, ребенок воспринимает музыку более осмысленно, сопоставляет ее с жизненными явлениями, может определить характер произведения. У детей старшего дошкольного возраста восприятие музыки рождает более разнообразные впечатления.

Поэтому, разнообразные музыкальные впечатления, которые ребенок получает в раннем детстве в процессе восприятия музыки, накладывает неизгладимый отпечаток на всю последующую музыкальную деятельность.

Пение играет важную роль в музыкальном и личностном развитии ребенка. Певческий голос сравнивают с музыкальным инструментом, которым ребенок может пользоваться с раннего возраста. Выразительное исполнение песен помогает более ярко и глубоко переживать их содержание, вызывать эстетическое отношение к музыке, к окружающей действительности. В пении формируется весь комплекс музыкальных способностей: ладовое чувство, музыкально – слуховые представления, чувство ритма, эмоциональная отзывчивость на музыку. Помимо этого, дети приобретают умения, навыки, различные сведения о музыке. В пении реализуются музыкальные потребности ребенка, ведь знакомые и любимые песни он может исполнять по своему желанию в любое время.

Ветлугина Н. А. писала: «Пение относится к числу тех видов музыкальной деятельности, в процессе которой успешно развивается эстетическое отношение к жизни, к музыке; обогащаются переживания ребенка; активно формируются музыкально – сенсорные способности и особенно музыкально – слуховые представления звуковысотных отношений».

Музыкально–ритмические движения – один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер, образы передаются в движениях. Основой является музыка, а разнообразные физические упражнения, сюжетно – образные движения, танцы используются как средства более глубокого восприятия и понимания.

Выделяются следующие виды ритмики:

- музыкально – ритмические упражнения;
- танцы, пляски, хороводы;
- музыкальные игры.

Все эти виды взаимосвязаны между собой и требуют особо тщательного подбора музыкального репертуара. Репертуар должен быть ярким, динамичным, высокохудожественным, разнообразной тематики, жанров, характера, от народной, классической музыки до современной. Моторный характер музыкального произведения должен побуждать к движениям.

Различные музыкальные произведения вызывают у детей эмоциональные переживания, рождают определенные настроения, под влиянием которых и движения приобретают соответствующий характер.

Так, в условиях музыкально – ритмической деятельности совершается музыкально – эстетическое развитие ребенка. Занятия ритмикой способствуют формированию личности ребенка, его познавательной, волевой и эмоциональной сфер.

Игра на музыкальных инструментах – один из видов исполнительского мастерства. Применение детских музыкальных инструментов и игрушек обогащают музыкальные впечатления дошкольников, развивают их музыкальные способности.

Игра на ударных музыкальных инструментах, не имеющих звукоряда, помогает выработать чувство ритма, расширяет тембровые представления детей. Мелодические музыкальные инструменты развивают ладовое чувство, музыкально – слуховые представления и чувство ритма. Кроме того, игра на музыкальных инструментах развивает волю, стремление к достижению цели, воображение.

Это интересная и полезная музыкальная деятельность детей. Музыкальные инструменты и игрушки позволяют украсить жизнь ребенка, развлечь его и вызвать стремление к собственному творчеству. Игра на музыкальных инструментах развивает у ребенка самостоятельность, внимание и организованность.

Музыкальное развитие детей зависит не только от видов музыкальной деятельности, но и от форм организации этой деятельности. Различные формы музыкальной деятельности способствуют обогащению и разнообразию содержания деятельности методов руководства ею. К ним относятся:

- занятия;
- музыка в повседневной жизни;
- музыкальное воспитание в семье.

Занятия – основная форма организации, в которой осуществляется обучение детей, развитие их способностей, воспитание качеств личности, формирование основ музыкальной и общей культуры.

Главная задача, стоящая перед педагогом на занятии, – вызвать у детей интерес к музыке, музыкальной деятельности, обогатить их чувства. При выполнении этой задачи, успешно решаются и другие – развитие музыкальных способностей, формирование основ вкуса, обучение детей необходимым умениям и навыкам, которые они в дальнейшем смогут применять в самостоятельной деятельности в саду и семье.

Музыкальный репертуар, используемый на занятиях, должен соответствовать как художественным, так и педагогическим целям; должен исполняться с высоким профессионализмом, выразительно, ярко и доходчиво.

Музыкальные занятия могут быть различными по структуре и содержанию. Педагог может заниматься со всей группой детей, по подгруппам, может включать отдельные или все виды музыкальной деятельности.

В зависимости от содержания. Занятия бывают типовые, доминантные, тематические и комплексные.

Нельзя забывать, что залогом успешного обучения детей на занятиях является взаимосвязь и поддержка воспитателей и родителей, без которых трудно добиться желаемых результатов в музыкальном развитии детей.

Музыка в повседневной жизни сада еще одна форма организации музыкальной деятельности детей. Она включает в себя использование музыки в быту (слушание аудиозаписей, самостоятельное музицирование детей, упражнения, игры, утренняя гимнастика под музыку и т. д.); различные виды развлечений (тематические музыкальные вечера, беседы – концерты, театральные постановки и спектакли, игры, хороводы, аттракционы и т. д.); праздничные утренники, на которых должны звучать яркие произведения, любимые детьми, способные оказать на них эмоциональное воздействие.

Использование музыки в быту входит в обязанности воспитателя. Музыкальный руководитель консультирует его: рекомендует музыкальный репертуар, музыкально – дидактические игры,

подбирает задания и упражнения для обучения детей игре на музыкальных инструментах. Развлечения и праздники музыкальный руководитель готовит вместе с воспитателем.

Музыкальное воспитание в семье играет важную роль в развитие ребенка. В домашних условиях ребенок слушает аудиозаписи современных и детских песен, играет на музыкальных инструментах, самостоятельно музицирует, просматривает любимые сказки и интересующие его телепередачи.

Очень важно отношение родителей к музыке. Само отношение родителей к музыке передается ребенку. Если взрослые заинтересованно слушают вместе с ним какое-либо произведение, высказывают свое отношение к нему, объясняют свои ощущения, это не проходит бесследно для малыша: он духовно обогащается, формируется его вкус и привязанности. И наоборот, равнодушие родителей к музыкальному искусству препятствует разностороннему развитию ребенка, обедняет его кругозор.

Из всего вышесказанного можно сделать следующий вывод. Музыка оказывает огромное влияние на развитие эмоциональной отзывчивости дошкольника, формирует ценностное отношение к окружающему его миру, способствует воспитанию таких качеств личности, как доброта, душевность, чуткость, умение сопереживать другому человеку.

Литература:

1. Асафьев Б.В. Избранные статьи о музыкальном просвещении и образовании. – Л.: Музыка, 1973.
2. Агафонова И. Н. Развитие эмоциональной сферы дошкольника. Учебно – методическое пособие, Под ред. Агафоновой И. Н. СПб.: СПбАППО, 2006.
3. Банщиков В.М., Короленко Ц. П. Эмоции и воображение. М.,1975.
4. Воспитание и обучение детей шестого года жизни. Под ред. Парамоновой Л.А., Ушаковой О. С. – М.: Просвещение, 1987.
5. Денисова З.В. Механизмы эмоционального поведения ребенка. М., 2001.
6. Каплунова И., Новоскольцева И. Ладушки, Программа по музыкальному воспитанию детей дошкольного возраста. Санкт – Петербург.2010.
7. Методика музыкального воспитания в детском саду под ред. Ветлугиной Н.А. Москва «Просвещение», 1987.
8. Мухина В.С. Возрастная психология. М., «Академия», 1994.
9. Рыданова О. П. Музыкальное воспитание дошкольников. Москва. 1994.
10. Федорович Е. Н., Тихонова Е. В. Основы музыкальной психологии: Учебное пособие. Ек, 2007.

Предметно-развивающая среда по сенсорному развитию в группе детей с ОВЗ

*Е. В. Зайцева, воспитатель
МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №7» «Непоседа»
Чистопольского муниципального района
Республики Татарстан*

Одно из важных условий воспитательно-образовательной работы в дошкольном учреждении — правильная организация предметно-развивающей предметной среды. Под развивающей средой следует понимать естественную комфортабельную уютную обстановку, рационально организованную, насыщенную разнообразными сенсорными раздражителями и игровыми материалами. В такой среде возможно одновременное включение в активную познавательно-творческую деятельность всех детей группы. Работая над созданием предметно-развивающей среды, группы необходимо исходить из того, что важным условием полноценного воспитания, является специально организованная предметно-пространственная развивающая среда: стимулирующее пространство, сенсорные уголки, дидактические игры и пособия, предназначенные для полноценного развития психологических процессов.

В детском саду ребенок приобретает опыт эмоционально-практического взаимодействия со взрослыми и сверстниками в наиболее значимых для его развития сферах жизни. Развивающая предметная среда — это естественная комфортабельная обстановка, рационально организованная, насыщенная разнообразными предметами и игровыми материалами, эстетически оформленная. В такой среде возможно одновременное включение в различную деятельность всех детей группы в соответствии с их потребностями и интересами. Предметно-развивающая среда должна выполнять образовательную, развивающую, воспитывающую, стимулирующую, коммуникативную функции. Но самое главное — она должна работать на развитие самостоятельности и самодеятельности ребёнка. В ФГОС раскрываются и особенности коррекционной работы с детьми с ОВЗ. Образовательная деятельность с такими детьми должна осуществляться в процессе организации различных видов детской деятельности и в ходе режимных моментов с квалифицированной коррекцией недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей, а также и в самостоятельной деятельности детей. Содержание должно обеспечивать выявление особых образовательных потребностей детей с ОВЗ, осуществление индивидуально ориентированной психолого-медико-педагогической помощи, возможность освоения детьми с ОВЗ Программы и их интеграции в ОУ. Для реализации данной коррекционной работы с учётом ФГОС необходимо создать в группе такую предметно — пространственную среду, которая позволяла бы на ограниченном пространстве групповых помещений разместить. Коррекционно-развивающая среда в дошкольных образовательных учреждениях является важным реабилитационным и социально-адаптивным средством воспитания и развития детей с отклонениями в развитии и имеет существенное отличие от предметно-развивающей среды дошкольных учреждений общего вида, так как она решает задачи коррекционной помощи и организации условий, соответствующих задачам для детей с ОВЗ. На современном этапе встаёт необходимость в модернизации коррекционно-развивающей среды в соответствии с новыми стандартами в образовании с учётом особенностей детей с ОВЗ. Поэтому цель данной работы в ОУ является совершенствование коррекционно-развивающей среды для детей с ограниченными возможностями здоровья.

Важно правильно подойти к вопросу создания предметно-развивающей среды. Внимательно наблюдая за воспитанниками, за каждым ребенком, педагоги группы должны вдумчиво и рационально организовать развивающее пространство своей группы. Также важно при формировании предметно-развивающей среды учитывать следующие принципы её построения, рекомендованные Федеральными государственными образовательными стандартами. Организация развивающей среды в ОУ с учетом ФГОС должна строиться таким образом, чтобы дать возможность наиболее эффективно развивать индивидуальность каждого ребёнка с учётом его склонностей, интересов, уровня активности. Необходимо обогатить среду элементами, стимулирующими познавательную, эмоциональную, двигательную деятельность детей. Применяя на практике требования ФГОС, мы моделировали развивающую среду, исходя из возможностей воспитанников (ОВЗ), учитывая индивидуальные особенности детей. Размещение оборудования по секторам (центрам развития) позволяет детям объединиться подгруппами по общим интересам: конструирование, рисование, ручной труд, театральная-игровая деятельность, экспериментирование.

В нашем ДОУ мы создали ряд центров, которые стимулируют различные виды деятельности детей:

- познавательно - исследовательский: развитие мелкой моторики и сенсорных эталонов;
- центр театрально-игровой деятельности;
- центр конструктивно – модельной деятельности;
- центр сюжетно - ролевых игр.

Основам умственного воспитания является сенсорное воспитание, которое обеспечивает развитие и обогащение чувственного опыта ребенка, формирует его представление о свойствах и качествах предметов.

Познание окружающего мира начинается с ощущений, с восприятия. Чем богаче ощущения и восприятия, тем шире и многограннее будут полученные человеком сведения об окружающем мире. Таким образом, сенсорная культура ребенка, уровень развития его ощущений и восприятий являются важной предпосылкой успешной познавательной деятельности.

Сенсорное развитие ребенка с ОВЗ- это развитие его восприятия и формирование представлений о свойствах предметов и различных явлений окружающего мира.

Сенсорное развитие ребенка с ОВЗ включает в себя:

- развитие поисковых способов ориентировки- методов проб и примеривания;
- формирование ориентировочной деятельности – действия рассматривания, выслушивания, ощупывания;
- обеспечение освоения систем сенсорных эталонов- цвет, форма, величина;
- формирование психических процессов – памяти, внимания, сферы образов представлений, мышления, речи, воображения.

Маленький ребенок, начиная открывать новый мир впитывает в себя потоки информации. В этот период жизни необходимо предоставлять малышу богатые и разнообразные внешние впечатления, развивать внимание к свойствам предметов.

Поэтому работая по этим направлениям с детьми с ОВЗ мы создали ряд мини –центров:

-Мини-центр сенсорных эталонов.

Цель: формировать систему эталонов: цвет, размер, форма.

Сенсомоторный уголок помогает в решении многих важных задач в сенсорном развитии детей с ОВЗ. Для обогащения сенсорного опыта детьми, уделяем большое внимание специально организованному обследованию предметов: обхватыванию их обеими руками, обведению пальцем то одной, то другой руки.

В процессе обследования мы учим выделять свойства и качества предметов, материалы, из которых они сделаны. Все это мы делаем не сразу, а постепенно расширяя круг познавательных объектов. Основные свойства предметов мы используем в роли эталонов, выработанных и закрепленных в понятиях. Для формирования зрительного восприятия проводим игры:

- способствующие различению цвета;
- контрастных размеров;
- форм.

-Мини-центр развития зрительно- моторной координации, мелкой моторики пальцев рук.

Цель: развивать тактильные ощущения, зрительные, мелкую моторику пальцев рук.

Центр содержит материалы и оборудования для активизации познавательных процессов, координации зрительных и тактильных анализаторов, развитие мелкой моторики – мозаики разного размера и формы, шнуровочки, замочки, застежки, прищепки, лабиринты, пазлы, тактильные мешочки и т.д.. Для развития тактильных ощущений в центре подобраны различные материалы разной фактуры- кусочки меха, шёлка, бархатная бумага, выпуклые буквы, цифры. Большое внимание в своей работе уделяем развитию мелкой моторики.

- Мини-центр строительных и конструктивных игрушек.

Цель: формировать навык наглядно-образного и абстрактного мышления.

В мини- центре сосредоточены разного размера конструкторы, которые позволяют создать необходимую игровую ситуацию для развития сюжета игры.

-Мини- центр слухового восприятия .

Цель: развивать у детей с ОВЗ слуховой гнозис.

Музыкальный центр способствует обогащению восприятия и воображения, релаксации под воздействием слуховых образов. Для снижения нервно-психического напряжения, формирование уверенности в себе, умение выражать различные эмоциональные состояния, используем следующие игры: «Отгадай настроение», «Приветствие» и т.д. Для достижения релаксации используем аудиозаписи с музыкой природы, с любимой детской песней.

-Мини- центр двигательной активности.

Цель: активизировать двигательную активность и развивать координацию крупной моторики.

Центр предусматривает развитие тактильной чувствительности, вестибулярного аппарата, формирование коммуникативных навыков. Проводим занятия в сухом бассейне. В группе организован центр песка и воды. Имеются различные атрибуты для игр: совочки, ведерки, формочки. Дети очень любят такие игры как , «Достань камушек», «Теплый- холодный», «Что как плавает» и т.д.

Необходимо отметить, что такие мини- центры мобильны, оборудование и игрушки в основном расположены в шкафах, но мы меняем их местоположение в зависимости от темы непосредственно- образовательной деятельности и запланированных дидактических игр. Таким образом, правильно организованная предметно – развивающая среда помогает обеспечить всестороннее, гармоничное развитие ребенка с ОВЗ, способствует созданию эмоционально – положительной атмосферы в группе, является залогом успешного осуществления различных видов деятельности, формирование различных способностей, способствует не только развитию органов чувств, но и общему физическому и психическому развитию ребенка.

Хромотерапия, как фактор укрепления психофизического развития дошкольников

*О.Н Степанова, воспитатель
МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №5
«Аленький цветочек»*

Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Проблема психофизического здоровья детей из года в год не теряет свою актуальность, а наоборот становится тревожней. Чтобы укрепить психофизическое здоровье детей нужно использовать такой метод оздоровления как хромотерапия. Осуществляется она, главным образом, через глаза, вызывая в организме целый ряд изменений. При правильно подобранном цветовом воздействии нормализуются обмен веществ, физиологические процессы, психическое здоровье, восстанавливается постоянство внутренней среды, повышается сопротивляемость организма (иммунитет).

Хромотерапия незаменима при использовании в детских учреждениях – больницах, санаториях, школах, детских садах. Важную роль в интерьере играет цветовое решение. Дизайн функциональных зон детского сада предполагает использование сочных тонов, ярких красок. Позитивные цвета участвуют в формировании хорошего настроения и вызывают у детей положительные эмоции. Приемлемыми цветами в оформлении интерьера считаются гаммы из красных, желтых и синих цветов. Однако не стоит увлекаться красным - он слишком агрессивен в больших количествах, и идеален лишь в форме отдельных элементов. Прекрасно воспринимается детьми изумрудный цвет. Он несет в себе нотки позитива и доброго расположения.

Технологии воздействия цветом – это способ корректировки психоэмоционального состояния ребенка при помощи определенных цветов, как специальное занятие проводится 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач. Правильно подобранные цвета интерьера в группе, в квартире снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка.

Цвет служит мощным стимулятором эмоционального и интеллектуального развития детей. Необходимо учитывать, что дошкольное детство является еще и периодом интенсивного сенсорного развития. Ребенок и цвет – вещи взаимосвязанные. Ведь дети по своей природе более восприимчивы к многоцветью нашего мира и особо остро в нем нуждаются. Поэтому цвет для ребенка – особая «палочка-выручалочка» в любых критических ситуациях. Все это побудило к использованию в работе метода цветотерапии (хромотерапии).

Это особая методика, основанная на влиянии фотонов цвета различной длины волны на мозг ребенка. Благодаря такой простой методике, воздействию определенного цвета на ребенка, можно добиться значительных результатов в лечении апатии, раздражительности, чрезмерной активности и даже начинающейся детской агрессии, управлять своими эмоциями.

История цветотерапии уходит в далекое прошлое, а в современное время она официально признана медициной. Цветотерапия для детей предполагает в первую очередь определение их любимого цвета, а затем наполнение этим цветом как можно большего пространства, которое его окружает.

Какие цвета обычно выбирают дети? Они выбирают яркие, насыщенные цвета - красный, желтый, зеленый. Это свидетельствует о том, что дети нормально развиваются, им интересно все новое, яркое, они динамичны и любознательны. А вот любимый белый или черный цвета

могут сказать, что ребенок замкнут и предпочитает одиночество. Цветотерапия как раз и направлена на то, чтобы вернуть ребенка в счастливый яркий мир детства и радости.

Все это, в конечном итоге, благотворно влияет на физическое и психическое здоровье детей. Хромо-терапия – это лечение цветом. Такая методика не имеет противопоказаний. Каждый цвет имеет свою целебную силу или негативно влияет на поведение детей:

Что означает каждый цвет?

Например, красный цвет пробуждает волю к жизни, повышает работоспособность и физическую силу, способствует устранению депрессии, воспалительных процессов, вирусных инфекций, и различных хронических иммунодефицитных заболеваний.

Желтый - создает веселое настроение, повышает умственные способности, нормализует деятельность желудочно-кишечного тракта, печени. Также именно этот цвет способствует выздоровлению при анемии, хроническом бронхите и различных заболеваниях кожи.

Зеленый цвет признан наиболее полезным. Он вызывает внутреннюю гармонию. Цвет повышает остроту зрения, благотворно влияет на сон, дарит спокойствие, а также помогает контролировать состояние раздражительности при нервных расстройствах.

Голубой цвет приведет к состоянию альтруизма и покоя. Он способствует устранению стрессов, неврозов, воспалительных процессов органов дыхания и переутомления. С точки зрения психотерапевтов данный цвет оказывает тормозящее действие при психическом возбуждении. По утверждению специалистов, у него есть свойство создавать ощущение прохлады.

Деятельность по укреплению у детей психического здоровья по средствам хромотерапии должна носить многоплановый характер, её нельзя ограничить рамками детского сада.

Важная роль в преодолении агрессивности и тревожности у детей принадлежит родителям. С самого начала взаимодействия необходимо чётко организовать работу, чтобы помочь родителям уяснить задачи и специфику укрепления у детей психического здоровья, познакомить с данными статистики. При этом используются все формы общения: консультации, папки-передвижки, информационные стенды, газеты, родительские собрания, буклеты.

Главная цель в работе с родителями и педагогами – помочь им осознать важность работы над проблемой; познакомить их с методами и приёмами укрепления у детей психического здоровья; стимулировать к активному участию в создании благоприятной обстановке в семье, в детском саду.

В результате взаимодействия родители осознают важность укрепления у детей психического здоровья, владеют методами и приёмами, становятся активными участниками в работе по преодолению детской тревожности и агрессивности, что позволяет достичь более высокого уровня психического здоровья у детей.

Начинать укреплять психическое здоровье детей надо как можно раньше. Именно в раннем возрасте закладывается «фундамент» жизненных ориентировок в окружающем, и всё, что ребёнок усвоит в дошкольный период, прочно останется у него навсегда. Привычки, усвоенные и закреплённые в детстве, остаются на всю жизнь.

Главное создать для детей условия, предупреждающие психические отклонения.

Литература:

1. Абдурасулова Т.Д. Нормативный подход к исследованию личности детей дошкольного возраста // Психолог в детском саду № 4 (октябрь-ноябрь) 2006г.
2. Богуславская З.М., Смирнова Е.О. Развивающие игры для детей младшего дошкольного возраста. Издательство «Просвещение», 1991 г.
3. Козлова Е.В.. Практическая психология. Учебно-методическое пособие к курсу «Практическая психология» для специальности «Педагогика и психология дошкольная. г. Бийск, 2003 г.
4. Костина Л.М. Методы диагностики тревожности. СПб: Речь, 2006 г.
5. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых. Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. СПб., Издательство «Речь», ТЦ «Сфера», 2004г.

6. Марцинковская Т.Д. Ваш тревожный ребенок. М.: Издательский центр «Вектоана-граф», 2005 г.
7. Ремизова Л.А. Играем с цветом//М: «Школьная пресса», 2004 г.
8. Чистякова М.И. Психогимнастика. М.: Просвещение, 1990 г.

Дыхательная гимнастика для дошкольников как вид здоровьесберегающей технологии

Л.Ф. Фахретдинова, воспитатель

МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №5»

«Аленький цветочек»

Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Здоровье – одна из главных ценностей в жизни. И одной из сторон данного процесса должно явиться формирование культуры здоровья, как части общей культуры человека – осознание здоровья, как жизненно важной ценности, воспитание ответственного отношения к своему здоровью, здоровью окружающих людей и природной среды. Именно дошкольный возраст является решающим периодом в формировании фундамента физического и психического здоровья, именно на этом этапе важно воспитать у детей осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.

Поэтому целью своей работы я выбрала формирование у дошкольников основы здорового образа жизни и достижение осознанного выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

Комплексный подход к оздоровлению детей через использование здоровьесберегающих технологий, без которых немислим педагогический процесс современного детского сада, является одним из путей. Их внедрение строится на формировании осознанного отношения ребенка к своему здоровью, которое, в свою очередь, должно стать системообразующим фактором модернизации оздоровительной деятельности современного детского сада.

Дыхательная гимнастика стала неотъемлемой частью оздоровительной работы. Комплексы дыхательной гимнастики способствуют развитию органов дыхания у ребенка, выработке правильного дыхания, предупреждению простудных заболеваний.

Дыхательная гимнастика – это комплекс специализированных дыхательных упражнений, направленных на укрепление физического здоровья ребенка.

Этот вид здоровьесберегающих технологий преследует следующие задачи:

- обучения детей правильному дыханию, в том числе речевому;
- профилактики заболеваний верхних дыхательных путей;
- насыщения головного мозга кислородом и улучшения работоспособности;
- восстановления дыхания после физической нагрузки.

При составлении комплексов дыхательной гимнастики должно учитываться:

- эффективность каждого упражнения для закаливания и оздоровления детей в условиях дошкольного учреждения;
- доступную степень сложности упражнений для детей разного возраста;
- степень влияния упражнений на укрепление дыхательной мускулатуры.

С целью систематического использования они включены в организацию физкультурных занятий, в проведение утренней гимнастики, в подвижные игры на прогулке, в беседы, в проведение физкультминуток, в различные формы активного отдыха, самомассаж, пальчиковую гимнастику, в выполнение звуковых дыхательных упражнений.

Дыхательная гимнастика – это очень простой и вместе с тем эффективный способ, не требующий особых затрат.

В основу методики проведения занятий положено применение специальных статических и динамических дыхательных упражнений: основу дыхательных упражнений составляет упражнение с удлинненным и усиленным выдохом на фоне общеукрепляющих и общеразвивающих физических упражнений. Этого можно достичь с произнесением гласных звуков (*а-а-а, у-у-у, о-о-о*) шипящих согласных (*ж и ш*) и сочетаний звуков (*ах, ух, фу*). Эти дыхательные упражнения для детей дошкольного возраста желательно проводить в игровой

форме, чаще всего со стихотворным сопровождением (*жужжит пчела, гудит самолет, стучат колеса поезда и т. д.*). Помещение, в котором находится ребенок, всегда должно быть хорошо проветрено: в чистом воздухе меньше микробов, уменьшается риск заболевания.

Занятия рекомендуется проводить в облегченной одежде, при температуре воздуха не выше 17-20 градусов. Продолжительность занятий от 10-12 до 30 минут в зависимости от возраста детей и периодичности занятий. Нагрузка постепенно увеличивается за счет увеличения числа повторений и усложнения упражнений.

Выбор комплекса упражнений зависит от основных навыков, формируемых в процессе дыхательных упражнений. Можно выделить следующие навыки:

Дыхание через нос.

Координация ротового и носового дыхания.

Дыхание с усилием.

Дыхание с регулируемым усилием (в том числе, продолжительность, силу и правильное распределение вдоха и выдоха)

Дыхание на расслабление.

Дыхание животом.

Согласование движения и дыхания

Согласование речи и дыхания.

Хотела бы подробно остановиться на комплексе дыхательных упражнений для развития дыхания с регулируемым усилием. При выполнении вдох надо делать через нос, плечи не поднимать. Следить, чтобы, выдыхая воздух, ребёнок не надувал щёки. Выдох должен быть длительным, плавным. Важно, чтобы ребёнок дул с силой (а не просто выдыхал). После каждого упражнения следует давать время ребёнку отдохнуть.

Упражнение № 1. «Узнай по запаху».

Цель: выработка глубокого длительного вдоха, развитие обоняния.

Дети по очереди нюхают, например цветы, стараясь запомнить их запах. Взрослый просит ребенка закрыть глаза и подносит ему один из цветков, предлагая определить по запаху, какой именно цветок перед ним. Ребенок должен сделать глубокий длительный вдох носом, не поднимая плеч, а затем выдох и назвать угаданный цветок. Для того, чтобы ребенок сделал глубокий диафрагмальный вдох, взрослый сначала сам показывает, как надо понюхать цветок. А затем, держа цветок перед лицом малыша, педагог просит ребенка положить обе ручки на живот и проконтролировать, таким образом, свое дыхание. Можно использовать и другие запахи.

Упражнение № 2. «Загони мяч в ворота».

Цель: выработка длительного, сильного, целенаправленного выдоха, развитие глазомера. Взрослый показывает детям, как нужно подуть на “мяч”, чтобы загнать его в игрушечные ворота. Дети по очереди выполняют игровое упражнение. Побеждает тот, кто сумел отправить “мяч” в ворота с одного выдоха.

Упражнение №3. «Свеча».

Цель: выработка медленного выдоха.

Внимание на живот. Медленно дуйте на “пламя”. Оно отклоняется, постарайтесь держать пламя во время выдоха в отклоненном положении.

Вместо свечи можно взять полоску бумаги шириной 2-3 см. и длиной 10 см. Положите левую ладонь между грудной клеткой и животом, в правую возьмите полоску бумаги, используя её как свечу, и дуйте на нее спокойно, медленно и равномерно. Бумажка отклонится, если выдох ровный, то она будет до конца выдоха находиться в отклоненном положении. Обратите внимание на движение диафрагмы - левая ладонь во время выдоха как бы “медленно погружается”. Повторите 2-3 раза.

Упражнение № 4. «Ежик».

Цель: выработка длительного, сильного выдоха, формирование диафрагмального дыхания.

После активного вдоха через нос ребята на выдохе произносят «пых – пых», энергично работая мышцами живота.

Встретил в чаще еж ежа.

- Как погода, еж?

- Свежа.

И пошли домой дрожа,

Съежась, сгорбясь, два ежа.

Упражнение № 5. «Ветер и листья»

Цель: выработка глубокого длительного вдоха и длительного плавного ротового выдоха, контролирование силы выдоха.

Ребята делают глубокий вдох, задерживают дыхание и на выдохе, раскачивая поднятыми руками, продолжительно произносят звук «ф». Затем на одном выдохе произносят несколько раз звук «п», делая ступенчатый выдох, и постепенно опускают руки вниз (*«листья опадают»*). Эффективность такой оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста зависит, прежде всего, от организации физкультурно-оздоровительной среды в группе дошкольного учреждения.

В групповых комнатах имеются спортивные уголки, оснащенные не только традиционным спортивным инвентарем, но и ярким нетрадиционным оборудованием и пособиями, изготовленными из бросового материала, привлекающими глаз ребенка для того, чтобы он хотел с ним заниматься, получал удовольствие от занятий. Для профилактики сохранения и укрепления здоровья детей в детском саду используется различное оборудование: трубочки из-под соков, ватные шарики.

Можно также провести следующие виды действий: сдувать снежинки, бумажки, пушинки со стола, с руки; дуть на легкие шарики, карандаши и катать их по столу; приводить выдуванием в движение плавающих в тазике уток, лебедей, кораблики и другие фигурки, всевозможные вертушки, бумажные колпачки и ватные шарики, подвешенные на натянутой горизонтально нитке; сдувать тычинки созревших одуванчиков; надувать надувные игрушки и воздушные шарики; особенно полезно пускать мыльные пузыри – это формирует очень тонкое регулирование выдоха; поддувать вверх пушинку, ватку, бумажку, мыльный пузырь.

Таким образом, можно отметить несомненное преимущество дыхательной гимнастики перед другими оздоровительными методами: это очень простой и вместе с тем эффективный способ лечения и профилактики заболеваний, который не требует особых затрат и может использоваться не только дошкольниками, но и людьми разного возраста.

Литература:

1. Горбатенко О. Ф., Кардаильская Т. А., Попова Г. П. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ: планирование, занятия, упражнения, спортивно-досуговые мероприятия / О. Ф.
2. Горбатенко, Т. А. Кардаильская, Г. П. Попова. – Волгоград: Учитель, 2008 г.
3. Лукашкова И. Л. Дыхательная гимнастика: метод, рекомендации / И. Л. Лукашкова, Т. В. Мискевич, О. В. Савицкая. – Могилев: МГУ им. А.А. Кулешова, 2008. – 48 с.
4. Меньшикова Г. В. Лучшие дыхательные гимнастики для вашего здоровья / Г. В. Меньшикова. – М.: АСТ, 2007. – 61 с.
5. Ольшевская Н. 365 золотых упражнений по дыхательной гимнастике / Н. Ольшевская. — М.: АСТ; СПб.: Сова; 2010. — 320 с.
6. Подольянская Е. И. Формы оздоровления детей 4-7 лет: кинезиологическая и дыхательная гимнастики, комплексы утренних зарядок / Е. И. Подольянская. – Волгоград: Учитель, 2009 г.

Нестандартное пособие – Бизиборд, направленное на развитие тактильных ощущений, мелкой моторики и координации движений пальцев рук

И.Р.Гильмуллина, воспитатель

МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №5

«Аленький цветочек»

Чистопольского муниципального района Республики Татарстан

Каждый современный родитель знает о необходимости развития мелкой моторики. Но далеко не все находят время и желание серьезно заняться этим полезным процессом. Не все знают, как

правильно это делать, да и вообще что же является мелкой моторикой, и какие особенности она имеет? Какие занятия, игры и упражнения стоит проводить с детьми для развития моторики?

У мелкой моторики есть очень важная особенность. Она связана с нервной системой, зрением, вниманием, памятью и восприятием ребенка. Также ученые доказали, что развитие мелкой моторики и развитие речи очень тесно связаны. А объясняется это очень просто. В головном мозге речевой и моторный центры расположены очень близко друг к другу. Поэтому при стимуляции моторных навыков пальцев рук речевой центр начинает активизироваться. Именно поэтому для своевременного развития речи ребенка необходимо большое внимание уделить развитию мелкой моторики. Мелкая моторика непосредственно влияет на ловкость рук, на почерк, который сформируется в дальнейшем, на скорость реакции ребенка. Чем лучше ребенок владеет своими пальчиками, тем лучше развивается его интеллект и речь, рука готовится к письму.

Сейчас в магазинах можно найти самые разнообразные игры для развития мелкой моторики, но не все родители могут позволить купить себе все это разнообразие, да и детям быстро надоедают современные игры. Поэтому помимо готовых игр можно использовать обычные действия с обычными предметами, которые принесут малышу не только пользу для развития мелкой моторики, но и удовольствие.

Я работаю в группе детей раннего возраста, как влияет на раннее развитие, специально созданная среда, в которой живет малыш, - наполненная интересными и необычными объектами для разглядывания и изучения. Это, прежде всего разнообразные игрушки, дающие массу тактильных, зрительных, обонятельных ощущений.

Для эффективной работы с детьми я разработала нестандартное пособие – Бизиборд, направленное на развитие тактильных ощущений, мелкой моторики и координации движений пальцев рук. Оно многофункциональное, легкое в использовании. С помощью пособия закрепляем знания детей о цветах, развиваем речь, мелкую моторику, внимание, воображение, тактильные ощущения.

Панно сделано из деревянной доски, обклеенной самоклеющейся бумагой из трёх разных цветов. Каждый элемент имеет свой цвет (желтый, красный, зеленый). При изготовлении доски использовалась различная фурнитура: замки, бубенчики, застёжки, фонарик, шнурки, прищепки, наждачная бумага, линолеум, канцелярские гвоздики, мешочки с разным наполнителем, и резинки. Это - позволяет в игре развивать у детей мелкую моторику рук. Завязывание и развязывание ленточек, шнурков, застегивание замка, липучек, а также тактильные ощущения, логическое мышление, память, внимание, речь. Панно можно повесить на стену за специальные петли, либо расположить на полу.

Суть такой доски заключается в том, чтобы ребенок учился развивать моторику пальцев, мышление и логику, и чем больше различных элементов будет закреплено на такой доске, тем более интересна она будет малышу. В процессе игры с бизибордом малыш учится самостоятельно решать различные задачи, видеть свои ошибки, исправлять их, ищет различные способы решения задачи.

Такую доску придумала известный педагог Мария Монтессори. Согласно её методике, самостоятельность малыша - ключ к его развитию. Ребенок может сам выбрать элемент, с которым хочет сегодня поиграть. В процессе игры с бизибордом малыш учится самостоятельно решать различные задачи, видеть свои ошибки, исправлять их, ищет различные способы решения задачи, развивает творческое мышление, мелкую моторику рук и речь.

Цель:

развивает сенсомоторную координацию, мелкую моторику рук;

развивает пространственное ориентирование, способствуют пониманию понятий "вверху", "внизу", "справа", "слева";

способствуют развитию речи;

развитие глазомера, внимание;

укрепление пальцев и всей кисти руки;

нормализует эмоционально-волевую сферу;

развивают творческие способности.

Задачи:

1. Развивать мыслительные операции анализа, синтеза, сравнения, обобщения.
2. Способствовать развитию действий руки, формировать ручную умелость, совершенствовать мелкую моторику пальцев.
3. Формировать волевые умения (умение не отвлекаться от поставленной задачи, доводить ее до завершения, стремиться к получению положительного результата).

Использование Бизиборда значительно сокращает этап установления эмоционального контакта с ребенком, а этот этап является начальным во всей психокоррекционной и развивающей работе. Тактильная среда позволяет освоить новые ощущения и развить тактильную чувствительность, учесть различные свойства предметов и улучшает зрительно-моторную координацию.

Ученые, занимающиеся изучением развития детей, придают важное значение материальному оформлению игровой деятельности. Первым признаком развивающих пособий является ее возможность развивать какие-либо способности и качества ребенка. Ну и конечно любая игрушка становится развивающей, только если в игре принимает участие взрослый. Если просто так дать ребенку в руки игрушку, то он, скорее всего, не сможет обнаружить все ее возможности. Ведь ребенок учится именно на примере старших. Педагоги не понаслышке знают потребности детей, их склонности, способности, интересы.

В заключение, хотелось бы сказать:

Продуманно организованная игровая комната или уголок – залог полноценного психического развития ребенка.

Но самая лучшая и умная игрушка не вызовет интереса и не принесет пользы, если вы сами сначала не обыграете ее, не проведете некоторое время в игре с детьми.

И что ни одна, даже самая лучшая, самая развивающая игрушка не заменит ребенку живого общения с взрослыми. Играйте творчески вместе с детьми. Хорошее настроение детей, их веселый и пылкий нрав, общительность вознаграждают вас за ваши труды и усилия.

Литература:

1. Боровик О.В. Забрамная С.Д. Развитие ребенка в ваших руках. – М.: Новая школа, 2000.
2. Игра дошкольника /Л.А. Абрамян, Т.В. Антонова, Л.В. Артемова и др., Под ред. С. Л.
3. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. – М.: ТЦ «Сфера», 2001.
4. Крупская Н.К. О дошкольном воспитании. – М., 1973.
5. Никитин Б.П. Развивающие игры. Москва, 1981.
6. Менджерицкая Д.В. Воспитателю о детской игре. – М., 1982.
7. Максаков А.И. Тушакова Г.А. Учите, играя. – М.: Просвещение, 1979
8. Михайлова З.А. Игровые занимательные задачи для дошкольников. – М.: Просвещение, 1990.
9. Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. Том 1. Москва, 1999.
10. Эльконин Д.Б. Психология игры /Д.Б. Эльконин. – М., 1999.

Игровая гимнастика пробуждения после дневного сна

Е.Н. Беспалова, воспитатель

МБДОУ «Детский раз общеразвивающего вида №5

«Аленький цветочек»

Чистопольский муниципальный район Республика Татарстан

Гимнастика пробуждения как один из компонентов оздоровительной работы. Оздоровительная работа с дошкольниками в последние годы приобрела особую актуальность, что связано со стабильной тенденцией ухудшения здоровья всего населения России. Причин тому много: социальные, экономические, политические факторы. Все дети болеют, к сожалению этого не избежать. Только все болеют по-разному. Одни детишки легко переносят любой недуг и быстро поправляются, другие, наоборот, еще не успев окончательно окрепнуть после одной болезни, уже подхватывают новую. Причем, даже лёгкую простуду они переносят очень тяжело и часто получают осложнения.

Основная цель гимнастики после дневного сна - поднять настроение и мышечный тонус детей с помощью контрастных воздушных ванн и физических упражнений. Сохранить и укрепить здоровье детей.

Задачи:

Оздоровительные:

Укреплять опорно-двигательный аппарат;

Совершенствовать и развивать координацию движений;

Повысить жизненный тонус;

Укрепить иммунитет.

Обучающие:

Учить детей дышать через нос;

Упражнять в плавном свободном выдохе;

Формировать умения выполнять движения по показу воспитателя;

Воспитательные:

Воспитывать привычку здорового образа жизни.

Основные принципы проведения гимнастики пробуждения следующие: пока дети спят, подготавливает помещение, в котором будет проводиться гимнастика, с помощью снижения температуры. Хорошо подходит проветривание комнаты, так же можно подобрать музыку, которая будет сопровождать выполнение гимнастика пробуждения для детей. Музыка необходимо выбрать спокойную и включать на небольшую громкость.

Комплекс упражнений составляются один раз в две недели. Движения связаны с каким – либо образом или сюжетом, игровой образ подталкивает к выполнению подражательных движений. Смена видов двигательной деятельности с разной физической нагрузкой сосредотачивает внимание детей, способствует хорошему пробуждению, снимает сонливость.

Главное что должны помнить те, кто проводит комплекс гимнастики пробуждения это то, что **лучше не использовать резких и внезапных движений**, которые могут предоставить перевозбуждение и головокружение, а в неподготовленном теле ребенка вызвать различного рода растяжения. Оптимальное время, которое необходимо отвести гимнастике в кровати составляет от двух до трех минут. После выполнения гимнастики в кровати желательно переместить детей в другую комнату, где во время их сна проводилось проветривание. Главным условием есть нахождение их там, в носочках и трусиках. Далее дети должны заниматься ходьбой. Ходьба может быть различная, с использованием носков и пяток, высокие подъемы коленей, приседания, полуприседания. Так же дети могут выполнять группу упражнений, которые направлены на борьбу с возможным плоскостопием. Внимание нужно обращать не только на то, насколько правильно дети выполняют различные упражнения, и следить за их осанкой во время занятий, во избежание

искривления позвоночника.

Детям нравятся такие упражнения хатха-йоги, как «Кошечка», «Змея», «Дерево», «Рыба», «Кузнечики». Они выполняются в течении 3 минут. Нестандартное

оборудование стимулирует интерес детей, желание двигаться, участвовать в игровой гимнастики, вызывать радость и положительные эмоции. Применение нестандартного оборудования позволяет вносить разнообразие в игровую гимнастику пробуждения и эффекты новизны, позволяют шире использовать знакомые упражнения. Нестандартное оборудование объединяет гимнастику пробуждения с игрой.

В своей работе использую «Гимнастику для малышей» Е.Железновой. На дисках собраны игровые комплексы упражнений для деток 1-3 лет, а так же для детей в возрасте 2 – 4 года. Стоит отметить, что все упражнения для деток делятся всего 5 минут, и при этом понадобится обязательно помощь педагога для совместного выполнения упражнений.

Уверена, что гимнастика станет намного веселей и вы внесете свежие нотки в повседневные выполнения игровых упражнений в детском саду.

Ходьба по ворсистому коврику с притопом и поглаживанием ступни о коврик.

Методика проведения оздоровительной гимнастики после дневного сна.

Пока дети спят, педагог готовит условия для контрастного закаливания детей: готовит холодную комнату, температура в ней снижается с помощью проветривания

Пробуждение детей происходит под звуки плавной музыки, громкость которой медленно нарастает.

Гимнастика в постели направлена на постепенный переход детей ото сна к бодрствованию. Педагог начинает проводить ее с проснувшимися детьми, остальные присоединяются по мере пробуждения. Гимнастика в постели может включать такие элементы, как потягивание, поочередное поднятие и опускание рук и ног, элементы самомассажа, пальчиковой гимнастики, гимнастики для глаз.

Главное правило исключить резкие движения, которые могут вызвать растяжение мышц, перевозбуждение и, как следствие, головокружение.

Длительность гимнастики в постели около 2-3 минут.

Затем дети переходят в холодную комнату босиком и в трусиках. Там они выполняют ходьбу (наноска, пятках, с высоким поднятием колен, в полуприседе, в полном приседе, на внешней стороне стопы, с перекатом с пятки на носок, по корригирующим дорожкам) или комплекс упражнений направленных на профилактику плоскостопия. При этом важно следить не только за правильностью выполнения упражнений, но и за осанкой детей. Длительность этой части гимнастики 2-3 минуты.

Далее дети переходят в теплую комнату, где выполняют комплекс упражнений направленных на профилактику нарушений осанки. Чтобы заинтересовать детей, можно использовать кубики, мячи, обручи, гантели, гимнастические палки, фитболы, а также упражнения хатхайоги, как «Кошечка», «Змея», «Дерево», «Рыба», «Кузнечики». Они выполняются в течении 2-3 минут.

Затем дети переходят вновь в холодную комнату, чтобы выполнить комплекс дыхательной гимнастики, что очень важно для укрепления иммунитета, профилактики простудных заболеваний и заболеваний верхних дыхательных путей. Однако именно эта часть гимнастики обычно вызывает трудности у детей, поэтому педагоги склонны ограничиться выполнением одного-двух упражнений в течении нескольких секунд. Отдельные упражнения, безусловно, не принесут вреда, но наибольший оздоровительный эффект достигается только при достаточном длительном выполнении дыхательных упражнений. Дозировку их нужно увеличивать постепенно от 0, 5-1 до 3-4 минут.

Затем проводятся индивидуальная или дифференцированная оздоровительная работа с нуждающимися детьми. В это время остальные дети с помощником воспитателя проводят водные процедуры: умывание, обширное умывание, обливание прохладной водой, сухое растирание махровой варежкой и др.

Общая длительность оздоровительной гимнастики после дневного сна должна составлять 12-15 минут.

Роль оздоровительных развивающих игр в воспитании культуры здоровья у дошкольников

Г.З.Тимофеева, воспитатель

*МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №8 «Дюймовочка»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Проблема здоровья во все времена была чрезвычайно актуальна. Сегодня медики не в состоянии справиться с проблемами ухудшения здоровья, поэтому встает вопрос о формировании осознанного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. Работа в данном направлении ложится на наши плечи так как более 70% времени ребенок проводит в стенах детского сада. Это время, когда ребенок растет, развивается.

Игра - единственная всепоглощающая и самая любимая деятельность ребенка, имеющая место во все времена и у всех народов. Разнообразие детских игр безгранично. Игра позволяет ребенку удовлетворят многие потребности – потребность в развлечении, удовлетворении

любопытства, выплескивании накопившейся энергии, получении новых ощущений, самоутверждении.

Игра способствует развитию сенсорных способностей и физических навыков, раскрывая возможности для того, чтобы ребенок расширял и совершенствовал приобретенные ранее умения. Игра требует от ребенка проявления таких качеств, как инициативность, общительность, способность координировать свои действия с действиями сверстников.

Мир детских игр многообразен. К их числу относятся подвижные, или сенсомоторные, игры (например, бег, прыжки, вращения и другие разновидности игр), игр - возня, языковые игры, сюжетно-ролевые игры, особенность состоит в том, что дети разыгрывают различные роли и ситуации.

По мере взросления расширяется сфера деятельности, с которой сталкиваются дети, а на основе этого шире и разнообразнее становятся игры, меняется их содержание. Если у младших дошкольников основным содержанием игры является воспроизведение реальных действий взрослых людей с предметами, то у дошкольников среднего возраста – воспроизведение отношений между людьми, а у старших дошкольников – подчинение тем правилам, которые связаны со взятой на себя в игре ролью.

Игра оказывает огромное влияние на психическое и физическое развитие дошкольников. Игровая ситуация и действия в ней способствуют развитию произвольного внимания и произвольной памяти, умственной деятельности и воображения, сопереживания и взаимоподчинения.

Роль оздоровительно развивающих игр в развитии организма дошкольника эффективна. Перебрав много литературы выделила для себя в работе следующие задачи:

- Обеспечение здоровья ребенка посредством развития дыхательной, сердечно сосудистой и нервно мышечной систем и через стимулирование обменных процессов организма.
- Развитие основных двигательных навыков на основе формирования оптимального двигательного стереотипа статики и динамики основных форм движений (ходьба, бега, прыжков, ползания, лазанья и др.)
- Содействие развитию базовых двигательных качеств (силы, ловкости, быстроты, гибкости, выносливости, точности, координации). Каждое из них является сложным образованием.
- Укрепление мышечного корсета и сводов стопы, формирование правильной осанки, коррекция нарушений физического развития ребенка.
- Формирование телесной идентификации и произвольной регуляции движений. Формирование мышечного контроля частей тела; развитие сенсомоторной координации, равновесия, вестибулярной устойчивости и т.д.
- Развитие речевой моторики: постановка правильного речевого дыхания, развитие слухоголосовой и звуковысотной координации, формирование направленного внимания в собственных ощущениях при произнесении звуков, формирование умения изменять высоту тона речи, темпа и ритма речи и т.д.
- формирование навыков графических движений на основе развития кинестетической основы движения (чувствительности кожи ладоней, мышечных ощущений кисти, пальцев), координации мышечного движения, регуляции мышечного напряжения, чувства симметрии при взаимодействии обеих рук, формирования навыков вертикального, горизонтального, циклического движения руки и кисти и т.д.

Оздоровительно – развивающие игры позволяют ставить задачи: закреплять достигнутый оздоровительный эффект, получать новые ощущения, самозабвенно вкладывать в них свои эмоции. Игры помогают ребёнку освоить те виды движений, которые с трудом осваивались на занятиях и в других видах деятельности. Такие игры можно использовать в комплексной программе лечебной физической культуры для детей с различными заболеваниями и отклонениями в состоянии здоровья. Эти игры вырабатывают сосредоточенность, усердие при выполнении упражнений.

Оздоровительно – развивающие игры для дошкольников:

1. Соревновательные игры – это игры, в которых можно выявить победителя в индивидуальных или командных соревнованиях. Это игры: игры – эстафеты, связанные с их физической подготовленностью. Поощряется точное выполнение правил и соблюдение принципов честной

игры в действиях. А проигравший должен знать, что тот, кто учится проигрывать – побеждает. «Меткие броски» — забрось мяч в корзину.

2. Кооперативные игры – игры сотрудничества, в которых может условно присутствовать командное соперничество. При проведении таких игр учитывают не личные достижения отдельных участников, соревнующихся друг с другом, а достижения команд или всех участников, объединённых в единую команду. К примеру: «Гигантский прыжок» — сделать самый длинный прыжок.

3. Несоревновательные игры – игры, в которых отсутствует разделение Участников на соперничающие команды. В этих играх всемерно поощряются рыцарское поведение, красота действий и поступков, взаимопомощь, творчество, фантазия, юмор, что ориентирует детей на сотрудничество, исключает проявление агрессивности. «Ножки – сороконожки» — прыгать вперёд, поддерживая друг друга. Получить удовольствие от самого процесса игры.

Для здоровых детей, имеющих различные отклонения в состоянии здоровья используются разновариативные игры

Игры при плоскостопии – закреплять навыки правильной установки стоп и напряжения мышц стопы и пальцев в различных исходных положениях. «Медуза» — подбросить и поймать платок.

Игры при нарушении осанки – укрепление мышц спины и брюшного пресса, растягивание передней поверхности грудной клетки. «Морской хищник» — удерживать туловище и не разомкнуть руки.

Игры при дискинезии – игры, которые помогают улучшать отток желчи в двенадцатиперстную кишку. «Смешные черепашки» — быстро пробежать на четвереньках.

«Игры при ожирении – чтобы лучше была подвижность и улучшение деятельности сердечно – сосудистой системы. «Силачи» — не теряя мяча, передавая его партнёру.

Игры для ЧБД – укрепление организма, тренировка дыхательной мускулатуры. «Воздушные шары», «Железный дровосек».

Итак, игры способствуют формированию у ребёнка осознанного отношения к собственному здоровью, способствует развитию уверенности ребёнка в собственных силах. Оздоровительно – развивающие игры помогают ребёнку овладеть нормами правилами человеческих взаимоотношений, нравственной, эстетической культуры.

Рассматривая отдельные элементы игры, мы делаем вывод, что в сущности основным моментом оздоровительно развивающей игры является движение. Движения могут быть разнообразны, так что в одних играх применяются более интенсивные движения, в других более спокойные, но даже в самых спокойных играх мы все-таки имеем в основе движение. Физическое действие игры сводится к тому, чтобы движения определенным образом воздействовали на организм. Эти мысли подтверждается и в работе В.Г. Марца «беседы по методике и теории игры» - поставлена задача – еще в детском возрасте приспособить ребенка к достаточному количеству и качеству движений. Эти предпосылки указывают на то, что движение есть один из основных факторов, влияющих на организм. Движения состоят в связи с функциями и теми органами, которые в процессе функционирования обнаруживаются и совершенствуются. Знакомство же с ними дает нам физиология и анатомия. Игра благотворно влияет на работу всего организма ребенка.

Я работаю в группе для часто болеющих детей, это дети переболевшие 4-5 раз в году острыми респираторными заболеваниями и имеющие хронические заболевания ЛОР органов. Поэтому оздоровительные игры, планируемые и проводимые с детьми ежедневно, предназначены для профилактики переутомления. Кроме релаксационной, они выполняют коммуникативную, развлекательную и воспитательную функции. Эти игры укрепляют различные группы мышц, тренируют вестибулярный аппарат, способствуют профилактике нарушения и осанки. Непринужденность обстановки, свобода импровизации, возможность отступления от заданных правил, бесконечность вариаций, нацеленность мной на создание у детей положительного эмоционального тонуса, отсутствие проигравших – всё это создаёт у детей состояние особого психологического комфорта.

Организация оздоровительных игр не требует создания специальной площадки или наличия особого оборудования. Обязательное условие – компетентность и подготовка

мной. За короткое время работы я собрала картотеку оздоровительных развивающих игр и работу по данному направлению считаю перспективной, а главное, качественной и в дальнейшем планирую продолжить работу над этой темой.

Литература:

1. Козырева О.В. Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников: пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры дошкол. образоват. учреждений/ О.В.Козырева.- М.:Просвещение,2007.-94с.
2. Бабенкова Е.А., Параничева Т.М. Растим здорового ребенка. Новые стандарты. – М.:УЦ «Перспектива»,2011. – 160с.
3. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет. – М.: Новая школа, 1994. – 288с.

ГОРИЗОНТАЛЬНЫЙ ПЛАСТИЧЕСКИЙ БАЛЕТ – ТЕХНОЛОГИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ

Н.В. Артемьева, воспитатель

*МБДОУ «Детский сад №8 комбинированного вида «Дюймовочка»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан*

Охрана и укрепление здоровья детей, формирование привычки к здоровому образу жизни являются первостепенной задачей нашего учреждения. В связи с этим в детском саду проводится разносторонняя деятельность, направленная на сохранение здоровья детей, реализуется комплекс воспитательно - образовательных, оздоровительных и профилактических мероприятий.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении нужен дифференцированный подход через разные формы. Это утренняя гимнастика, психогимнастика, подвижные игры, физкультурные занятия, система оздоровительных процедур.

Наряду с традиционными использую и нетрадиционные формы, такие как массаж, фитотерапия, упражнения с элементами йоги, а недавно - горизонтальный пластический балет.

Автор технологии Ефименко Николай Николаевич, кандидат педагогических наук, который много времени в своей жизни посвятил физическому воспитанию детей, как здоровых, так и страдающих различными заболеваниями, например, ДЦП. В 1995 году он выпустил авторскую программу «Театр физического воспитания и оздоровления дошкольников» и небольшую брошюру-приложение к ней «Горизонтальный пластический балет». В этой брошюре раскрывались особенности занятий и были даны несколько готовых программ.

Горизонтальный пластический балет-это новая система физического самовыражения детей. Стиль работы оказывает на детей колоссальное положительное физическое, психическое и эмоциональное воздействие. Выполняя программу горизонтально- пластического балета, занимающиеся как бы погружаются в особый мир движений, музыки, образов, порождающих соответствующие ассоциации.

Новизна данной физкультурно-оздоровительной программы заключается в комплексном решении задач оздоровления. Программой предусмотрено построение образовательного процесса на основе интеграции образовательных областей как одного из важнейших принципов организации работы с дошкольниками в соответствии с федеральными государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Горизонтально-пластический балет помогает ребёнку развивать гибкость, хорошую осанку и координацию движений и впоследствии избежать распространённых заболеваний позвоночника. Упражнения балета укрепляют мышцы, делают их более эластичными, разрабатывают суставы, делают движения ребёнка красивыми и пластичными, развивают силу воли, дают возможность узнать многое о себе. Эта технология позволяет детям не только укрепить своё здоровье, но и получить большое удовольствие от выполнения предложенных

упражнений. Мы разучиваем с детьми такие комплексы как «Утро в лесу», «Я радостный!», «Здравствуй, солнышко!» и другие.

Исходная стартовая поза: лёжа на спине, руки вдоль туловища, тело расслаблено и спокойно. Завершающей же позой всегда должна быть поза: стоя на коленях, спина выпрямлена, руки протянуты к солнцу, пальцы выпрямлены и разведены, т.е. взрослые и дети вместе радуются жизни, солнцу, новому дню, природе.

Все движения выполняются под соответствующую музыку, они плавные, мягкие, пластичные - словно растягиваются во времени. Дети, тем самым, выражают характер музыки, выделяют игровые образы, например, цветы, фонтан, дельфины, и т.д. Движения должны быть красивыми, изящными, законченными, с сохранением необходимых поз, жестов, мимики.

Комплексы горизонтального пластического балета могут проводиться вместо комплексов гимнастики пробуждения (с предметами и без) - как утром, так и после дневного сна. Для материально - технического обеспечения требуется наличие удобного полового покрытия. Для музыкального обеспечения балета необходимо иметь музыкальный центр с набором соответствующей музыки (шум моря, пение птиц и т.д.). Количество детей, занимающихся одновременно с педагогом, может варьироваться: от подгруппы в 6-8 человек, до целой группы в 15-17 человек.

Комплексы рассчитаны на детей от 4-х до 7 лет, продолжительностью 20-25 минут. Работа, проводимая в системе, даёт положительные результаты. Дети эмоциональны, пластичны, умеют легко и красиво двигаться, меньше подвержены простудным заболеваниям.

Литература:

1. Н.Н.Ефименко «Горизонтальный пластический балет»/ Н.Н. Ефименко //Таганрог. 2001г.-210с
2. Н.Н.Ефименко «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста»./
3. Н.Н.Ефименко//Таганрог. 2000 г. -156с
4. Н.Н.Ефименко «Физкультурные сказки». / Н.Н.Ефименко //Харьков. 2005 г- 147с

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ДОШКОЛЬНОЕ ДЕТСТВО В РАМКАХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

*А.В. Клементьева, воспитатель
МБДОУ «Центр развития ребенка – детский сад»
г. Нурлат Республики Татарстан*

Важным направлением реализации концепции здоровьесбережения в образовательной деятельности в настоящее время является разработка и применение здоровьесберегающих образовательных технологий на всех уровнях образования, начиная с дошкольного.

Здоровьесберегающая педагогика включает в себя такие направления:

— последовательное формирование здоровьесберегающего образовательного пространства с обязательным использованием всеми педагогами таких технологий, чтобы получение учащимися образования происходило без ущерба для здоровья;

— воспитание у детей культуры здоровья — грамотность в вопросах здоровья, достигаемую в результате обучения, и потребность вести здоровый образ жизни, заботиться о собственном здоровье.

Работу по формированию ценностей здоровья и здорового образа жизни необходимо начинать в дошкольном возрасте, когда происходит активное формирование личности ребёнка. Педагоги, работающие с обучающимися 5-7 лет, делают всё возможное, чтобы заложить основы необходимых знаний у детей. В соответствии с личностно-ориентированным подходом к здоровьесберегающим технологиям обеспечиваются безопасные комфортные условия для развития детей. Здоровьесберегающий образовательный процесс осуществляется на основе

лично-развивающих ситуаций, относящихся к жизненно важным для обучающихся. Компетенции здоровьесбережения включают знание и соблюдение норм здорового образа жизни, культуры питания, правил личной гигиены, физическую культуру человека, свободу и ответственность выбора образа жизни. Педагоги соблюдают принципы непрерывности (на всех этапах образовательного процесса) и целостности (комплексного развития познавательной, эмоциональной и личностной сферы всех участников образовательного процесса, а также направленность здоровьесберегающих воздействий на физический, психический и социальный компоненты здоровья).

Цель образовательной деятельности состоит не только во всестороннем развитии ребёнка, но и в создании условий для сохранения и укрепления здоровья детей.

Для этого первым делом были создана предметная среда для образовательной деятельности, соответствующие возрасту обучающихся:

Для занятий были выбраны просторные, светлые кабинеты.

Мебель в группах соответствует возрастным особенностям обучающихся.

В группах строго соблюдаются гигиенические требования и режим проветривания.

Созданы зоны отдыха – ковры детской расцветки и диваны для проведения игр, минуток здоровья и отдыха и игр на переменах.

Физическое здоровье детей неразрывно связано с психологическим комфортом. Поэтому во время образовательной деятельности мы всегда стараемся реализовывать принцип комфортности и творчества. Принцип комфортности предполагает снятие по возможности всех стрессообразующих факторов образовательного процесса, создание атмосферы, расковывающей детей, ибо никакие успехи не принесут пользы, если они «замешаны» на страхе и подавлении личности ребенка. Принцип творчества предполагает максимальную ориентацию на творческое начало в образовательной деятельности детей, приобретение ими собственного опыта творческой деятельности, что является неотъемлемой составной частью реального жизненного успеха любого человека. Поэтому развитие творческих способностей в наши дни приобретает общеобразовательное и здоровьесберегающее значение.

Дошкольникам свойственна психологическая пересыщаемость, они быстро утомляются, поэтому им необходимо частое переключение с одного вида деятельности на другой. Поэтому в соответствии с возрастными особенностями во время образовательной деятельности им необходимо давать возможность отдохнуть, подвигаться, отвлечься. В структуру занятий включаются так называемые «Минутки здоровья» или физминутки.

Это небольшие по времени, рассчитанные на 2-3 минуты, которые могут включать упражнения:

Дыхательные;

Для профилактики нарушений опорно – двигательного аппарата и развития координации движений (со стихотворным сопровождением и без него);

Эмоциональный тренинг;

Пальчиковая гимнастика;

Гимнастики для глаз;

Релаксационные упражнения для снятия напряжения;

Коллективные игры с участием взрослого;

Подвижные игры с музыкальным сопровождением и без него.

Физминутка всегда тесно связана с темой занятия и является как бы переходным мостиком к следующей части занятия.

Основные задачи физминуток – это:

— снять усталость и напряжение

— внести эмоциональный заряд;

— совершенствовать общую моторику;

— вырабатывать четкие координированные действия во взаимосвязи с речью.

Наибольшая эффективность от них достигается тогда, когда они по форме и содержанию разнообразны.

На занятиях по окружающему миру используются физминутки, в которых имитируется какое-то явление природы или животное.

При изучении букв, играя в игру «Превратись в букву». При этом мы выполняем несколько задач: закрепляем буквы, развиваем внимание и память, общую моторику, отдыхаем.

На занятиях при изучении цифр используются рифмовки, которые являются одновременно и учебным материалом, и физическими упражнениями.

Занятия по английскому языку – благодатная почва для любых начинаний, включая здоровьесбережение. Более того, это просто часть учебного процесса, обеспечивающая успешное усвоение необходимого материала. Дети дошкольного возраста охотно играют, поют, слушают весёлые истории, разыгрывают сценки на английском языке. Их не смущает, что знают не очень много, интерес и удовольствие от успеха – главное. Ведь достаточно знать 2 слова, чтобы поиграть.

Пальчиковые игры помогают развивать мелкую моторику, помогающую освоить многие общеучебные умения и навыки.

Благоприятный психологический климат во время образовательной деятельности, который также служит одним из показателей успешности его проведения: заряд положительных эмоций, полученных обучающимися и педагогами, определяет позитивное воздействие.

Работа методобъединения приносит ожидаемые результаты: повышение профессиональной компетентности, активности педагогов и их активное участие в здоровьесберегающей инновационной деятельности, в сохранении и укреплении физического, психологического и социального здоровья обучающихся.

Здоровьесберегающую деятельность невозможно осуществить без тесного сотрудничества с семьями воспитанников. Развитие и воспитание ребенка во многом зависит от взрослых, которые его окружают. Поэтому сознательное отношение к собственному здоровью и здоровью детей в первую очередь следует формировать у родителей. Семья остро нуждается в помощи специалистов на всех этапах дошкольного детства.

В работе с родителями мы стремимся к формированию у них представлений о влиянии здоровья ребёнка на успешность его обучения, повышение их активности в планировании и организации мероприятий, направленных на оздоровление детей в процессе образовательной деятельности (тематические родительские собрания, консультации педагогов и приглашённых специалистов). Проводятся и различные спортивные праздники и досуговые мероприятия («День здоровья», «Мама, папа и я — спортивная семья», «Мы – мужчины!»), во время которых педагоги, родители и дети сотрудничают на благо здоровья.

Опыт показывает, что только целенаправленная работа всего педагогического коллектива и родителей может способствовать сохранению здоровья наших детей.

Здоровье — это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Очень важно руководствоваться определением здоровья как многогранного понятия, включающего физический, социально-психологический и духовно-нравственный аспект, и продолжать работу в данном направлении.

Литература:

1. Актуальная проблема внедрения здоровьеразвивающей педагогики. По материалам международного симпозиума «Образование в Европе для гармоничного развития учащихся» – М., 2010.
2. Гордеева А. В. Здоровье и образование, или образование здоровья / А.В. Гордеева // Школа. – 2002. — №2.
Концепция формирования здоровьесберегающей образовательной среды / И. Арон, Л. Киселёва, Н. Кузнецова // Новое образование. Журнал Центра современных образовательных технологий – 2011. — №1.
3. Массовая первичная профилактика школьных форм патологии, или развивающие здоровье принципы конструирования учебно-познавательной деятельности в детских садах и школах: Мет. рек. / Базарный В.Ф. и др. Красноярск, 1989.
4. Сивцова А.М. Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях / А.М. Сивцова //Методист. — 2007. — №2.

**Сказкотерапия в создании
эмоционального комфорта ребенка дошкольника
Мәктәпкәчә яшьтәге балаларда
уңай эмоциональ халәт тудыруда әкият терапиясе куллану**

*Г.Г. Камалова, воспитатель
МБДОУ “ЦРР-детский сад”г. Нурлат Республики Татарстан*

Әкият терапиясе – сәламәтлекне саклауга юнәлдерелгән, үз эченә укыту һәм тәрбияләүнең барлык этапларында да баланың исәнлеген кайгыртуга корылган педагогик технология.

Эшнең төп принцибы: педагогик ярдәм күрсәтү ягъни һәрбер балага кагылышлы шартлар һәм алымнар ярдәмендә катлаулы мәсьәләләрне бергәләп чишү.

Эшчәнлекнең төп шарты - эмоциональ киеренкелекнең юкка чыгуы, балаларның ирешелгән нәтижеләрдән канәгать булулары.

Әкият терапиясе шулай ук эти – эниләр белән берлектә балаларга кагылышлы катлаулы ситуацияларне чишкәндә дә төп булышчы.

Балаларда тормыш куркынычсызлыгы кагыйдәләрен камилләштерүдә ярдәм итүче әкиятләрне бигрәк тә иркен файдаланам:

-алар уен вакытында үзең кагылышлы куркынычсызлык кагыйдәләрен сакларга өйрәтә;

-тормышта булган куркыныч чыганаclarы турында белемнәрне баета;

-олыларга ярдәм сорап мөрәжәгать итәргә өнди.

Эшнең максаты:

-мәктәпкәчә яшьтәге балаларда уңай эмоциональ халәт тудыруда әкият терапиясен куллану.

Бурычлар:

-әкият терапиясенә психик сәламәтләндерү һәм акыл үсешен үстерүдә, бала тәрбияләүдә иң уңайлы һәм отышлы чараларның берсе итеп кулланырга ирешү;

-әкият аша балаларның эстетик зәвыгын үстерү, сөйләм телен баету, аралашу культурасы тәрбияләү, әкиятләр белән кызыксынуларын үстерү, коллектив эшендә катнашу теләге уяту;

-матурлыкка омтылыш, сәнгать кешеләренә хөрмәт тәрбияләү; төрле театральләшкән тамашалар күрсәтү аша балаларда артистлык сәләтен үстерү.

Әкияткә чын күңеленән ышанган бала андагы геройлар кебек булырга омтыла, аларга соклана яки кызгана, үзе дә сизмәстән, әкияткә салынган әхлак нормаларын үзләштерә. Хәзерге заманда балаларның көченән килердәй итеп оештырылган әкият терапиясенә тәрбияви кыйммәте аерата зур: мондый әкиятләрне сәхнәләштергән вакытта, алар каршылыкларны жинәргә өйрәнәләр, чыныгалар, үзләрендә көч, житезлек, тапкырлык кебек сыйфатлар үстерәләр.

Балаларының сәламәтлеген саклау, ныгыту - хәзерге көндә ата-аналарны, педагогларны иң борчыган мәсьәләләрнең берсе. Баланың оптималь эшкә сәләтлелек халәте аның үз-үзен яхшы хис итүенә, организмындагы барлык органнарның әйбәт эшләвенә нык бәйләнгән. Сәламәт бала эшчәнлекнең барлык төрләренә (интеллектуаль танып белү, хезмәт, ижтимагый, физик тәрбия, уен) рәхәтләнәп һәм шатланып катнаша. Ул - көр күңелле, яшьтәшләре һәм педагоглар белән жиңел аралаша.

Әкият терапиясен куллангач, күңел ничектер чистарып калгандай була. Ул мәктәпкәчә яшьтәге балаларда уңай эмоциональ халәт тудырганга күрә, кешенең эчке дөньясына тәэсир итеп, дөвалауга корылган.

Гомумән алганда, әкият, мультфильмнарның бала тәрбияләүдә роле бик зур. Тикмәгә генә психологиядә «әкият терапиясе» дигән төшенчә яшәми. Әби-бабаларыбыз да гасырлар буена яшь буынны халкыбызның иң матур әкиятләре, мәкаль һәм әйтемнәре, риваять һәм жырлары белән тәрбияләгән. Әкият терапия нәниләрне сихри дөньяга алып керә, аларның сәләтен ачарга ярдәм итә, ижади фикерләү сәләтен, баланың сөйләмен баета, актерлык осталыгына өйрәтә, эстетик һәм әхлакый тәрбия бирә, туган телгә мөхәббәт тәрбияләргә, рухын сәламәтләндерергә, тискәре гадәتلәрдән арындырырга, гомумән, тормышны аңларга, ягъни балаларда уңай эмоциональ халәт тудыруда ярдәм итәргә мөмкин.

Тәжрибә күрсәткәнчә, геройның уй-хисләрен аңлый белү, эмоциональ кабул итү, иллюстрацияләр карау, әкият герое турында сөйләшүләр, әкиятне сәхнәләштерү тәрбия

процессында зур урын алырга тиеш. Мәсәлән: [Абдулла Алишның «Куян кызы»](#), [«Чукмар белән Тукмар»](#), «Бикбатыр һәм Биккуркак» эсәрләрен сәхнэләштереп тыңлау, балаларга зур эмоциональ шатлык китерә.

Баласында ниндидер эмоциональ проблема (мәсәлән, соңгы арада чамадан тыш киреләнү, тупас сөйләшү, тиз кызып китү) сизгән ата-аналар үзләре әкият уйлап чыгара ала. Төп каһарман ролендә, әлбәттә, сезнең балагыз. Эмма әкияти формада һәм ул үзе бу турыда аңлап алмаслык булсын. Уйлап табылган герой өчен элеге моментка охшаш ситуация тудырылырга тиеш. Ә аннары әкияттә бу хәлдән чыгу юлы эзләнә. Мәсәлән, хәйләләргә яратучы балалар өчен – “Мактанчык куян”, берәз шаянрак һәм жиңел уйлаучаннарына – “Белмәмеш мажаралары”, үз-үзен генә яратучы, саранракларга – “Балыкчы һәм балык”, юаш, кыюсызларына “Куркак куян турындагы” әкиятләр туры килә. Бары аларның әйбәт һәм яхшылыкның жиңүе белән тәмамлануы шарт. Шулай ук сөйләп бетергәч нәтижә чыгарып кую да мөһим.

Балалар бакчаларында әкиятләргә сәхнэләштерү бик киң таралган. Сәхнэләштергән әкиятләрдә катнашып, балалар образлар, төсләр, авазлар аша тирә-юнь белән танышалар, ә сораулар балаларны уйларга, анализларга, йомгаclar ясарга мәжбүр итә. Бу очракта, акыл үсеше белән сөйләм теленең үсеше нык бәйләнгән. Сәнгатьле итеп персонажлар сөйләмә өстендә эшләгәндә, баланың сүз байлыгы арта, аваз культурасы, интонацияле сөйләү тәрбияләнә. Башкарылачак роль баладан чиста, аңлашылырлык итеп сөйләвен таләп итә. Сәхнэләштерелгән әкиятләр барышында, бала персонажлар өчен шатлана, кайгыра, үзен алар урынына куя, булышу ысулларын таба, яхшылык һәм явызлыкка үзенең карашын белдерә. Ә бу үз чиратында, баланы төрле яктан үстерә.

Әкиятне сәхнэләштерү эшчәнлеген алып барганда, һәр балага үзенең кичерешләрен, тойгыларын, теләкләрен, карашларын гадәти сөйләшкәндә генә түгел, ә чит тыңлаучылар алдында күрсәтә алырлык шартлар тудырырга һәм моңа аны яшьтән үк өйрәтергә кирәк. Күп кенә балаларның чит кешеләр алдында югалып калуларын күзәтәбез. Бу проблемалар булмасын өчен, балалар бакчасында әкиятне сәхнэләштереп кую бик зур булышлык күрсәтә. Сүзлек формалаша, яңа сүзләр белән баетыла. Әкиятне укып бетергәч, балаларга нинди дә булса жөмләнә тәмамларга, кабатларга, эчтәлеген сөйләргә тәкъдим ителә. Аннан кечкенә хикәяләр алына. Әкрәнләп монологик сөйләм генә түгел, ә диалогик сөйләм дә үсә. Аваз культурасы өстендә эшләнелә. Бала күп нәрсәне исендә калдыра. Аның хәтерә үсә. Рольне уйный - уйный, бала әкият дөнъясына кереп китә, татар телен истә калдыру жиңеләя. Балалар әкият уйнаганда, сүзләрен 2–3 мәртәбә кабатлылар. Аларның бу шөгьльләрдән соң хәтерләре яхшыра. Яраткан геройлар балаларга үрнәк булалар. Әкиятне сәхнэләштерү эшчәнлегә балаларга проблемалы ситуацияләргә чышәргә булыша, персонаж аркылы оялчанлыкны, кыюсызлыкны бетерергә, сәнгатьле итеп сөйләргә булыша. Әкиятне уйнап күрсәтү хәрәкәтләнгә кебек физик сыйфатларны камилләштерә, сәламәтлекне ныгыта.

Сөйләмне коррекцияләүдә дә әкиятләргә бик еш кулланам. «Ш» авазын бәйләнешле сөйләмдә автоматлаштыру өчен рус халык әкиятә «Шалкан», «Йомры икмәк» әкиятләрен алам. Г.Тукайның «Шүрәлесә» дә ярдәмгә килә. Балалар әкиятнең эчтәлеген эзлекле сөйләргә, сүзләрдә «ш» авазын да дәрәс әйтергә тиеш. «С» авазын автоматлаштыру Тукайның «Су анасы» әкиятә аша тагын да отышлырак. Рус халык әкиятә «Төлкә белән торна» белән «р-л» авазларын бәйләнешле сөйләмдә дифференциацияләгәндә танышалар. «Су анасы», «Шүрәле» әкиятләргә сюжетлы картиналарын да булдырдым. Буталган картиналарны балалар әкиятнең эчтәлек эзлеләгә буенча тезәләр. Шулай итеп, бәйләнешле сөйләм телен үстерү эше берүк вакытта тормышка ашырыла. Шөгьльләрдә балаларга таныш әкиятләрдән өзекләргә укыйм. Әкиятнең исемен, авторын әйтүләргә сорыйм һәм сюжетлы картиналардан әкияткә туры килгән сайлап алырга кушам. Татар, рус халык әкиятләргә эсәрләргә эчтәлеген сөйләргә өйрәнгәндә дә еш кулланабыз.

Сәхнэләштерү уеннарын үзләштерү ярдәмдә балаларның интонацияләргә яхшыра, башка катнашучылар белән аралашу осталыклары арта, килешү, конфликтлы ситуацияләргә чышә белү мөмкинлекләргә туа. Балаларның бәйләнешле сөйләм телләргә үсә.

Ә менә тәрбиячә үзә сәнгатьле итеп сөйләү генә түгел, күрә, ишетә белергә, актерлык, режиссерлык осталыгына да эзер булырга тиеш. Тик ул үзенең актерлык осталыгы белән оялчан

баланың уйнау теләген бетереп, караучыга әйләндерергә тиеш түгел. Балалар ялгышудан куркырга, гел караучы гына яки гел катнашучы гына булырга тиеш түгел.

Рольләргә бүлгәндә төрле алымнар кулланам:

- баланың теләге буенча роль сайлау;
- төп рольләргә оялчан балаларны билгеләү;
- карточкалар буенча рольләргә бүлү;
- парлап уйнау.

Бу очракта ике каршылык туарга мөмкин:

-һәр балага рольләр житмәсә нишләргә?

-тискәре рольләрне кем уйнар?

Беренче мәсьәләне балаларны төркемнәргә бүлеп чишеп була. Ә икенчесендә аңлату мөһим: әкияттә, сәхнәдә - барысы да артистлар. Ә артист уңай рольне дә, тискәре рольне дә уйный белергә тиеш. Тискәре рольне уйнау күпкә катлаулырак та. Балалар белән эшләгәндә, аларның матур костюмнарга, әкият геройларына, битлекләргә кызыкканнарына игътибар итәм. Киём алмаштырып үзгәрү - алар өчен бик күңелле күренеш. Әкреләп аларда сәхнәләштерелгән уеннарда кызыксыну уятуга, эчтәлеге зур булмаган курчак театрлары күрсәтүгә ирешүем - болар барысында балада уңай эмоциональ халәт тудыруда иң зур ярдәмчеләрәм.

Иң башта кешеләрнең, хайваннарның аерым гамәлләрен охшатып кабатларга тырышудан (чыпчыклар канат кагалар, куян төлкене күреп, агач астына сикерде яки батыр этәч юл буйлап атлый) башлыйбыз. Тора-бара, балаларда спектакльдәге аерым фразаларны кабатларга теләк уятам. Балаларны курчак театрының төрле төрләре белән таныштырып, аларны кечкенә - кечкенә шигырьләр, әкиятләр өйрәнү процессына этәрәм. Әкреләп балаларда актив сөйләм, уен осталыклары барлыкка килә(мимика, ишарә, төрле көчтәге тавыш куллана башлыйлар.

Сәхнәләштерү өчен сабыйлар хәленнән килерлек һәм аларга ошаган әкиятләрне сайлап алабыз. Мәсәлән: «Шалкан», «Теремкәй», «Йомры икмәк» һ.б.

Балалар спектакльләрдә бик теләп катнаша, үз рольләрен оста итеп башкарырга тырыша, төрле бәйрәмнәр вакытында эти-әниләр, әби-бабайлар алдында чыгыш ясарга яраталар.

Әкиятне сәхнәләштерү, аның өчен кирәкле жиһазларны, костюмнарны, битлекләрне әзерләүгә тәрбиячеләр, эти-әниләр һәм балалар да зур өлеш кертә.

Мин киләчәктә дә әкият терпиясе, әкиятләрне сәхнәләштерү эшчәнлегә өстендә эшемне актив дәвам итәрмен диеп уйлыйм. Чөнки балаларның сәламәтлеген кайгырту, аны тәэмин итү даими алып барылган очракта гына безнең киләчәк буыныбыз саф, сәламәт, сау булып үсәчәк. Балалар бакчасында моны бигрәк тә уңышлы итеп алып бару ысулларыннан яшь буынга аеруча яқын булган әкият терапиясен куллану икәннен бүген сезнең алдыгызда исбатлый алдым диеп ышанып калам.

Соңгы елларда тормышыбызда, яшәшебездә зур урын алып торган – балалар сәламәтлегенә, туган халкыбызның милли мәдәниятенә, рухи дөнъясына игътибар бирелүгә, татар телен өйрәнүгә кызыксыну артуга сөенеп, аның киләчәгә дәвамлы булуына инанып, без дә балалар бакчасында халкыбызның матур сәнгате — әкиятләр белән балаларны таныштыруны, шул матурлыкны тудырырга һәм сакларга омтылыш уятуны төп бурычыбыз итеп саныйбыз.

Кулланылган әдәбият:

1. Әдәп – матур гадәт: балалар бакчалары тәрбиячеләре, татар телен өйрәтүче тәрбиячеләр, башлангыч сыйныф укытучылары өчен методик кулланма / Төз.: З.М.Зарипова. - Яр Чаллы, 2009.
2. Әхлак белеме: кече һәм урта яшьтәге мәктәп балалары, ата-аналар, укытучылар, сыйныф житәкчеләре, балалар бакчасы тәрбиячеләре һәм педагогик уку йортлары студентлары өчен хрестоматия / Төз.: В.С.Казыйханов.- Яр Чаллы, 2000..
3. Бала бишеге – гомер ишеге: башлангыч сыйныф укытучылары, балалар бакчаларында, милли төркемнәрдә тәрбиячеләр, ата-аналар өчен халык авыз ижаты эсәрләре жыентыгы / Төз.: Ф.Зарипова, ижади төркем.- Яр Чаллы: Идел-йорт, 2000.
4. Балалар бакчасында татарча сөйләм үстерү дәресләре: балалар

бакчаларында эшләүче тәрбиячеләр өчен методик кулланма / Төз.: З.М.Зарипова, А.И.Касыймова.

- Казан, 2010.

5. Балачак аланы: балалар бакчасы тәрбиячеләре һәм эти-эниләр өчен хрестоматия / Төз.: К.В.Закирова.- Казан: РИЦ, 2011.- 560 б.

**«ЗАМОК-ТРАНСФОРМЕР»
АВТОРСКОЕ ИГРОВОЕ ПОСОБИЕ
МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНОГО ДЕЙСТВИЯ**

*Ахсанова А.В воспитатель
МБДОУ «Центр развития ребенка – детский сад»
г. Нурлат Республики Татарстан*

Современную жизнь довольно сложно представить без использования транспортных средств. Из года в год увеличивается поток автомобилей, а вместе с ними растет число дорожно-транспортных происшествий, и часто их участниками становятся пешеходы-дети. Причиной является незнание детьми правил дорожной безопасности.

Обеспечение безопасности движения – актуальная государственная проблема. Самое ценное для нас, взрослых – здоровье и жизнь ребенка, поэтому в детском саду вопросу безопасности детей на улицах и дорогах города уделяется большое внимание. Выйдя из стен детского сада, дети должны вынести определенный урок, который запомнится им, будет применяться в нужный момент и, конечно, поможет сохранить жизнь и здоровье.

Достичь желаемого результата можно только при эффективно организованной деятельности участников образовательного процесса.

В век прогрессивных технологий и в соответствии с требованиями ФГОС ДО педагогу уже недостаточно использовать только традиционные методы работы с детьми. Используются электронные ресурсы, компьютерные технологии, интерактивные папки – лэпбуки, авторские игровые пособия.

Таким образом, родилась идея создания авторского игрового пособия «Замок-трансформер» многофункционального действия. Оно позволило сделать обучение более продуктивным, эмоциональным и насыщенным.

Целью моей работы является: Обучение детей правилам дорожного движения с помощью прогрессивных методов и технологий.

Для достижения конечного результата поставила перед собой задачи: создать условия для сознательного изучения детьми правил дорожного движения; вырабатывать у дошкольников умение моделировать свою деятельность в нештатной ситуации; развивать адекватное восприятие возможных опасных ситуаций прививать навыки спокойного, уверенного, безопасного поведения с помощью игрового пособия; воспитывать этику поведения в общественном транспорте; повышать педагогическую культуру родителей при обучении детей навыкам персональной безопасности.

Идея, рожденная в творческом поиске, воплотилась в художественное творчество.

Замок-трансформер – не просто игра.

С ним познакомить всех вас пора.

Функций различных имеет он много.

Главное стоит очень недорого.

Своими руками замок рождался,

Детям он нашим для развития достался.

На данный момент в нем ЮИД поселили,

Дорожные символы в нем разместили.

Мы в центр помещаем название темы

И ждем предложений от наших детей.

В каком направлении пойдём мы сегодня?

Что интегрируем из областей?

В тесном контакте ребенок и взрослый

Мы вместе играем, читаем, поем.

В движении, в общении,

В сотворчестве тесном

С большим интересом мы все познаем.

Ценность: пособие является незаменимым помощником в обучении и воспитании детей в соответствии с требованиями ФГОС ДО.

Достоинства: доступность, многофункциональность и мобильность.

На основе пособия возможно изучение любого направления детской деятельности.

Проблемное поле:

- детский дорожно-транспортный травматизм;
- неумение адекватно реагировать на нештатную ситуацию;
- неосознанность потенциальной опасности неправильного поведения на улицах и дорогах города.

Ожидаемые результаты:

- снижение детского дорожно-транспортного травматизма;
- адекватное восприятие возможных опасных ситуаций;
- сформированность уверенного, безопасного поведения на улицах города;
- выработанная система поведения в транспорте;
- педагогическая компетентность родителей.

Используемое оборудование:

Магнитная доска, макет «Замка-трансформер» состоящий из башен на магнитах. Каждая из башен имеет свои «окошечки», символизирующие конкретный раздел образовательной деятельности; магнитные карточки-символы с условным обозначением видов образовательной деятельности и магнитные алгоритмические схемы с возможными направлениями (темами) в работе.

Разработанная модель планирования включает в себя рубрики: «Немного из истории», «За безопасность движения всей семьей», «Играя, учим ПДД», «Этика поведения в транспорте», «Советы Светофора», «Добрая дорога Детства», «Полезные встречи», «Игротека», «Ситуации общения».

Макет моделирования, содержание и методические рекомендации по реализации игры:

Принцип действия очень прост. Например: Педагог выставляет тему дня «Гужевого транспорт» и предлагает детям смоделировать свою деятельность по освоению предлагаемой темы. При необходимости ненавязчиво направляет детей при выборе конкретных карточек – символов. В итоге может получиться такая модель: художественная литература, изобразительная деятельность, познавательная деятельность, физкультура. Педагогу остаётся грамотно и эффективно донести до детей всю нужную информацию, подкрепив её продуктивной, игровой деятельностью и дать рекомендации родителям по работе над данной темой. Такая форма подачи изучаемого материала даёт хорошие результаты, т.к. дети, самостоятельно планируют свою деятельность и заинтересованы в конечном результате.

Пособие очень интересно и даёт большие возможности при знакомстве детей с окружающим миром, учит их быстро ориентироваться в социуме.

Дети быстрее воспринимают информацию, делают умозаключения и выводы, основываясь на конкретных знаниях и умениях.

Игровое пособие может использоваться во всех образовательных областях или в их интеграции. Для планирования тематических недель пособие может стать лучшим помощником. Тему могут выбрать педагоги или предложить сами дети. Подойдет пособие и для подведения итогов тематического периода.

В работе с родителями пособие можно использовать на родительских собраниях и конференциях, оно поможет делать для родителей тематические выставки.

Можно в своей деятельности использовать компьютерную версию многофункциональной модели игрового пособия.

Например: детям предлагается тема «Мой родной край», у них в электронных лэпбуках имеется для этого весь материал. Они самостоятельно или с помощью педагога делают подборку по интересующим их разделам. Затем с помощью компьютерной мыши моделируют свою деятельность. Воспитатель же намечает план работы по образовательным областям, выделенным в башнях «Замка-трансформера».

Разнообразные приемы работы, возможность выбирать альтернативные формы изучения тем, максимальная самостоятельность, предоставленная детям, дают положительные результаты.

Таким образом, использование данного пособия способствует повышению уровня знаний дошкольников о правилах дорожного движения, осознанной потребности их выполнять в повседневной жизни.

Полноценное физическое развитие и здоровье дошкольника в образовательном процессе

*Юхмальчина Н.А. воспитатель
МАДОУ «Детский сад №5 «Камыр Батыр»
общеразвивающего вида» г. Нурлат РТ*

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей. Вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать нам, педагогам дошкольных учреждений. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности. Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Дошкольное образовательное учреждение имеет большие потенциальные возможности для формирования у детей здоровьесберегающей культуры, навыков здорового образа жизни. Это связано с системностью дошкольного образования, возможностью поэтапной реализации поставленных задач с учётом возрастных и психологических возможностей детей - дошкольников.

Виды здоровьесберегающих технологий:

1. Медико-профилактические технологии
2. Физкультурно-оздоровительные технологии
3. Социально-психологические технологии
4. Образовательные технологии
5. Валеологическое просвещение родителей

В нашей группе созданы педагогические условия здоровьесберегающего процесса воспитания и развития детей, основными из которых являются: организация разных видов деятельности детей в игровой форме; построение образовательного процесса в виде модели культуры; организация культурного творчества дошкольников; оснащение деятельности детей оборудованием, игрушками, играми, игровыми упражнениями и пособиями. Вся эта работа осуществляется комплексно, в течение всего дня и с участием медицинских и педагогических работников: воспитателя, музыкального руководителя. Являясь участником этого общего процесса, я уделяю особое внимание обучению дошкольников основным движениям и навыкам здорового образа жизни, применяя на практике внедрение различных методов и приемов для создания среды здоровьесберегающего процесса в своей возрастной группе.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья.

Дыхательная гимнастика проводится в различных формах физкультурно - оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

Подвижные и спортивные игры проводятся ежедневно как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате- малой, со средней степенью подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения.

Релаксация. Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного

равновесия и жизнеутверждающего поведения. Наша задача состоит не в том, чтобы подавлять или искоренять эмоции, а в том, чтобы научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать своё тело. С этой целью в своей работе я использую специально подобранные упражнения на расслабление определенных частей тела и всего организма. Проводятся в любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей определяется интенсивность технологии. Используется для работы спокойная классическая музыка (Чайковский, Рахманинов), звуки природы. Выполнение таких упражнений очень нравится детям, т. к. в них есть элемент игры. Они быстро обучаются этому непростому умению расслабляться.

Пальчиковая гимнастика проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

Динамические паузы проводятся во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

Гимнастика для глаз проводится ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога.

Самомассаж - это массаж, выполняемый самим ребёнком. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку. Он способствует не только физическому укреплению человека, но и оздоровлению его психики. Для детей самомассаж - это профилактика сколиозов, простудных заболеваний, вегетативных дистоний. Он благоприятствует психоэмоциональной устойчивости к физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм. Самомассаж проводится в игровой форме ежедневно в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях. Весёлые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота, доступность, возможность использования в различной обстановке и в любое время способствуют изменению позиции ребенка из объекта в субъект педагогического воздействия, а это гарантия успеха реабилитационной, коррекционной и развивающей работы.

Ритмопластика проводится 1 раз в неделю в форме кружковой работы. Во время занятий у детей развивается музыкальный слух, чувство ритма, гибкость и пластичность, формируется правильная осанка. Обращается внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и её соразмерность возрастным показателям ребёнка.

Бодрящая гимнастика проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В её комплекс входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, обширное умывание. Для профилактических целей каждым родителем был изготовлен коврик- дорожка с пуговицами. Дети с удовольствием ходят по нему после дневного сна. Дорожка прекрасно массирует ступни малыша, укрепляет мышцы и связочный аппарат стопы, защищая организм в целом.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в нашей группе -это в первую очередь технология воспитания валеологической культуры или культуры здоровья малышей. Цель этих технологий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. Иными словами, нам важно достичь такого результата, чтобы наши дети, переступая порог «взрослой жизни», не только имели высокий потенциал здоровья, позволяющий вести здоровый образ жизни, но и имели багаж знаний, позволяющий им делать это правильно.

Технологии обучения здоровому образу жизни:

Утренняя гимнастика проводится ежедневно 6-8 мин. с музыкальным сопровождением. Музыка сопровождает каждое упражнение. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки.

Физкультурные занятия проводятся 3 раза в неделю по 20-25 мин. в соответствии программой, по которой работает ДОУ (традиционные, сюжетно-игровые, интегрированные оздоровительные). Они направлены на обучение двигательным умениям и навыкам. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. А присутствие музыки на занятиях способствует улучшению психологического и физиологического состояния организма ребёнка.

Образовательная деятельность предполагает проведение занятий и бесед. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Мною разработан перспективный план валеологического воспитания дошкольников и формирования представлений детей о здоровом образе жизни. Внедрение разработанных занятий с применением нетрадиционных методов и приёмов позволило повысить интерес ребёнка к получению валеологических знаний, увлечь игровым сюжетом и необычным содержанием. У детей легко формируется понятие о том, что каждый человек должен сам заботиться о себе и своём здоровье. Расширяется представление о том, как нужно заботиться о сохранении здоровья.

Активный отдых (физкультурный досуг, физкультурный праздник, музыкальный досуг, «День здоровья»). При проведении досугов, праздников все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом дети ведут себя более раскованно, чем на физкультурном занятии, и это позволяет им двигаться без особого напряжения. При этом используются те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели, поэтому у детей проявляется своеобразный артистизм, эстетичность в движениях. Физкультурные праздники и досуги обязательно сопровождаются музыкой: это благотворно влияет на развитие у детей чувства прекрасного, закрепляет умения двигаться под музыку, понимать характер музыкального произведения, развивает музыкальный слух, память.

На участке детского сада имеется спортивное оборудование, которое позволяет обеспечить максимальную двигательную активность детей на прогулке, так как одной из самых действенных закалывающих процедур в повседневной жизни является прогулка.

Коррекционные технологии:

Артикуляционная гимнастика - упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения, помогают быстрее «поставить» правильное звукопроизношение, преодолеть уже сложившиеся нарушения звукопроизношения. Занятия по профилактике и коррекции речевых нарушений с детьми проводит логопед.

Технология музыкального воздействия. Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от умиротворенности), покоя и гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии). В связи с этим важно обратить внимание на то, какую музыку слушаем мы и наши дети. При использовании музыки помню об особенностях воздействия характера мелодии, ритма и громкости на психическое состояние детей. Использую в качестве вспомогательного средства как часть других технологий, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения. Широко использую музыку для сопровождения учебной деятельности дошкольников (на занятиях по изобразительности, конструированию, ознакомлению с окружающим миром и т.д.) Спокойная музыка, вызывающая ощущения радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания. Также музыку использую перед сном, чтобы помочь с трудом засыпающим детям успокоиться и расслабиться. Когда дети лягут в постель, включаю спокойную, тихую, мелодичную, мягкую музыку и прошу их закрыть глаза и представить себя в лесу, на берегу моря, в саду или в любом

другом месте, которое вызывает у них положительные эмоции. Обращаю внимание детей на то, как расслабляется и отдыхает каждая часть их тела.

Сказкотерапия используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. В своей работе чаще использую авторские сказки, т.к. в них есть много поучительного. Сказки не только читаю, но и обсуждаем с детьми. Дети очень любят «олицетворять» их, обыгрывать. Для этого используем кукольный театр, ролевые игры, в которых дети перевоплощаются в разных сказочных героев. Дети также сами сочиняют сказки, ведь придуманная сказка ребёнком, открывающая суть проблемы - основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми.

Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребёнка привычку к здоровому образу жизни.

В целях сотрудничества с родителями по формированию здорового образа жизни у детей нами разработана система мероприятий, к которым относятся: родительские собрания в нетрадиционной форме, консультации, совместные конкурсы, спортивные праздники, участие родителей в подготовке и проведении праздников, физкультурных досугов; совместное создание предметно – развивающей среды; работа с родительским комитетом группы, анкетирование. Дни здоровья, папки-передвижки, беседы, личный пример педагогов (участие в районных олимпиадах, спартакиадах) совместное создание предметно – развивающей среды; работа с родительским комитетом группы, анкетирование.

Наглядные стенды знакомят родителей с жизнью группы, с Конвенцией о правах ребенка, с возрастными физиологическими особенностями детей. Широко используется информация в родительских уголках, в папках-передвижках («Развитие ребёнка и его здоровье», «Игры с движениями» «Движение - основа здоровья», «Формирование правильной осанки и профилактика её нарушений», «Зимние игры с ребёнком» и т.д.).

Таким образом, проводимая мною физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении.

Применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, а у ребёнка- стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Проанализировав характеристики и последствия от применения каждой методики можно абсолютно точно сказать, что все выше оговоренные технологии выполняют оздоровительную функцию. Комплексное использование здоровьесберегающих технологий в детском саду по ФГОС – это гарант полноценного развития организма ребенка.

Здоровьесберегающие технологии на занятиях по обучению детей татарскому языку в рамках реализации УМК.

Р.В.Шайхутдинова,

воспитатель по обучению татарскому языку

МАДОУ “Детский сад №5 “Камыр Батыр” общеразвивающего вида г.Нурлат РТ

Чтобы процесс обучения детей дошкольного возраста татарскому языку проходил в режиме здоровьесбережения, при организации и проведении занятий одним из самых важных здоровьесберегающих действий мы считаем, создание у детей положительной эмоциональной настроенности на занятие. Положительные эмоции способны полностью снимать последствия отрицательных воздействий на организм дошкольника. Поэтому стремимся, чтобы наши занятия проходили непринужденно, в атмосфере положительных эмоций. При планировании занятий для детей любого возраста придумываем задания, выполнение которых не только помогает закрепить какие-либо знания, умения и навыки или получить новые, но и доставляет

радость и удовольствие. В соответствии с требованиями здоровьесберегающих технологий на занятиях по обучению детей татарскому языку соблюдаем гигиенические требования и учитываем чередование и смену видов деятельности с детьми. Начиная со средней группы, с первых занятий дети учатся общаться на татарском языке. При этом они усваивают большой объем нового материала (лексические единицы, грамматические конструкции), приобретают произносительные навыки. Вслед за Акбай и Мияу, за аудиозаписью дети многократно повторяют, пропевают новые слова (особенно в средней группе: Мин эни, мин эти; Ипи тэмле-тэмле, чай тэмле-тэмле), выражения, предложения. В ход идут различного рода движения (хлопки, притопы, повороты туловища, ходьба, бег на месте и т.д.). Чтобы снять умственное напряжение, дать детям небольшой отдых, вызвать положительные эмоции, которые ведут к улучшению усвоения материала мы используем игры «Угости друга (бабушку, дедушку, маму, папу, Акбая, Мияу и т.д.)», «Подари игрушку!», «Помоги кукле поставить на стол посуду для праздника», «Приготовим салат», игровые ситуации «Акбай и Мияу у нас в гостях», «Кто тянул репку?», «Мы идем в кафе (вцирк)», «Что тебе нужно?», «На горке», «За праздничным столом», «Я иду в школу», ролевые игры «Магазин игрушек (овощей, одежды, мебели, школьных принадлежностей)», «Кафе», «Цирк», «Командир», «Купи игрушку на день рождения Мияу!», игры малой подвижности, игры с предметами, диалоги с воспитателем, друг с другом, со сказочными персонажами и с нашими друзьями Акбай и Мияу, просмотр анимационных сюжетов, мультфильмов, драматизация небольших сценок, пение («Туп», «Тэмле», «Матур курчак», «1куян, 2куян, 3куян,...»), «Бу өй матур, бу өй зур», «Баллы кишер», «Сиңа нәрсә кирәк?», «Зәңгәр чынаяк», «Казанга барам», ...), пение на занятиях - это огромный стимул для детей, спетая на татарском языке песенка, пусть простенькая - это первая победа, в знак того, что малыш приобщается к другой культуре; также используем различные виды гимнастики: пальчиковая (снимает нервно-психическое напряжение, напряжение в руке и скованность, развивает мелкую моторику, что способствует развитию речи), дыхательная (помогает повысить возбудимость коры больших полушарий мозга, активизировать детей), для глаз (полезна в целях профилактики нарушения зрения, снятия напряжения). Занятия проводим в игровой форме, так как малышам легче воспринять подаваемый им материал через игру, а игра, как известно, является большим стимулятором чему-либо научиться. Это может быть повторение лексики в игре с мячом («Син кем?», «Аша, эч, уйна, ю!», «Скажи по-татарски»), подвижные игры и хороводы («Бар матур бакча» и т.д.). Мы не боимся, что дети подвигались и пошумели, то потом будет трудно вернуть занятие в рабочее русло, совсем наоборот: сбросив напряжение, дети готовы серьезно потрудиться дальше. В игре дети проявляют самостоятельность, решительность, сообразительность, глубже понимают значение слов. Игры вызывают у детей положительные эмоции, лёгкость и удовольствие. Хорошие игры помогают научиться найти решение какой-либо возникшей проблемы, выйти из несложной ситуации посредством полученных знаний языка. Во время игры «Разговор по телефону» дети подготовительных групп легко вступают в диалог и поддерживают его, применяя знания языка. Занятия часто начинаем с «разогрева», то есть различного рода лексических, фонетических или лексико-грамматических «зарядок». Сделать этот этап более привлекательным и задающим тон всему занятию совсем несложно, если превратить его в маленькую игру или соревнование. Например: кто больше вспомнит слов на татарском языке, кто больше назовет слов на заданную тему, игры «Скажи конец слова», «Скажи по-татарски», «Что спрятано в коробке?» и т.д. Для работы с лексикой очень хороши анимационные сюжеты, отрывки из мультипликационных фильмов и из телепередачи «Әкият илендә», которые транслируются по каналу ТНВ. На этапе закрепления лексики, или при повторном просмотре анимационных сюжетов мы применяем прием «озвучка» убираем звук, превращая это в ещё более интересное занятие, попросив детей «переозвучить» по-татарски тот или иной отрывок. Просмотр мультфильмов, анимационных сюжетов на татарском языке настраивает на запоминание и одновременно дает психологическую разгрузку. Несколько слов хочется сказать о драматизации, как о виде релаксации на НОД татарского языка. Мы считаем, что драматизация способствует развитию навыков общения на татарском языке, расширяет кругозор детей. Безусловно, нельзя превратить каждую деятельность по обучению детей татарскому языку, от начала до конца, в праздник. Много требует серьезного труда, вдумчивой интеллектуальной работы. Во всём

нужно руководствоваться чувством меры. Тем не менее, если НОД построена таким образом, что дети будут всегда ожидать чего-то нового и интересного; если эмоциональная атмосфера будет атмосферой доброжелательства и сотрудничества; если наши дети будут иметь возможность развивать и проявлять не только свои знания, но и творческие способности, - безусловно, и обучать, и обучаться будет легко и радостно, что непременно положительно скажется на психофизическом здоровье наших воспитанников.

Литература:

1. «Татарча сөйләшәбез», («Говорим по-татарски») для детей 4-7 лет Зарипова З.М., Исаева Р.С., Кидрячева Р.Г.
2. «Туган телдә сөйләшәбез» (обучение родному языку) для детей 2-7 лет, Хазратова Ф.В. Зарипова З.М.
- 3.«Изучаем русский язык» (материалы для изучения русского языка татаро-язычными детьми) Гаффарова С.М.
- 4.«Мәктәпкәчә яшьтәгеләр әлифбасы» для детей 6-7 лет Шаехова Р.К.
5. Методические разработки «Татарча сөйләшәбез», («Говорим по-татарски») для детей 4-7 лет З.М. Зарипова, Р.Г.Кидрәчева, Л.Ә.Шәрипова, Р.С.Исаева, Р.М.Алексеева, А.И.Камалова, А.Д.Камалова, В.Р.Ситдыйкова, М.С.Нурғалиева.

Использование здоровьесберегающих технологий в процессе образовательной деятельности в рамках реализации художественно-эстетического цикла (музыка)

*Э.А. Мингазова, музыкальный руководитель
МАДОУ «Детский сад №5 «Камыр Батыр»
общеразвивающего вида»г. Нурлат РТ*

Приоритетным направлением нашего ДОУ является здоровьесберегающее направление во всех видах деятельности детского сада. Педагоги ДОУ, комплексно решают задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, подготовки его к школе, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные технологии здоровьесбережения.

Цель внедрения здоровьесберегающих технологий: сохранение и укрепление психического и физического здоровья детей.

Новизна: Привычные виды музыкальной деятельности можно разнообразить с пользой для здоровья.

Результативность: Повышение показателей физического развития и развития дыхательной системы детей. Улучшение двигательных навыков и качеств (пластичность, координация, ориентирование в пространстве); совершенствование вокальных навыков и умений.

Этапы внедрения технологии:

- 1 этап. Анализ проведения образовательной деятельности с позиций здоровьесбережения.
- 2этап. Постановка практических задач по результатам анализа.
- 3 этап. Анализ методической литературы. Подбор материала для работы и консультаций.
- 4 этап. Внедрение в практику.
- 5 этап. Мониторинг результатов. Анализ занятий.

1. АНАЛИЗ ПРОВЕДЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ПОЗИЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЖЕНИЯ (1 ЭТАП)

Музыкальное развитие ребенка в аспекте физического имеет свою давнюю историю. Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует на общее состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания. В «Методике музыкального воспитания» Н. Ветлугина пишет, что пение развивает голосовой аппарат, речь, укрепляет голосовые связки, регулирует дыхание. Ритмика улучшает осанку ребенка, координацию, уверенность движений. Таким образом, музыка – это одно из средств физического развития детей. Свою работу в этом направлении я начала с анализа образовательной деятельности с точки зрения здоровьесбережения.

2. ПОСТАНОВКА ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАЧ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ АНАЛИЗА (2 ЭТАП)

После анализа образовательной деятельности я пришла к выводу, что надо:

- ✓ систематизировать проведение физкультминуток на образовательной деятельности (во время малоподвижных видов деятельности – пение, слушание музыки),
- ✓ в начало и конец образовательной деятельности внедрить элементы, позволяющие настроить детей на нужный лад (взбодрить, успокоить),
- ✓ систематизировать применение элементов здоровьесбережения во время танцев и игр-драматизаций.

3. АНАЛИЗ МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ (3 ЭТАП) *РИТМОПЛАСТИКА*

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. Основная направленность элементов ритмопластики в образовательной деятельности, — психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного ("музыкального") инструмента.

В образовательной деятельности ребенок занимается ритмопластикой в коллективе, а это способствует развитию у детей организованности, дисциплины, ответственности, взаимовыручки, внимательного отношения к окружающим, самостоятельности.

Очень важна по ритмопластике музыка. Правильно подобранная музыка – успех урока. Музыка регулирует движения и дает четкие представления о соотношении между временем, пространством и движением, воздействует на эмоции детей, создавая у них определенное настроение, при этом влияет на выразительность детских движений.

- Развивает чувство ритма, музыкальный вкус и слух,
- Развивает умение правильно и красиво двигаться,
- Укрепляет различные группы мышц и осанку,
- Развивает умение чувствовать и передавать характер музыки;

✓ *ФОНОПЕДИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ*

Проводятся для укрепления хрупких голосовых связок детей, подготовки их к пению, профилактики заболеваний верхних дыхательных путей. Разработки В.Емельянова, М.Картушиной способствуют развитию носового, диафрагмального, брюшного дыхания, стимулированию гортанно-глоточного аппарата и деятельности головного мозга. В работе используются оздоровительные упражнения для горла, интонационно-фонетические (*корректируют произношение звуков и активизируют фонационный выдох*) и голосовые сигналы доречевой коммуникации, игры со звуком.

✓ *Артикуляционная гимнастика*

- Обучение детей простейшим артикуляционным движениям по подражанию взрослому,
- Выработку контроля над положением рта;

✓ *Дыхательная гимнастика*

Упражнения на развитие дыхания играют важную роль в системе оздоровления дошкольников.

Основными задачами дыхательных упражнений в образовательной деятельности являются:

- Укрепление физиологического дыхания детей (без речи).
- Тренировка силы вдоха и выдоха.
- Развитие продолжительности выдоха.
- Помогает выработать диафрагмальное дыхание,

✓ *Психогимнастика*

- Упражнять детей в умении изображать выразительно и эмоционально отдельные эмоции, движения,
- Коррекция настроения и отдельных черт характера,
- Обучение ауторелаксации,

- Снятие эмоционального напряжения;

✓ **ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА**

- Стимулирует действие речевых зон коры головного мозга детей,
- Совершенствует внимание и память,
- Формирует ассоциативно-образное мышление,
- Облегчает будущим школьникам усвоение навыков письма;

✓ **ЛОГОРИТМИКА**

- Стимулирует развитие речи;
- Развивает пространственное мышление,
- Развивает внимание, воображение;
- Воспитывает быстроту реакции и эмоциональную выразительность.

✓ **МУЗЫКТЕРАПИЯ**

Музыкотерапия - важная составляющая музыкально-оздоровительной работы в нашем ДОУ. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. Музыкотерапия проводится педагогами ДОУ в течение всего дня детей встречают, укладывают спать, поднимают после дневного сна под соответствующую музыку, используют ее в качестве фона для занятий, свободной деятельности.

4. ВНЕДРЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРАКТИКУ (4ЭТАП)

4.1. Основные моменты внедрения здоровьесберегающих технологий.

Для решения первой задачи - систематизировать проведение физкультминуток в непосредственно образовательной деятельности (во время малоподвижных видов деятельности – пение, слушание музыки),- я использую пальчиковую, артикуляционную и дыхательную гимнастику помогают сделать разминку перед пением.. Артикуляционная и дыхательная гимнастику Пальчиковые и жестовые игры интересны, занимательны, не требуют много времени(1,5-2 мин), легко запоминаются, выполняются по показу взрослого. Они позволяют отдохнуть детям в течение малоподвижных видов деятельности – пение, слушание музыки, и в то же время не дают детям отвлечь свое внимание от слушания, разучивания и т.д.

Для решения второй задачи, поставленной в результате анализа занятия, в начало, и конец занятия внедряю элементы психогимнастики, позволяющие настроить детей на нужный лад (взбодрить, успокоить),

Для решения третьей задачи, поставленной в результате анализа занятия, во время танцев и игр-драматизаций использую элементы , логоритмики, ритмопластики.

Организация работы проводится по трем направлениям:

Групповая и индивидуальная работа с детьми.

Взаимодействие и просветительская работа с родителями.

Совместная работа педагогов ДОУ.

4.2. Работа с детьми.

4.2.1. Алгоритм проведения образовательной деятельности с использованием здоровьесберегающих технологий. (виды деятельности варьируются в зависимости от плана занятия и настроения детей).

- 1.Приветствие. Психогимнастическое упражнение для настройки на рабочий лад.
2. Вводная ходьба. Музыкально-ритмические движения, логоритмические упражнения.
3. Слушание музыки (активное и пассивное). Физкультминутка- пальчиковая игра- 1 упр.
4. Пение, песенное творчество: распевки, артикуляционная гимнастика, дыхательная гимнастика, в качестве физкультминутки – пальчиковая игра-1 упр.
5. Танцы, танцевальное творчество с элементами ритмопластики.
6. Театральное творчество с элементами логоритмики, ритмопластики, психогимнастики (мимика, пантомимика). Музыкальные игры, хороводы.
7. Игра на ДМИ. Творческое музицирование.
8. Прощание. Психогимнастическое упражнение на релаксацию.

4.2.2 Применение ритмопластики в образовательной деятельности. Пример.

Упражнения на ритмопластику провожу в основном во время танцев. Пример элементов ритмопластики.

«Веселые путешественники». Музыка М. Старокадомского

Задачи: развитие координации движения рук и ног в процессе ходьбы, быстроты реакции, умения сочетать движения с музыкой и словом.

Описание движений: И.П. — (исходное положение). Дети стоят друг за другом.

1 фигура 1 куплет. Ходьба друг за другом бодрым шагом.

Припев: И. П. — стоя лицом в круг.

На слова «Тра-та-та» — три хлопка справа у головы. Повторение — три хлопка слева.

На слова «Мы берем с собой кота» — на 4-х прыжках руки вниз.

На слова «чижика» — наклон вперед, руки назад «хвостиком»,

«собаку» — слегка присесть, руки перед собой, согнутые в локтях, кисти опущены,

«Петьку-забияку» — шаг на месте, одновременно маховые движения руками, согнутыми в локтях,

«обезьяну»- наклон вправо, руки согнуты в локтях, ладони вперед,

«попугая» — наклон в том же положении влево,

«вот» — руки вперед. «компания какая» — руки опустить.

Повторение последней фразы — движения те же, в конце — шаг на месте.

2 фигура 2 куплет Запев: ходьба топающим шагом, вращение согнутыми в локтях руками (паровозик) На повторение музыки изменить направление движения, руки «держат руль» — имитация езды на автомобиле.

Припев: движения те же.

3 фигура 3 куплет Запев: поскоки по кругу друг за другом (для детей 3-3,5 лет вместо поскоков — ходьба). Начиная со слов «Нам солнышко светило» дети 4,5-5 лет одновременно с поскоками выполняют маховые скрещивающиеся движения руками над головой («ветерок»). Эти движения можно выполнять в рассыпную и к припеву остановиться лицом к зрителям (педагогу).

Припев: движения те же. На последний аккорд — прыжок на месте, руки вверх.

4.2.3 Применение фонопедических упражнений в образовательной деятельности. Пример.

"Динозаврик"

Четыре динозаврика, ура, ура, ура!
Мы любим динозаврика, петь и танцевать, тарам-па-ра-ра-ра!
Смешные мы, хорошие, мы любим пошалить!
И мы все время заняты, нам некогда грустить!

Дети голосом "рисуют" динозаврика, используя последовательность: "У-о-а-ы-и-скрип!" тоже проводится на музыкальных занятиях. Выполнение массажных манипуляций расширяет капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови и лимфы, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему.

4.2.4 Применение артикуляционных упражнений в образовательной деятельности. Пример.

Упражнение для мышц мягкого нёба и глотки «Жаба Квака»

Жаба Квака с солнцем встала, - *потягиваются, руки в стороны*

Сладко-сладко позевала. - *дети зевают*

Травку сочную сжевала - *имитируют жевательные движения,*

Да водички поглотала. - *глотают*

На кувшинку села,

Песенку запела:

"Ква-а-а-а! - *произносят звуки отрывисто и громко*

Квэ-э-э-!

Ква-а-а-а!

Жизнь у Кваки хороша!

4.2.5 Применение дыхательной гимнастики в образовательной деятельности. Пример. "Машина"

(обучение постепенному выдоху воздуха)

И.П. - Дети становятся на одной линии, делают вдох ("наливают бензин") и начинают движение вперед, при этом деля губами "бр-р-р". Дети, как обычно, копируют работу мотора. Победитель тот, кто дальше всех "уехал" на одном дыхании.

"Цветок".

(упражнение направлено на достижение дыхательной релаксации за счет физиологического рефлекса, в результате которого при вдохе носом происходит расслабление гладкой мускулатуры бронхов).

И.П. - стоя. Руки опущены. Глаза закрыты. Делается медленный вдох, будто вдыхается аромат цветка. Это упражнение рекомендуется выполнять рано утром, повернувшись к солнцу.

4.2.6 Применение психогимнастики в образовательной деятельности. Пример.

Психогимнастические упражнения я использую в начале образовательной деятельности – чтобы помочь ребятам настроиться на рабочий лад (в зависимости от их настроения); в конце – на релаксацию, чтобы дети успокоились перед уходом в группу;

Координационно-подвижная игра приветствие «Привет!».

Цель: Развитие доброжелательного отношения друг к другу.

Обучение музыкально-ритмическим движениям по показу, развитие координации движений, чувства ритма.

Мы встали в круг *(три хлопка)*

С тобою друг *(три притопа)*

Давай играть *(три хлопка)*

И танцевать *(изображают танцевальные движения, три притопа)*

Ты повернись *(поворачиваются к товарищ, делают три хлопка)*

И улыбнись *(улыбаются, делают три притопа)*

А я в ответ *(три хлопка)*

Скажу «Привет!» *(дети поворачиваются друг к другу и машут рукой).*

4.2.7 Применение пальчиковых игр в образовательной деятельности. Пример.

"Кошка"

Посмотрели мы в окошко *(пальцами обеих рук делают "окошко")*

По дорожке ходит кошка *("бегают" указательным и средним пальцами правой руки по левой руке)*

С такими усами! *(показывают "длинные усы")*

С такими глазами! *(показывают "большие глаза")*

Кошка песенку поет *(хлопки в ладоши)*

Нас гулять скорей зовёт! *("зовут" правой рукой)*

4.2.8 Применение логоритмики в образовательной деятельности. Пример.

Логоритмические упражнения я провожу в основном во время музыкально-ритмических движений.

Игра-упражнение «У мишки дом большой»

Цель: развитие подражательных движений

У мишки дом большой, – дети поднимаются на носки, руки тянут вверх.

У зайки домик маленький. – дети присаживаются на корточки, руки опускают к полу.

Мишка наш пошёл домой, – шагают как мишки, переваливаясь.

А за ним и зайка. – прыгают на двух ногах - «зайчики».

4.2.9. Применение музыкатерапии в образовательной деятельности, свободной деятельности.

Пример музыки для встречи детей и их свободной деятельности:

Классика:

И.С.Бах. "Шутка".

И.Брамс. "Вальс".

А.Вивальди "Времена года"

Д.Кабалевский "Клоуны"

Д.Кабалевский "Петя и волк"

В.А.Моцарт "Маленькая ночная серенада"

В.А.Моцарт "Турецкое рондо"

И.Штраус "Полька "Трик-трак"

Детские песни:

"Антошка" В.Шаинский

"Бу-ра-ти-но" Ю.Энтин

"Будьте добры" А.Санин

"Веселые путешественники" М.Старокадомский

"Все мы делим пополам" В.Шаинский

"Да здравствует сюрприз" Ю.Энтин

"Если добрый ты" Б.Савельев

"Лучики надежды и добра" Е.Войтенко

"Настоящий друг" Б.Савельев

"Песенка о волшебниках" Г.Гладков

Музыка для пробуждения после дневного сна:

Л.Боккерини "Менуэт"

Э.Григ "Утро»

Ф.Мендельсон "Песня без слов"

В.Моцарт "Сонаты"

М.Мусоргский "Балет невылупившихся птенцов"

М.Мусоргский "Рассвет на Москва-реке"

К.Сен-Санс "Аквариум"

Музыка для релаксации:

Л.Бетховен "Лунная соната"

К.Глюк "Мелодия"

Э.Григ "Песня Сольвейг"

К.Дебюсси "Лунный свет"

Колыбельные

Н.Римский-Корсаков "Море"

Г.Свиридов "Романс"

К.Сен-Санс "Лебедь"

4.3. *Взаимодействие и просветительская работа с родителями.*

Взаимодействие и просветительская работа с родителями производится посредством проведения консультаций, собраний на темы здоровьесбережения ребенка в семье, подготовки наглядного материала с советами и рекомендациями по занятиям с ребенком вне ДООУ на информационных стендах.

4.4. *Совместная работа педагогов ДООУ.*

Совместная работа с педагогами ДООУ включает в себя проведение консультаций, совместное планирование самостоятельной музыкальной деятельности детей, подготовки наглядного материала с советами и рекомендациями по занятиям с детьми на информационных стендах.

5. РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕДРЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ (5 ЭТАП).

Сделала подборку пальчиковых игр, психогимнастических упражнений, логоритмических упражнений, упражнений по ритмопластике, упражнений по дыхательной и артикуляционной гимнастике.

Провожу занятия, развлечения с использованием здоровьесберегающих технологий.

Подобрала материал для консультаций воспитателей.

Подобрала материал для консультаций родителей.

Делюсь опытом с другими педагогами.

Провожу анализ занятий с позиций здоровьесбережения.

Образовательная деятельность с использованием технологий здоровьесбережения эффективны при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов. Успех од невозможен без совместной деятельности музыкального руководителя и воспитателя, который активно помогает, организует самостоятельное музицирование детей в группе.

Результатами музыкально-оздоровительной работы являются:

- повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей;
- стабильность эмоционального благополучия каждого ребёнка;
- повышение уровня речевого развития;
- снижение уровня заболеваемости;
- стабильность физической и умственной работоспособности.

Это и послужило стимулом для создания опыта работы соединяющей традиционные формы с оздоровительными мероприятиями. Были разработаны конспекты образовательной деятельности с инструктором по ФИЗО, учителем – логопедом, которые вошли в разработанный мною проект «Гармония музыки и природы».

Литература:

1. Картушина М.Ю. Логоритмика для малышей: Сценарии занятий с детьми 3-4 лет. (Программа развития.) - М.: ТЦ Сфера, 2005год;
2. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду: Методические материалы в помощь психологам и педагогам. — М.: ТЦ Сфера, 2003 год;
3. Буренина А. И.Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000 год;
4. Арсеневская О.Н. Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения-Волгоград:Учитель,2011 год;
5. Картушина М.Ю. "Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет" г. Москва, ТЦ "Сфера", 2008 год.

Презентация проекта в направлении здоровьесберегающих технологий «Всеобуч для родителей «Родитель – ребёнок - детский сад»

Л.Ф. Колесников, воспитатель

МАДОУ «Детский сад № 5 «Камыр Батыр» общеразвивающего вида» г. Нурлат РТ

В соответствии с ФГОС ДО содержание Программы должно обеспечивать развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывать следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей (далее - образовательные области):

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- физическое развитие.

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)» п.п. 2.6; 2.7 ФГОС ДО)

Координационный всеобуч для родителей является эффективной формой в работе с семьей, который даёт возможность побудить интерес к жизни детей в дошкольном учреждении, активизировать участие родителей в различных мероприятиях направленных на здоровье сбережение детей в детском саду.

Основными направлениями Координационный всеобуча для родителей являются оказание психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей, гармонизация межличностных внутрисемейных отношений, основанных на взаимопонимании, поддержке и уважении друг друга. Пропаганда положительного опыта семейного воспитания, повышение компетентности родителей в вопросах развития детей дошкольного возраста.

В решении оздоровительных задач и формировании потребности детей в здоровом образе жизни необходимо совместное участие педагогов, детей и родителей.

Одним из важнейших компонентов укрепления и оздоровления детского организма, а также организации двигательного режима ребёнка, направленного на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей, является утренняя гимнастика, относящаяся к технологии обучения детей здоровому образу жизни.

Так же к технологиям сохранения и стимулирования здоровья относятся: динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, ритмическая гимнастика, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика пробуждения, физкультурное занятие, коммуникативные игры, занятия из серии «Здоровье», самомассаж, точечный массаж, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технология воздействия цветом, психогимнастика, технологии коррекции поведения, фонетическая и логопедическая ритмика.

Назначение проекта:

Проект раскрывает эффективные формы взаимодействия детского сада и семьи по формированию потребности детей в здоровом образе жизни. Он определяет основные направления, цель и задачи, а также план действий по их реализации. Проект направлен на становление ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, способствует физическому развитию детей.

Актуальность проекта:

В последние годы наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей, и поэтому оздоровление детей является одной из основных задач, которые стоят перед обществом. Актуальность проблемы определяется высокой заболеваемостью детей дошкольного возраста. Начинать формировать здоровье нужно в детстве, когда наиболее прочно закладывается опыт оздоровления, когда стимулом является природное любопытство ребенка, желание все узнать и все попробовать, возрастная двигательная активность и оптимизм.

Необходимо активизировать родительскую роль в физическом воспитании детей, ведь именно семья, ее образ жизни во многом определяют состояние здоровья детей.

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников предусматривает повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении их к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания.

Вид проекта: практико-ориентированный на оздоровление детей

По содержанию: социально - педагогический

Участники проекта: дети подготовительной группы 6-7 лет, воспитатели, родители.

По времени проведения: один учебный год

Цель проекта: Заинтересовать родителей в целенаправленном формировании потребности воспитанников в здоровом образе жизни через организацию курсов «Всеобуч для родителей «Родитель-ребенок-детский сад» и вовлечение их в физкультурно-оздоровительный процесс. Сформировать у детей физические, интеллектуальные, личностные качества, обеспечивающие готовность ребенка к школьному обучению.

Задачи проекта:

1. Укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
2. Формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирования предпосылок учебной деятельности;
3. Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.
4. Поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность

Ожидаемый результат:

1. Повышение уровня физической подготовленности детей.
2. Снижение уровня заболеваемости.
3. Сформированность осознанной потребности в ведении здорового образа жизни у детей
4. Заинтересованность родителей в продолжении сотрудничества с детским садом
5. Расширение кругозора, физических, нравственных качеств, сохранение и укрепление здоровья детей.

Ожидаемые результаты станут реальностью, если все участники проекта «Родитель-ребёнок-детский сад» будут одинаково относиться к проблеме «человек – образ жизни – образование – здоровье». Когда в данной группе произойдет осознание важности собственных усилий для сохранения здоровья, продвижение в этом направлении можно будет признать успешным.

Формы реализации проекта:

- практические

Оздоровительная работа

Организация режима двигательной активности, обеспечивающего нормальную жизнедеятельность детей

Пальчиковые игры

Физкультминутка

Упражнения на дыхание

Артикуляционная гимнастика

Гимнастика для глаз

Релаксационное упражнение

Дидактические игры

Сюжетно-ролевые игры

Спортивные праздники

- словесные

Беседы

Чтение художественной литературы.

Заучивание стихотворений.

Консультации

Рассказывание

Инструкции

- наглядные

Организация выставок, конкурсов.

Сбор фотоматериала.

Рассматривание иллюстраций.

Информационно-агитационные стенды (фотовыставки, памятки, анкеты)

Личный пример взрослых

Просмотр видеoinформации

Перспективы развития проекта.

Данный проект может быть использован другими педагогами, как в полном объеме, так и парциально на разных уровнях образовательной системы. Учитывая эффективность результата проекта, предполагается дальнейшая перспектива его продолжения и развития с привлечением младших дошкольников и их родителей.

Вследствие реализации проекта у дошкольников выработалась устойчивая мотивация к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Они ориентированы на здоровый образ жизни, имеют прочные знания о средствах укрепления здоровья, о потребностях и возможностях организма. Участие родителей в совместной деятельности наполнило ее новым содержанием, позволило использовать личный пример взрослых в физическом воспитании дошкольников, изучить положительный опыт семейного воспитания и пропагандировать его среди других родителей. Совместные мероприятия с родителями способствовали закаливанию и укреплению здоровья детей; повышали двигательную активность и выносливость организма; оказывали положительное влияние на физическое, психическое и эмоциональное благополучие ребенка. Повысилась активная родительская позиция в потребности дошкольников в движении на свежем воздухе, обеспечивающей здоровую жизнедеятельность ребенка.

Заключение.

Вот так день за днем, шаг за шагом в своей работе мы учили детей сохранять своё здоровье, заботиться о нём. Только здоровый человек по-настоящему радуется жизни. Нужно проводить интересные праздники, утренники, походы в парк, все эти мероприятия учат детей заботиться о своем здоровье, помогают практически применять полученные знания на занятиях. Конечная цель данного проекта: создание эффективной модели сбережения здоровья детей в условиях детского сада.

Литература:

1. Алямовская В. Г. Как воспитать здорового ребенка. М., 1983.
2. Антонов Ю. Е., Кузнецова М. Н. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология 21 века. М., АРКТИ, 2001.
3. Богина Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях. Методическое пособие. М. : Мозаика-Синтез, 2005.
4. Береснева З. И. Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ. М. : творческий центр СФЕРА, 2005.
5. Дошкольное воспитание №9, 1997, Кузнецова М. Н. Нетрадиционные методы в воспитании и оздоровлении. Старший дошкольный возраст.
6. Моргунова О. Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. В., 2007.
7. Управление ДОУ №5, 2003//Кротова Т. В. Оценка уровня взаимодействия ДОУ и семьи.
8. Управление ДОУ №5, 2004// Лукина Л. И. Работа с родителями в ДОУ.
9. Управление ДОУ №3, 2004 //Рылеева Е. В., Барсукова Л. С. Учимся сотрудничать с родителями.
10. Управление ДОУ №8, 2006// Гордеева В. А. Инновационные подходы к физкультурно-оздоровительной работе в ДОУ.
11. Управление ДОУ №1, 2006 // Зуйкова М. Б. Режим – путь к здоровью.
12. Управление ДОУ №7, 2006 // Лукина Л. И. Путь к здоровью ребенка лежит через семью.
13. Солодянкина О. В. Сотрудничество ДОУ с семьей, М., 2004.

Особенности работы с родителями в условиях инклюзивного образования

*Н.Н. Ермишкина, старший воспитатель
МАДОУ «Детский сад №5 «Камыр Батыр»
общеразвивающего вида» г. Нурлат РТ*

Когда ребенок болен, кто-то должен его поддержать,
Кто-то должен его погладить
И в макушку поцеловать.
Когда ребенок болен и не знает как, поступить:
Кто-то должен быть кроме Бога,
Посоветовать, но не учить!
Когда ребенок болен, и не знает, как дальше жить:
Кто-то должен быть просто рядом,
Кто-то должен его любить".

Инклюзия (включение) как « процесс, при котором что-либо включается, то есть вовлекается, охватывается, или входит в состав, как часть целого».

В российском обществе неоднократно предпринимались попытки решить проблему социализации детей с ограниченными возможностями, например, через создание специальных реабилитационных центров. Однако их основной особенностью было то, что только здоровые педагоги общались с детьми-инвалидами, в случае инклюзивного образования – здоровые дети общаются с детьми инвалидами. Особое внимание необходимо уделять процессу вхождения детей-инвалидов в воспитательно – образовательный процесс и внесадовские мероприятия, восприятию их обычными детьми, их родителями, педагогами. Выводы и результаты инклюзивного образования таковы: у воспитанников есть возможность для значимого, активного и постоянного участия в жизни детского сада; адаптация как можно менее навязчива и не содействует выработке стереотипов мероприятия направлены на включение воспитанника индивидуальная помощь не отделяет, не изолирует ребенка появляются возможности для обобщения и передачи навыков. Каждый ребенок, каким бы он ни был - это, прежде всего уникальная личность. И, несмотря на особенности развития, он имеет равные с другими детьми права.

Можно выделить восемь принципов инклюзивного образования:

1. Ценность человека не зависит от его способностей и достижений;
2. Каждый человек способен чувствовать и думать
3. Каждый человек имеет право на общение и на то, чтобы быть
4. Все люди нуждаются друг в друге;
5. Подлинное образование может осуществляться только в контексте реальных взаимоотношений;
6. Все люди нуждаются в поддержке и дружбе ровесников;
7. Для всех обучающихся достижение прогресса скорее может быть в том, что они могут делать, чем в том, что не могут;
8. Разнообразие усиливает все стороны жизни человека.

Далеко не все участники образовательного процесса сегодня готовы принять в свое сообщество ребенка с ограниченными возможностями здоровья. Эта неготовность имеет психологическую, морально-этическую, да и материально-техническую основу. При этом и сами родители детей-инвалидов предпочитают инклюзивному образованию обучение на дому, которое, безусловно, не способствует получению ребенком качественного образования, а главное, ведет к трудностям его социальной адаптации и интеграции в общество.

Достаточно важно при переходе к инклюзивному образованию, на наш взгляд, организовать работу не только с педагогами, детьми, но и с родителями. Работе с родителями детей с ОВЗ неслучайно уделяется достаточно большое внимание. Для таких детей неизмеримо возрастает роль семьи. Семье принадлежат значительные возможности в решении определённых вопросов: воспитания детей, включение их в социальные и трудовые сферы, становление детей с ОВЗ как активных членов общества.

Основные проблемы, возникающие в семьях - детей с ОВЗ.

1. Умышленное ограничение в общении: родители детей с ОВЗ ограничивают круг общения (как свой, так и ребёнка), избегают новых знакомств. Таким образом, социальная среда ребёнка с

ОВЗ ограничивается семейным кругом, семья «закапсулирована» и это отрицательно сказывается на социализации ребёнка.

2.Гиперопека: часто гиперопека является единственным способом самореализации для родителей ребёнка с ОВЗ. В следствие этого, дети ” часто окружены излишней заботой и начинают использовать свою уязвимость, становятся ревнивы, требуют повышенного внимания.

3.Всё это не способствует принятию родителями себя и своих детей такими, какие они есть. Родители испытывают чувство уязвимости, смотрят на проблему, как на свой «крест».

4.Отсутствие знаний и навыков, необходимых для воспитания ребёнка не позволяют родителям создавать оптимальные (иногда и специальные) условия для ребёнка дома.

В работе с родителями детей-инвалидов наиболее эффективна модель - сотрудничества, партнерства, что невозможно без установления доверительных и доброжелательных взаимоотношений. Изучение проблем и ресурсов семьи, понимание, какая помощь необходима родителям, - важная составляющая работы. Помимо традиционных форм работы с родителями им предлагаются еще и примерные правила для родителей, воспитывающих «особого» ребенка. На наш взгляд, чем больше родителей будут следовать им, тем более гармоничной будет жизнь семьи, в которой растет и воспитывается такой ребенок.

Одним из результатов работы с родителями должно стать новое жизненное качество родителей — адаптивность, то есть способность самостоятельно достигать относительного равновесия в отношениях с собой и окружающими как в благоприятных, так и в экстремальных жизненных ситуациях.

Наиболее приоритетными направлениями работы с родителями это

1.Беседы: коллективные и индивидуальные.

2.Консультации: Данные формы работы преследуют цель информирования родителей об этапах психологического развития ребёнка, организации предметно-развивающего пространства для ребёнка в семье.

3.Родительские собрания в форме: тренинга, «круглых столов»,

В ходе тренинга решаются многие задачи. Это и выработка активной родительской позиции, снятие чувства вины, повышение самооценки участников и т.д. Участие в тренинге помогает родителям приобрести навыки решения конфликтных ситуаций с ребёнком, взаимодействию с ним, решить некоторые личностные проблемы, осознать и оптимизировать свою родительскую позицию

4.Индивидуальные и групповые занятия с детьми с участием родителей. Участие в таких занятиях, стимулирует родителей, вдохновляет их. Здесь они учатся не только содержательному взаимодействию со своим ребёнком, но и осваивают новые методы и формы общения с ним. Кроме того, на занятиях родители учатся приводить в соответствие возможности ребёнка и свои требования к нему.

5.Проведение совместных праздников, конкурсов, развлечений.

С другой стороны, анализ современных исследований позволяет утверждать, что в сопровождении нуждаются родители обеих категорий – и здоровых детей, и детей с особыми образовательными потребностями. Родители здоровых детей часто высказывают опасения, что развитие их ребенка может задерживаться присутствием тех, кто требует значительной поддержки. Важным при работе с данной категорией родителей, что есть уже накопленный опыт, доказывающий, что успеваемость здоровых детей не становится хуже, а часто их показатели оказываются выше в интеграционных условиях. Часто опасения родителей здоровых детей напрасны. И все-таки есть исключения...Очень важно, чтобы педагог был компетентен в этом вопросе.

Ребенок пришел в детский сад и постоянно плакал и кричал. На первый взгляд было похоже на тяжелую форму адаптации. Поговорив с родителями, пришли к единому мнению, что нужно

посетить специалиста. Специалист обнаружил нервно-психическое расстройство. Пройдя курс лечения, ребенок вновь посещает детский сад, чувствует себя хорошо.

Совместные занятия позволяют реализовать основной принцип инклюзии «Другой - не значит плохой!» и защитить права детей с ограниченными возможностями на равный доступ к образованию и общению со сверстниками. Работа, построенная подобным образом, помогает родителям лучше понимать проблемы детей, а родителям детей-инвалидов избавиться от чрезмерной опеки над ними, поскольку дети становятся более самостоятельными и уверенными в себе.

Подводя итог, хотелось бы сказать, что в наше время все чаще наблюдаются проблема со здоровьем детей, "особых" детей становится, к сожалению, больше.

Но наше общество, к радости, гуманно и проявляет заботу о детях - инвалидах, потому, что эти дети, "особенные" дети тоже имеют право на получение образования.

Литература:

1. Алехина С. В. Готовность педагогов как основной фактор успешности инклюзивного процесса в образовании / С. В. Алехина, М. Н. Алексеева, Е. Л. Агафонова // Психологическая наука и образование. - 2011. - N 1. - С. 83-92. - Библиогр.: с. 91 (8 назв.). - ISSN 1814-2052.
2. Голиков, Николай Алексеевич. (канд. пед. наук ; доц.). Инклюзивное образование: новые подходы к качеству жизни детей с особыми образовательными
3. Н. А. Голиков. - (Коррекционная педагогика, специальная психология).
4. Ильина О. М. Инклюзивное образование: проблемы и перспективы развития / О. М. Ильина. - (Образование и спорт) // Вестник Саратовской государственной академии права. - 2009. - N 1 (65). - С. 194-198.

Здоровьесбережение в ДОУ в условиях ФГОС ДО

*Л.М. Данилова, воспитатель
З.З. Мухаметзянова, воспитатель
МАДОУ «Детский сад №5 «Камыр Батыр»
общеразвивающего вида» г. Нурлат РТ*

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим.

Современная система образования претерпела целый ряд изменений, выражающихся в пересмотре требований к содержанию образовательного процесса, применении новых педагогических инноваций, в том числе и здоровьесберегающих. Это требует от педагогов - дошкольников широты эрудиции, мобильности и активности, способности к анализу и самоанализу, готовности к нововведениям.

Одним из важнейших направлений в работе коллектива МАДОУ «Детский сад №5 «Камыр Батыр» общеразвивающего вида г.Нурлат РТ, является забота о здоровье воспитанников. Инновационность нашего подхода к организации работы по здоровьесбережению в том, что по нашему мнению- в современных условиях дошкольного образования здоровьесбережение-ключевой элемент нового мышления, который требует переоценки всех компонентов образовательного процесса. Радикально изменились суть и характер образовательного процесса, т.к. здоровье ребенка – является основной ценностью и показателем работы педагогического коллектива.

Формирование жизнеспособного подрастающего поколения - одна из главных задач нашего детского сада.

Первые шаги к здоровью, стремление к здоровому образу жизни, к познанию самого себя, формированию культуры здоровья делаются в дошкольном учреждении.

В нашем саду комплексный подход к организации здоровьесберегающего пространства: укрепление, сохранение здоровья наших воспитанников. Коллектив сотрудников целенаправленно работает над созданием благоприятного здоровьесберегающего пространства, ищет новые современные методы и приемы, адекватные возрасту дошкольников, использует в работе передовой опыт.

Постоянно осваивается комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья наших воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии».

Один из важнейших этапов в жизни каждого ребёнка - это поступление в детское дошкольное учреждение. В детском саду созданы оптимальные условия для комфортного пребывания детей, а также их всестороннего развития.

Разнообразные лечебно - оздоровительные мероприятия, осуществляемые в рамках программы по здоровьесбережению, наряду с активно проводимой разносторонней санитарно - просветительной работой, позволяют максимально использовать все доступные средства для достижения главной цели - формирование, сохранение и укрепление здоровья всех детей дошкольного учреждения. В детском саду проводится обширный комплекс оздоровительных мероприятий:

Соблюдение температурного режима, проветривание, согласно СанПиН.

Облегченная одежда в детском саду (внутри учреждения).

Утренняя гимнастика.

Гимнастика после сна.

Закаливающие процедуры (согласно возрасту детей).

Ребристые дорожки – для профилактики плоскостопия.

Правильная организация прогулок и их длительность.

Соблюдение сезонной одежды воспитанников (индивидуальная работа с родителями).

Мытье прохладной водой рук по локоть – средний-старший возраст.

Комплекс контрастных закаливающих процедур - старший возраст.

Самомассаж

Витаминотерапия

Три раза в неделю дети посещают физкультурные занятия, которые проводят воспитатели, в том числе один раз (в соответствии с погодными условиями) занятия физкультурой проводятся на улице. Кроме того, проводятся спортивные игры и соревнования, в том числе на свежем воздухе.

Находим применение народных средств (ношение кулонов с чесноком) в целях профилактики вирусных инфекций.

В период повышенной заболеваемости ОРВИ и ОРЗ – проводится вакцинация воспитанников детского сада и сотрудников.

В группах проводим с детьми корригирующую и дыхательную гимнастику после дневного сна. Осуществляется воздушное, солнечное закаливание (летом).

Систематически проводится гимнастика для глаз с целью профилактики близорукости. Важная роль в рамках здоровьесберегающих программ отводится противоэпидемической работе и медицинскому контролю работы пищеблока в соответствии с действующими санитарно-гигиеническими правилами.

Осуществляется витаминпрофилактика (витаминизация третьих блюд).

Также с детьми проводим звуковую, артикуляционную гимнастику; логоритмику (с участием логопеда, музыкального руководителя).

Вышеперечисленные оздоровительные мероприятия направлены на сохранение имеющегося потенциала здоровья и на своевременную коррекцию возникающих отклонений. Для этой цели дети, посещающие детский сад, ежегодно осматриваются врачом педиатром, старшие группы узкими специалистами.

Большинство детей дошкольного возраста относятся по состоянию здоровья к так называемой «группе риска» - II группе здоровья (дети, имеющие те или иные отклонения в состоянии здоровья функционального характера). Именно поэтому становится понятной значимость всех оздоровительных мероприятий, проводимых в этот период.

Цель детского сада вовремя откорректировать возникающие отклонения в состоянии здоровья и не допустить перехода II группы здоровья в III. В случае же наличия у ребенка хронической патологии важно не допустить обострения основного заболевания в важный для ребенка период - поступление в первый класс.

Здесь большое значение имеет наличие непрерывной преемственности в работе между дошкольно-школьным отделением, родителями и участковой педиатрической службой.

Большое внимание уделяется санитарно-просветительной работе. Оформляются папки передвижки, ширмы для родителей на различные темы: «Адаптация детей к дошкольному учреждению», «Закаливание ребенка в домашних условиях», «Рациональное питание и режим дня», «Грязные руки - источник кишечных инфекций», «Профилактика простудных заболеваний», «Профилактические прививки и их значение» и др.

Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребенка привычку к здоровому образу жизни.

В целях всестороннего развития, раскрытия каждого ребенка как личности, подготовке детей к школе, с ними занимается логопед. Кроме того, в детском саду работают разнообразные кружки.

Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

Литература:

1. Анисимова М. В. Музыка здоровья: Программа музыкального здоровьесберегающего развития дошкольников.- М.: ТЦ «Сфера», 2014;
2. Сертакова Н. М. «Инновационные формы взаимодействия дошкольного образовательного учреждения с семьей».

Организация предметно-развивающей среды по формированию ЗОЖ в младшем возрасте

*Васькова З.А., Ендирякова Н.П., воспитатели
МАДОУ «Детский сад №5 «Камыр-Батыр»
общеразвивающего вида» г. Нурлат РТ*

Основные задачи раннего формирования культуры здоровья:

Укрепление и сохранение здоровья детей.

Прививания навыков здорового образа жизни.

Способствование формированию физической культуры ребенка.

Воспитание интереса к занятиям, совместным играм и физическим упражнениям.

Для полного физического развития детей, реализации потребности в движении в группе сформировано предметно-развивающая, физкультурно-оздоровительная среда:

Вам представить мы хотим

Уголок спортивный

Хочешь ты здоровым быть

Двигайся активно.

Виды спорта здесь не счесть,

Что угодно для души

В нашем уголке все есть

И все виды хороши!

Тихий тренажер – «Здоровячок»

Идею тихого тренажера мы нашли в интернете и воплотили у себя в группе. Дети с удовольствием играют, как самостоятельно, так и совместно с воспитателем.

Цель: Развитие координации, пространственного воображения и восприятия, понимание пространственных отношений (вправо, влево), тренировки мышц плечевого пояса и рук, гимнастика глаз.

Ленточки – используем во время общеразвивающих упражнений для развития мышц плечевого пояса, рук и спины.

Мячи – используем во время игр:

Например «Передай мяч», «Попади в ворота», «Кто дальше», «Подбрось выше», «Попади в круг», «Попади в цель» и т.д.

Гантели можно использовать на занятиях для перешагивания и бега змейкой. Они развивают устойчивость и координацию движений.

Массажные дорожки – применяем для профилактики плоскостопия у детей.

Кольцеборс – развивает ловкость, меткость.

Разные виды массажеров – используем в процессе выполнения общеразвивающих упражнений и при массаже частей тела (рук, ног) и т.д.

Хотим продемонстрировать схему физкультурно-оздоровительной работы с детьми 2 младшей группы.

Она включает в себя:

Утренняя гимнастика.

Физкультурные занятия.

Прогулка и подвижные игры.

Закаливание.

Занятия ОБЖ и валеология

Праздники, развлечения, досуги (активный отдых детей)

Динамические паузы, физминутки

Кружок «Неболейка»

Бодрящая гимнастика

Физкультурные занятия – включаем упражнения на развитие равновесия, катания, бросания, ловля, метание, ползания и другие виды деятельности. На прогулке умения и навыки закрепляем при индивидуальной работе по развитию движений.

Закаливание – это одно из эффективных средств укрепления здоровья и профилактики заболеваний. Это ежедневные прогулки с применением воздушных, солнечных ванн и водных процедур.

Закаливание воздухом – (хождение босиком по траве, песку)

Закаливание водой – мытье рук с самомассажем с использованием потешек, умывание и обливание ног.

Закаливание солнцем – это светодушные ванны, солнечные ванны, отдых в тени, сокотерапия.

В зимнее время – игры со снегом.

Активный отдых детей (Праздники и развлечения)

Чтобы избежать однообразия, превращаем зал то в арену цирка, то в студию телевидения, то в сказочную страну или необитаемый остров. Каждое такое мероприятие – это большое событие в жизни ребенка.

Утренняя гимнастика – является одним из важнейших компонентов двигательного режима, ее организация направлена на поднятия эмоционального и мышечного тонуса детей. В содержание утренней гимнастики включаем различные виды ходьбы и бега, прыжков, упражнение на равновесия и координации и т.д.

Динамические паузы, физминутки – используем во время занятий. Применяем с целью поддержания умственной работоспособности. Это общеразвивающие упражнения:

Наклоны туловища, движения рук в стороны, вверх, поскоки, танцевальные упражнения и т.д.

Бодрящая гимнастика – имеет оздоравливающую направленность: поднимает настроение и мышечный тонус ребенка, гимнастику в постели включаем такие элементы, как подтягивание,

поочередное поднятие и опускание ног и рук, выполнение элементы самомассажа, а затем проводим закаливающие процедуры – разные виды ходьбы по корригирующим дорожкам.

Пальчиковые игры для детей очень полезны – они улучшают координацию и стимулируют развитие речи, к тому же эти игры очень нравятся детям.

ОБЖ и валеология. На первом этапе работы по валеологическому воспитанию наша задача – помочь детям осознать себя как человека. Темы первых занятий: «Кто Я?», «Какие мы?», «Как меня зовут?», «Моя семья», «Я расту», «Люди взрослые и маленькие», «Мои ушки», «Вижу – не вижу», «Крепкие зубки» и т.д. Знания, полученные по валеологии в детстве, поможет сохранить здоровье на всю жизнь.

Кружок «Неболейка» - это система занятий направлена на формирование различных групп мышц ребенка, улучшает рост и развитие всех органов и систем растущего организма, способствует совершенствованию дыхательного аппарата. Благодаря правильно подобранным упражнениям укрепляется мышечный тонус, осуществляется профилактика плоскостопия и нарушений осанки, развивается координация движений, выносливость.

Прогулка, подвижные игры – служат методом совершенствования уже усвоенных детьми двигательных навыков и воспитание физических качеств. Любимые игры детей: с ползанием, лазанием, бегом, и с прыжками, бросанием и ловлей.

В группе ведется активная работа с семьей воспитанников: оформляем стенды, папки-передвижки, где представлены рекомендации по оздоравливающим, закаливающим мероприятиям, режимом дня, возрастными особенностями детей, проводим консультации, семинары по вопросам формирования здорового образа жизни, профилактики заболеваний.

Методическая литература помогает нам в разработке системы организации, планирования и развития физической деятельности детей создания развивающей среды и спортивного оборудования в детском саду.

Литература:

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход, 2000.
2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2007.
3. Сухарев А.Г. «Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России», 2012.
4. Сивцова А.М. «Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях» Методист. – 2007.
5. Смирнов Н.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе педагога» 2010.

Комплексное использование здоровьесберегающих технологий в детском саду в соответствии с ФГОС ДО

*Васькова З.А., воспитатель
МАДОУ «Детский сад» №5 «Камыр Батыр»
общеразвивающего вида» г. Нурлат РТ*

Охрана здоровья детей и его укрепление является одной из основных задач каждого дошкольного учреждения. При этом заботятся не только о физическом, но и о психическом и социальном благополучии малышей.

Здоровьесберегающие технологии в детском саду – это комплекс медицинских, психологических и педагогических мер, направленных не только на защиту детей, но и на формирование у них ценностного и осознанного отношения к состоянию своего здоровья. Повышенное внимание к ним обусловлено тем, что заболеваемость малышей из года в год увеличивается. Это происходит, несмотря на все достижения современной медицины. При этом многие воспитанники детских садов страдают от хронических заболеваний, от нарушений работы опорно-двигательного аппарата, у них есть проблемы с осанкой.

Здоровьесберегающие технологии в воспитательном процессе разделены на те, которые направлены на: стимулирование и сохранение здоровья; обучение здоровому и правильному образу жизни; коррекцию состояния малышей. Эффективность всех технологий в первую очередь зависит от того, как именно в ДОО организован процесс обучения, не наносит ли он вред малышам. Цели их использования предельно ясны. Они необходимы для того, чтобы воспитанники садов стали более жизнеспособными, у них сформировалось правильное отношение к своему здоровью, они могли самостоятельно его сохранять, оберегать и поддерживать. Даже дошкольники должны получать знания о правилах оказания элементарной медицинской помощи и, в случае необходимости, самопомощи. Необходимо в процесс вовлекать и родителей воспитанников детских садов. Описание технологий важно, чтобы в каждом дошкольном образовательном учреждении здоровьесберегающие воспитательные технологии применялись на регулярной основе. Например, по мере утомляемости детей необходимо использовать динамические паузы. К технологиям, направленным на сохранение здоровья и его стимулирование, относят различные подвижные игры, в том числе и спортивные, гимнастику, разминку для пальцев, глаз, дыхания, использование дорожек здоровья. Для привития малышам любви к правильному образу жизни важна ежедневная утренняя зарядка, организованные физкультурные праздники, образовательная деятельность, направленная на развитие физической культуры. К коррекционным технологиям относят музыкотерапия, сказкотерапия, изотерапия, арттерапия и т.д.

Гимнастика для пальчиков: для развития мелкой моторики и развлечения детей важно проводить с ними регулярную разминку рук. Учеными было доказано, что именно стимуляция пальцев рук крох способствует развитию речи. Кроме того, она необходима для того, чтобы малыш лучше справлялся с рисованием и письмом и меньше уставал при проведении занятий. Дети 4-5 лет вполне самостоятельно могут делать многие упражнения. Из пальчиков можно предложить сложить очки, сделать зайчика, собачку или маску. Это достаточно простые здоровьесберегающие педагогические технологии, но их пользу сложно переоценить. Регулярное их использование в саду и дома поможет ребенку развить мелкую моторику и, соответственно, стимулировать речь.

Гимнастика для глаз: такие упражнения необходимы для того, чтобы сохранить зрение малышам. Ведь 90% информации поступает как раз через глаза. Они работают на протяжении всего времени бодрствования ребенка, испытывая подчас колоссальную нагрузку. Упражнения для глаз, которые можно делать с малышами, достаточно просты. Необходимо с ними поморгать, попросить зажмуриться, широко открыть глаза и посмотреть вдаль. Также детям интересно следить за пальчиком, который то приближается к носу, то отдаляется от него. Такие здоровьесберегающие технологии в детском саду должны использоваться постоянно.

Дыхательная гимнастика: очень важно уделять внимание и правильному дыханию. Во время вдоха грудная клетка должна расширяться, при этом входящий в легкие воздух попадает в альвеолы, где кровь насыщается кислородом. Важно, чтобы малыши дышали не поверхностно, а полной грудью. Стимулирующие упражнения необходимы не только детям, страдающим от частых простудных заболеваний, бронхитов, пневмоний, астмы, но и относительно здоровым малышам. Гимнастика для дыхания особо эффективна при заболеваниях, она способна отлично дополнить медикаментозное, физиотерапевтическое и даже гомеопатическое лечение. Для этих целей хорошо подходит упражнение «паровозик». При ходьбе необходимо делать движения руками, изображающие езду поезда и говорить «чух-чух». Также хорошо делать наклоны – вначале вдох, потом туловище сгибается в сторону и выдох. Популярно в ДОО и упражнение «часики»: детки становятся прямо и начинают махать руками вперед и назад, произнося при этом «тик-так».

Двигательная активность: в комплекс мероприятий, которые в официальных документах называются «здоровьесберегающие технологии в детском саду», в обязательном порядке должны быть включены активные игры. Это может быть бег парами, преодоление несложных препятствий. Популярны игры, в которых дети, разбитые на 2 команды, должны собирать определенные предметы на скорость. Также приветствуются любые другие виды активных игр. Дети старше 4 лет вполне могут усвоить несложные правила и соблюдать их. С этого возраста могут проводиться конкурсы и эстафеты. Конечно, в большинстве детских садов в программе

присутствуют лишь элементы подвижных игр, но они являются обязательными. Занятия со средней степенью подвижности должны проводиться ежедневно на прогулках или в группах.

Релаксация: но важна не только гимнастика, игры и прочие активные способы времяпровождения. Особая роль отводится отдыху и расслаблению. Для этих целей малышам могут включать звуки природы или спокойную классическую музыку. Ответственными за эту часть здоровьесберегающих технологий являются воспитатели, психологи и инструктора по физической культуре. Релаксационные паузы помогают снять умственное, нервное и эмоциональное напряжение. Своевременное расслабление способно помочь восполнить силы, дать отдых мышцам и не позволить эмоциям выплеснуть через край. Это очень важные здоровьесберегающие технологии по ФГОС (Федеральному государственному образовательному стандарту). Расслабление необходимо и при чрезмерной активности малышей, и при их явной вялости, которую можно даже назвать апатией. Ряд упражнений на релаксацию способен снять напряжение, улучшить самочувствие, повысить внимание и помочь лучше концентрироваться. На выполнение всего комплекса должно отводиться порядка 5-7 минут. Обычно дети охотно повторяют движения за взрослыми. Это может быть упражнение «замочек»: губки поджимаются так, чтобы их практически не было видно и прячутся около 5 секунд. Также можно растянуть губы так, чтобы обнажить все зубы, и сильно порычать. После этого следует глубоко вдохнуть, улыбнуться, потянуться, позевать. Для расслабления мышц шеи подходит упражнение «любопытная Варвара». Для этого малыши поворачивают как можно дальше голову то влево, то вправо и возвращаются в исходное положение. Размять ручки можно, выжимая воображаемый лимон. Для этого мышцы напрягаются сильно-сильно, а ладонка сжимается в кулачок. Потом лимон резко бросается, а пальчики и рука расслабляются. Для полной релаксации можно делать упражнение «птички». Детки «летают» по поляне, цветкам, пьют водичку, чистят перышки, плескаются в ручье. Воспитатель показывает, какими движениями это все должно сопровождаться. Популярным среди деток является упражнение «снежная баба». Сначала малыши стоят прямо, как снеговики, их руки смотрят в разные стороны. Но постепенно они начинают таять, опускаются ручки, расслабляется шея, и они потихоньку превращаются в лужицу на полу. Динамические паузы: особое внимание должно уделяться отдыху детей во время образовательного процесса. По мере утомляемости малышей необходимо делать специальные паузы. Они должны длиться около 2-5 минут. Но даже такого небольшого отдыха вполне достаточно, чтобы здоровьесберегающие технологии в младшей группе начали работать. В старших группах дети уже более выносливы, они могут выдержать около 15 минут непрерывных занятий, но и им необходим отдых. Динамические паузы проводятся по мере необходимости. Воспитатель, который следит за детьми, может самостоятельно решать, когда его подопечным необходим перерыв. При динамических паузах можно выполнять элементы дыхательной гимнастики, делать упражнения для пальчиков и глаз. Они проводятся по инициативе и под контролем воспитателей. Выполняют их обычно под стихотворный материал с определенной сюжетной линией. Это помогает детям уловить связь между действием и выполняемым ими движением. При подборе стихов обязательно учитывается возраст малышей, их двигательные и речевые возможности. Паузы очень важны для развития детей. Совместные упражнения со взрослыми помогают избавиться от зажатости, неуверенности, снять напряжение после ознакомления с новым материалом, развить внимание и память.

Бодрящая гимнастика: еще одним элементом, относящимся к комплексу мер, направленных на сохранение и стимулирование здоровья, являются упражнения, которые выполняются после дневного сна. Они могут различаться в зависимости от условий ДОУ. Часто делают упражнения на кроватках, самомассаж, проводят обширные умывания, прогулки по ребристым дощечкам, пробежки из спальни в игровую комнату, в которых поддерживается небольшая разница температур. В комплекс бодрящей гимнастики могут быть включены упражнения для профилактики нарушений осанки, предупреждения плоскостопия, элементы пальчиковых и дыхательных упражнений и другие виды. Здоровьесберегающие технологии, направленные на поддержание здоровья и активности малышей, также включают в себя ходьбу по кругу на носках, пятках, медленный бег. После таких упражнений эффективным считается закаливание. Это может быть топанье в тазике с водой, хождение босиком, обливание ног или обтирание

тела влажной салфеткой или полотенцем. Такие бодрящие процедуры позволяют быстро включиться организму малыша в рабочий ритм и укрепить состояние его здоровья. Занятия физкультурой: для поддержания хорошего самочувствия малышей в каждом детском саду должен быть свой проект «Здоровьесберегающие технологии». Помимо мер, направленных на стимулирование работы иммунитета, в него входят и элементы обучения малышей тому, как должен поддерживаться здоровый образ жизни. Особое внимание отводится занятиям физической культурой. В каждом ДОУ они должны быть хотя бы 2-3 раза в неделю и проводиться не в группе, а в специальном спортивном или музыкальном зале. Физкультурно-оздоровительные технологии состоят из установленной программы, по которой должны заниматься дети со специальным инструктором под контролем воспитателей. Исключения делаются лишь для самых маленьких – у ясельных групп может не быть физкультуры, или она может проводиться прямо в группе. Здоровьесберегающие технологии физической культуры являются более востребованными у старших ребят. Для самых маленьких вполне достаточно 10 минут физкультуры. Для детей младшего возраста занятие должно длиться до 20 минут, среднего – до 25, старшего – на протяжении 25-30 минут. Перед физкультурой помещение проветривается, лишь после этого в него можно заводить детей. Главной задачей этих занятий является формирование необходимых двигательных навыков и умений у малышей, развитие физических качеств. Также важно создать условия для реализации детьми своей потребности в двигательной активности. Все это является основой для их физического и психического благополучия.

Коммуникативные и проблемно-игровые занятия: помимо занятий физкультурой, важно уделять внимание тому, как должно осуществляться обеспечение безопасности жизнедеятельности. Но это направление актуально лишь для детей старшего садовского возраста. С ребятами проводятся специальные тематические занятия. Коммуникативные игры позволяют вовлечь ребенка в процесс социальной адаптации, помогают развить мимику, жестикуляцию, пантомимику. Дети учатся управлять своим телом, создают позитивное отношение к нему. Кроме того, такие игры способствуют тому, что малыши начинают лучше понимать друг друга, вникать в суть полученной информации. Они пытаются с помощью речи и выразительных движений показывать свое эмоциональное состояние. Это развивает их образное мышление, стимулирует невербальное воображение.

Самомассаж: активное времяпровождение, развитие коммуникационных навыков и умение расслабляться – это еще не все здоровьесберегающие технологии в детском саду. Во многих ДОУ важная роль отводится развитию навыков самомассажа. Он помогает не только расслабить мышцы, снять напряжение, но и улучшить координацию. Специально разработанные упражнения способны помочь научиться переключать движения – тормозить лишние и активизировать необходимые. Деток учат массировать ладони, предплечья, кисти рук. Для этого используются такие движения, как поглаживания, вдавливание, растирание, похлопывание, пощипывание, разгибание/сгибание пальчиков. Для такого массажа могут использовать и подручные предметы: карандаши, мячи, шарики. При этом важно, чтобы движения выполнялись в сторону лимфоузлов: от пальцев – к запястьям, от кистей – к локтям. Очень полезным является самомассаж лица. Он повышает интеллектуальную деятельность детей на 75%.

Коррекционная работа: важно в работу каждого ДОУ включать не только физкультурно-оздоровительные технологии, но и методы, направленные на повышение эмоционального настроения. Для этих целей может использоваться музыка. Такую коррекционную терапию можно совмещать с занятиями физкультурой, а можно проводить отдельно до 4 раз в месяц в каждой группе. Музыкальное воздействие позволяет снять напряжение, улучшить настроение детей, дать им заряд бодрости. Положительно влияет и сказкотерапия.

Правда, ее желательно проводить в старших группах, несколько раз в месяц по 30 минут. Сказки используются в терапевтических, психологических и развивающих целях. Их может рассказывать взрослый либо группа детей по очереди. Положительное влияние таких методов очевидно, поэтому многие рекомендуют активно использовать коррекционные здоровьесберегающие технологии в ДОУ. Занятия также могут включать в себя изотерапию. Рисование пальчиками или ладошками способно отвлечь ребенка, вызвать у него радость, снять напряжение, преодолеть страх и неуверенность.

Арттехнологии, используемые в детских садах,

благоприятно влияют на малышей. Они основаны на восприятии различных цветов и их влиянии на состояние психики детей. Если в ДОУ будут использоваться все описанные методы здоровьесбережения малышей, то можно быть уверенным, что дети станут здоровее, увереннее в себе, спокойнее.

Список литературы:

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход, 2000.
- Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2007.
2. Сухарев А.Г. «Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России», 2012.
3. Сивцова А.М. «Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях» Методист. – 2007.
4. Смирнов Н.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе педагога» 2010.

Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе»

Л.А. Миронова, воспитатель

МБДОУ «Черемуховский детский сад «Березка» Новошешминского муниципального района РТ»

Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в детском саду.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторимый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Очень важно именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Дошкольное образовательное учреждение должно постоянно осваивать комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии».

Главное назначение таких новых технологий – объединить педагогов, медиков, родителей и самое главное – самих детей на сохранение, укрепление и развитие здоровья. Так что же такое «здоровьесберегающая технология»? Здоровьесберегающая технология – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и доктора. Цель здоровьесберегающих образовательных технологий – обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Здоровьесберегающие педагогические технологии применяются в различных видах деятельности и представлены как: технологии сохранения и стимулирования здоровья; технологии обучения ЗОЖ; коррекционные технологии.

В нашем детском саду «Березка» созданы педагогические условия здоровьесберегающего процесса воспитания и развития детей, основными из которых являются: организация разных видов деятельности детей в игровой форме; построение образовательного процесса на занятиях; организация культурного творчества дошкольников; оснащение деятельности детей оборудованием, игрушками, играми, игровыми упражнениями и пособиями. Вся эта работа осуществляется комплексно, в течение всего дня и с участием воспитателя. Являясь участником этого общего процесса, я уделяю особое внимание обучению дошкольников основным движениям и навыкам здорового образа жизни, применяя на практике внедрение

различных методов и приемов для создания среды здоровьесберегающего процесса в своей старшей возрастной группе.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Ритмопластика проводится на музыкальных занятиях. Во время занятий у детей развивается музыкальный слух, чувство ритма, гибкость и пластичность, формируется правильная осанка. Обращается внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и её соразмерность возрастным показателям ребёнка.

Динамические паузы проводятся во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

Подвижные и спортивные игры проводятся ежедневно как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате- малой, со средней степенью подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения.

Релаксация. Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Наша задача состоит не в том, чтобы подавлять или искоренять эмоции, а в том, чтобы научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать своё тело. С этой целью в своей работе я использую специально подобранные упражнения на расслабление определенных частей тела и всего организма. Проводятся в любом подходящем помещении (в групповой комнате, спальне). В зависимости от состояния детей и целей определяется интенсивность технологии. Используется для работы спокойная классическая музыка, звуки природы. Выполнение таких упражнений очень нравится детям, т. к. в них есть элемент игры. Они быстро обучаются этому непростому умению расслабляться.

Пальчиковая гимнастика проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Проводится в любой удобный отрезок времени.

Гимнастика для глаз проводится ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога.

Дыхательная гимнастика проводится в различных формах физкультурно - оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

Бодрящая гимнастика проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В её комплекс входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, обширное умывание. Для профилактических целей в группе мы используем коврик- дорожку с пуговицами. Дети с удовольствием ходят по нему после дневного сна. Дорожка прекрасно массирует ступни малыша, укрепляет мышцы и связочный аппарат стопы, защищая организм в целом.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в нашей группе -это в первую очередь технология воспитания валеологической культуры или культуры здоровья малышей. Цель этих технологий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. Иными словами, нам важно достичь такого результата, чтобы наши дети, переступая порог «взрослой жизни», не только имели высокий потенциал здоровья, позволяющий вести здоровый образ жизни, но и имели багаж знаний, позволяющий им делать это правильно.

Технологии обучения здоровому образу жизни:

Утренняя гимнастика проводится ежедневно 8-10 мин. Посредством утренней гимнастики решаются совершенно особенные задачи, а именно «разбудить» организм ребенка и настроить

его на действенный лад в течение всего дня, способствовать формированию правильной осанки, хорошей походки, предупреждать возникновению плоскостопия.

Физкультурные занятия проводятся 3 раза в неделю по 20-25 мин. в соответствии с программой «От рождения до школы» под редакцией Н.Е Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А.Васильевой, по которой работает ДОУ (традиционные, сюжетно- игровые, интегрированные оздоровительные). Они направлены на обучение двигательным умениям и навыкам. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм и способствуют повышению иммунитета. А присутствие музыки на занятиях способствует улучшению психологического и физиологического состояния организма ребёнка.

Самомассаж. самомассаж - это массаж, выполняемый самим ребёнком. Он улучшает кровообращение, помогает нормализовать работу внутренних органов, улучшить осанку. Он способствует не только физическому укреплению человека, но и оздоровлению его психики. Для детей самомассаж - это профилактика сколиозов, простудных заболеваний, вегетативных дистоний. Он благоприятствует психоэмоциональной устойчивости к физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм. самомассаж проводится в игровой форме ежедневно в виде пятиминутного занятия или в виде динамической паузы на занятиях. Весёлые стихи, яркие образы, обыгрывающие массажные движения, их простота, доступность, возможность использования в различной обстановке и в любое время способствуют изменению позиции ребенка из объекта в субъект педагогического воздействия, а это гарантия успеха реабилитационной, коррекционной и развивающей работы.

Активный отдых (физкультурный досуг, физкультурный праздник, музыкальный досуг, «День здоровья», «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья!»). При проведении досугов, праздников все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания, при этом дети ведут себя более раскованно, чем на физкультурном занятии, и это позволяет им двигаться без особого напряжения. При этом используются те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели, поэтому у детей проявляется своеобразный артистизм, эстетичность в движениях. Физкультурные праздники и досуги обязательно сопровождаются музыкой: это благотворно влияет на развитие у детей чувства прекрасного, закрепляет умения двигаться под музыку, понимать характер музыкального произведения, развивает музыкальный слух, память.

В группе имеется спортивное оборудование, которое позволяет обеспечить максимальную двигательную активность детей .

Коррекционные технологии:

Технология музыкального воздействия. Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от умиротворенности), покоя и гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии). В связи с этим важно обратить внимание на то, какую музыку слушаем мы и наши дети. При использовании музыки помню об особенностях воздействия характера мелодии, ритма и громкости на психическое состояние детей. Использую в качестве вспомогательного средства как часть других технологий, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения. Широко использую музыку для сопровождения учебной деятельности дошкольников на занятиях по художественному-эстетическому развитию (рисование, лепка ,апликация, конструирование),ФЦКМ(ознакомлению с окружающим миром и т.д.) Спокойная музыка, вызывающая ощущения радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания.

Сказкотерапия используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. В своей работе чаще использую авторские сказки, т.к. в них есть много поучительного. Сказки не только читаю, но и обсуждаем с детьми. Дети очень любят «олицетворять» их, обыгрывать. Для этого используем кукольный театр, ролевые игры, в которых дети перевоплощаются в разных сказочных героев. Дети также сами сочиняют

сказки, ведь придуманная сказка ребёнком, открывающая суть проблемы- основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми.

Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребёнка привычку к здоровому образу жизни.

Семья и детский сад в хронологическом ряду связаны формой преемственности, что облегчает непрерывность воспитания и обучения детей. Важнейшим условием преемственности является установление доверительного делового контакта между семьёй и детским садом, в ходе которого корректируется воспитательная позиция родителей и педагогов. С уверенностью можно сказать, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в содружестве с семьёй. В процессе организации единого здоровьесберегающего пространства ДООУ и семьи, я использую разнообразные формы работы: открытые занятия с детьми для родителей; педагогические беседы с родителями - общие и групповые родительские собрания; консультации; занятия с участием родителей; выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями; Дни открытых дверей; участие родителей в подготовке и проведении праздников, физкультурных досугов; совместное создание предметно – развивающей среды; работа с родительским комитетом группы, анкетирование.

Наглядные стенды знакомят родителей с жизнью группы, с Конвенцией о правах ребенка, с возрастными физиологическими особенностями детей. Широко используется информация в родительских уголках, в папках-передвижках («Развитие ребёнка и его здоровье», «Игры с движениями» «Зимние игры с ребёнком» и т.д.).

Таким образом, проводимая мною физкультурно-оздоровительная работа позволяет привлечь родителей к совместным усилиям по оздоровлению детского организма в течение всего пребывания в дошкольном учреждении.

Применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно- образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, а у ребёнка- стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Литература:

1. Подольская Е.И. Формы оздоровления детей 4 -7 лет.- Волгоград: Учитель,2008.
2. Крылова Н.И. Здоровьесберегающее пространство в ДООУ. – Волгоград: Учитель, 2008 .
3. Кареева Т.Г. Формирование здорового образа жизни у дошкольников.- Волгоград: Учитель, 2009 .
4. Горбатенко О.Ф., Кадрильская Т.А., Попова Г.П. Физкультурно-оздоровительная работа. - Волгоград: Учитель, 2007 .
5. Арсеньевская О.Н. Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду. – Волгоград: Учитель, 2009 .
6. Тарасова Т.А., Власова Л.С. Я и мое здоровье. - М.: Школьная Пресса, 2008 .
7. Белая К.Ю. Инновационная деятельность в ДООУ: Метод. пособие.- М.: Т.Ц. Сфера, 2005 .
8. Новикова И.М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2010
9. Павлова М.А., Лысогорская М.В. Здоровьесберегающая система ДООУ. - Волгоград: Учитель, 2009 .

ВИДЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ в дошкольной организации в условиях введения ФГОС ДО

*В. Х. Залакова, воспитатель
МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида «Ландыш»
Новошешминского муниципального района
Республики Татарстан*

Инновационные процессы на современном этапе развития общества затрагивают в первую очередь систему дошкольного образования, как начальную ступень формирования личности. В связи с этим педагогу дошкольного образования необходимо уметь ориентироваться в многообразии современных технологий, которые определяют новые методы, формы и средства, ориентированные на личность ребёнка, на развитие его способностей.

Одна из задач ФГОС ДО - охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. (приказ Министерства образования и науки РФ от «17» октября 2013г. № 1155).

В системе дошкольного образования широко применяются технологии развивающего и проблемного обучения, игровые, компьютерные, альтернативные технологии. Наряду с перечисленными, все чаще звучит термин «здоровьесберегающие технологии».

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий – обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Виды здоровьесберегающих технологий, применяемые мной в дошкольном учреждении: дыхательная гимнастика, подвижные и спортивные игры, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, самомассаж, су-джок терапия, физкультминутки, релаксации, утренняя гимнастика, гимнастика после сна, арттерапия.

По подробнее остановлюсь на одной из технологий – это Арт-терапия.

Арт-терапия в детском саду – это путь к психологическому здоровью ребенка.

Используя арт-терапию в своей работе с детьми, мы стремимся достичь следующих целей: формирование высокого жизненного тонуса и гармоничных отношений с окружающим миром, развития взаимопонимания между детьми, а также между ребенком и взрослыми.

В отличие от занятий, направленных на систематическое обучение какому-либо искусству, занятия арттерапией носят скорее спонтанный характер и направлены не на результат, а на сам творческий процесс. Состояние свободного творчества даёт эмоциональную разрядку, возможность самовыражения и просто доставляет огромное удовольствие всем участникам процесса.

Задачи арттерапии: диагностика психологических проблем; выход агрессии и негативных проявлений человека; облегчение установления социальных контактов; развитие творческих способностей; развитие самоконтроля; повышение самооценки.

Методы арттерапии: изотерапия; песочная терапия; музыкотерапия; сказкотерапия; игротерапия; терапия водой.

Функции арттерапии: воспитательная, коррекционная, психотерапевтическая, диагностическая, развивающая.

Главное условие для упражнений детской арттерапии – доступность средств, привлекательность, понятность и безопасность.

Песочная арттерапия – самое распространенное и любимое младшими дошкольниками упражнение. Все, что нужно для песочной арттерапии – это обыкновенный ящик с песком, или песочница. Рисуя сухим или мокрым песком, строя из него замки, создавая песочные фигуры, ребёнок развивает тактильные ощущения, раскрепощается, самовыражается.

Монотипия («отпечаток») – еще одна очень интересная разновидность изотерапии. Чернилами, тушью, акварелью или жидко разведенной гуашью на гладкой, не впитывающей краску поверхности (пластик, линолеум) делается рисунок: пятна, линии и прочее. К этой поверхности прикладывается лист бумаги, на нём в зеркальном отражении отпечатывается нанесенный

рисунок. Ребёнок разглядывает то, что получилось, описывает возникший образ, дорисовывает его.

Сказкотерапия. Использование сказки в дошкольном возрасте способствует целенаправленному развитию речевой сферы. Эта уникальная возможность пережить, «проиграть» жизненные ситуации без ущерба для собственной жизни и судьбы ставит сказку в ряд с самыми эффективными способами воспитательно-образовательной работы с детьми.

Терапия водой. Вода – первый и любимый всеми детьми объект для исследования. Она даёт ребёнку приятные ощущения, развивает различные рецепторы, предоставляет практически неограниченные возможности развития познавательной активности. Эту технологию используем для познавательно-речевого развития, обогащения эмоционального опыта ребёнка, при трудностях с адаптацией.

Игротерапия – воздействие на детей с использованием игр имеет сильное влияние на развитие личности ребёнка, способствует развитию общения, коммуникации, созданию близких отношений, повышает самооценку. В игре формируется произвольное поведение ребёнка, его социализация.

Музыкотерапия – один из методов, который укрепляет здоровье детей, доставляет детям удовольствие. Музыкотерапия – метод психокоррекционного воздействия на человека, основанный на возможностях воздействовать музыкой на эмоциональное, волевое интеллектуальное и личностное развитие.

Условия подбора техник и приёмов создания изображений:

1. Техники и приёмы должны подбираться по принципу простоты и эффектности.

Ребёнок не должен испытывать затруднения при создании изображения с помощью предлагаемой техники. Любые усилия в ходе работы должны быть интересны, оригинальны и приятны ребёнку.

2. Интересными и привлекательными должны быть процесс создания изображения и результат. Обе составляющие в равной мере ценны для ребёнка, и это отвечает природе детского рисования, является его особенностью.

3. Изобразительные техники и способы должны быть нетрадиционными. Дети с удовольствием включаются в создание изображений необычным способом, например, с помощью сухих листьев или ниток, с использованием манной крупы.

Техника «рисование пальцами» служит профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, подавленности.

Рисование сухими листьями (сыпучими материалами и продуктами) подходит детям с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности.

Рисование предметами окружающего пространства: (мятой бумагой, губками, зубными щётками, ластиками) служит для ребёнка залогом успешности адаптационного процесса, возрастания самооценки, появления сил для выдвижения и отстаивания собственных идей.

Обеспечивая реализацию Программы ДОО в соответствии с ФГОС ДО, мы стремимся поддержать разнообразие детства, сохранить уникальность и самоценность детства как важного этапа в жизни человека; обеспечить все необходимые условия для преобладания положительных эмоциональных впечатлений дошкольника; сформировать общую культуру.

Литература:

1. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ». Программа «От рождения до школы» (под ред. Н.Е.Вераксы).
2. Программа оздоровления детей в ДОУ «Здоровый малыш» (под ред. З.И.Бересневой).
3. Н.А.Карпухина «Практическое пособие для воспитателей ДОУ» (конспекты занятий).
4. «Рисуем без кисточки» А. А. Фатеевой.

ИГРОВОЙ СТРЕТЧИНГ - КАК ИННОВАЦИОННАЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ ДОШКОЛЬНИКОВ

*Н.С. Совкова, воспитатель
МБДОУ «Новошешминский д/с «Солнышко»
Новошешминского муниципального района
Республики Татарстан»*

Стретчинг родился в 1993 г., пришел к нам из-за рубежа. Оздоровительная методика игрового стретчинга направлена на укрепление позвоночника и основана на растяжках мышц тела и суставно-связочного аппарата рук, ног и позвоночника. Это позволяет предотвратить нарушения осанки, исправить ее и оказать глубокое оздоровительное воздействие на весь организм. Данная методика направлена на активизацию защитных сил организма детей, овладение навыками совершенного управления своим телом и психоэнергетической саморегуляции, на развитие и высвобождение творческих и оздоровительных возможностей подсознания.

Освоение упражнений стретчинга развивает чувство ребенка своего тела, позволяет за короткое время нормализовать все функции организма, приобрести активное рабочее настроение. Занятия игровым стретчингом имеют мощный терапевтический эффект.

Дети обучаются упражнениям стретчинга в игровой форме. Упражнения, охватывающие все группы мышц, носят близкие и понятные детям названия животных и выполняются по ходу сюжетно-ролевой игры, основанной на сценарии по сказочному материалу. На каждом занятии дается новая сказка-игра, в которой дети превращаются в различных животных, насекомых и т.д., выполняя упражнения под музыкальные произведения классиков и народной музыки.

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.

Игра - ведущий вид деятельности дошкольника. Упражнения стретчинга носят имитационный характер и выполняются по ходу сюжетно-ролевой игры, состоящей из взаимосвязанных игровой ситуаций, заданий, упражнений, подобранных таким образом, чтобы содействовать решению оздоровительных и развивающих задач. С подражания образу начинается познание ребенком техники движений спортивных и танцевальных упражнений, игр, театрализованной деятельности и т.д. Образно-подражательные движения развивают творческую, двигательную деятельность, творческое мышление, двигательную память, быстроту реакции, ориентировку в движении и пространстве, внимание и т.д.

Эффективность подражательных движений заключается еще в том, что через образы можно осуществлять частую смену двигательной деятельности из различных исходных положений и с большим разнообразием видов движений, что дает хорошую физическую нагрузку на все группы мышц. Сочетание динамических и статических упражнений наиболее соответствует природе опорно-двигательного аппарата человека и является лучшим средством развития физических качеств: силы, ловкости, выносливости, гибкости.

Упражнения выполняются без воздействия со стороны, т.к. человеческое тело само себе тренер. Самоманипулирование телом в медленном, а значит, безопасном ритме наиболее эффективно. У детей исчезают комплексы, связанные с физическим несовершенством тела, неумением им управлять. Помимо этого дети приобретают запас двигательных навыков, которые позволяют им чувствовать себя сильными, красивыми, уверенными в себе, создают чувство внутренней свободы.

Начинать занятия с детьми игровым стретчингом лучше всего со старшего дошкольного возраста. К 5 годам у ребенка формируется наглядно-образное мышление, что позволяет с наибольшей эффективностью выполнять имитационные движения, наиболее точно и эмоционально выразительно. Ребенок способен контролировать свои действия по словесному указанию взрослого.

Данная методика применяется на практике несколько лет и накоплен определенный опыт организации занятий.

В ходе проведения занятий решаются следующие задачи:

- Развитие физических качеств: мышечной силы, ловкости, выносливости, гибкости.
- Развитие психических качеств: внимание, память, воображение, умственные способности.
- Укрепление костно-мышечной системы, повышение функциональной деятельности органов и систем организма.
- Создание условий для положительного психоэмоционального состояния детей, раскрепощенности и творчества в движении.
- Обучение детей различным видам имитационных движений игрового стретчинга. Важно обращать внимание детей на точность выполнения движений, передачу характерных особенностей образов.

Следует помнить также основные принципы выполнения упражнений игрового стретчинга:

- Наглядность. Показ физических упражнений, образный рассказ.
- Доступность. Обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному. Многие упражнения детям знакомы, но под другими названиями и выполняются в более медленном темпе.
- Систематичность. Регулярность, постепенное повышение нагрузки, увеличение количества упражнений.
- Закрепление навыков. Многократное выполнение упражнений, умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.
- Индивидуально-дифференциальный подход. Учет особенностей возраста, состояния здоровья каждого ребенка.
- Сознательность. Понимание пользы выполнения упражнения, потребность их выполнять.

Разогрев мышц, подготовка организма к работе проходит в первой вводной части занятия. Дети выполняют упражнения в различных видах ходьбы, бега, прыжков, для укрепления свода стопы, координации движений, ориентации в пространстве, развития внимания.

Во второй (основной) части начинается игровой стретчинг. Упражнения подобраны на укрепление и растяжку всех групп мышц.

В заключительной части занятия решается задача восстановления организма после физических нагрузок. Упражнение на релаксацию выполняется под музыкальное сопровождение.

И хочу закончить свое выступление словами Белинского «Без здоровья невозможно счастье» я призываю вас, коллеги, в меру наших сил и возможностей наших детей и тех детей, которых нам каждое утро доверяют родители, сделать здоровыми укрепить их позвоночник. И надеюсь что, через много лет, придут они к нам счастливыми и скажут «спасибо!»

Литература:

1. А.Г. Назарова «Игровой стретчинг» методика работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, С-Пб, 2010г.
2. Е.В. Сулим «Занятия по физкультуре в детском саду: игровой стретчинг», М-2012г.

Сказкотерапия – инновационная форма оздоровления детей

*Э.Т. Абунагимова, воспитатель
МБДОУ «Тубылгытауский детский сад «Тургай»
Новошешминского муниципального района
Республики Татарстан*

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». В.А. Сухомлинский

Дошкольный период является наиболее благоприятным для формирования здорового образа жизни. Осознание ребенком своего «Я», правильное отношение к миру, окружающим людям –

все это зависит от того, насколько добросовестно, с любовью, грамотно воспитатель строит свою работу. В дошкольное образование активно внедряются инновационные формы и методы оздоровления детей. Для воспитателя, у которого одной из основных задач в работе является здоровьесбережение, существует множество нетрадиционных методик, позволяющих решить комплекс задач и проблем, связанных с этим.

Одно из современных направлений в оздоровлении – это арттерапия, которая включает в себя еще несколько методик. Мы остановимся на одной – это сказкотерапия. Сказкотерапия – это воспитание и лечение сказкой. Сказка – любимый детьми жанр. Она несет в себе важное психологическое содержание, переходящее от одного поколения к другому и не утрачивающее со временем своего значения.

Цель сказкотерапии – решение терапевтических, коррекционных, развивающих, дидактических и релаксационных задач без назидания, путем естественного принятия. Следовательно, сказка – важное, значимое средство здоровьесберегающего занятия.

Формы работы со сказками, которые мы применяем в своей работе:

1. *Рассказывание сказок.* Рассказывая детям сказку, мы вживаемся в образы героев и передаем их интонации. А далее можно предложить ребенку рассказать сказку от первого или третьего лица, имени других действующих лиц, участвующих или не участвующих в сказке. Например, как Сказку о колобке рассказала бы лиса. Важно позволить детям сделать собственные открытия. Прием помогает проработать такие моменты, как развитие фантазии, воображения.

2. *Анализ сказок.* Используем, чтобы помочь юным слушателям понять основные идеи произведения и то, что хотел сказать автор. Например, для анализа выбираем известную сказку. При этом ребенку предлагаем ответить на ряд вопросов: «Как вы думаете, о чем эта сказка?», «Почему герой совершил те или иные поступки?», «Что произошло бы с героями, если они не совершили бы тех поступков, которые описаны в сказке?».

3. *Сочинение сказок.* Сочиняем сказку с группой детей или только вдвоем с ребенком. Сочинение сказок ребенком и для ребенка – основа сказкотерапии. Сочинение сказок имеет смысл тогда, когда ребенку чем-то не нравится сюжет, некоторый поворот событий, ситуаций, и так далее. Сочиняя сказку и вставляя, необходимые ему персонажи, ребенок сам выбирает наиболее соответствующий его внутреннему состоянию поворот и находит тот вариант разрешения ситуаций, который позволяет освободиться ему от внутреннего напряжения — в этом заключается психокоррекционный смысл сочинения сказки

4. *Постановка сказок* - один из наиболее успешных коррекционных и развивающих приемов. Включает в себя инсценировку знакомой сказки. Это предполагает распределение ролей между детьми, выбор декоратора.

В качестве зрителей выступают дети, не участвующие в спектакле, или игрушки, посаженные в "зрительном зале". В задачу педагога входит режиссура спектакля и чтение текста "от автора".

5. *Разыгрывание сказки с помощью кукол,* ребенок становится волшебником и приобретает уверенность в себе. Работая с куклой, ребенок видит, что каждое его действие немедленно отражается на поведении куклы. Это помогает ему самостоятельно корректировать свои движения и делать поведение куклы максимально выразительным. Работа с куклами позволяет совершенствоваться и проявлять через куклу те эмоции, которых обычно ребенок по каким-то причинам не может себе позволить проявлять.

6. *Все сказки еще можно рисовать.* Желательно после прочтения и обсуждения сказки, нарисовать, слепить или сделать аппликацию к сказке. Рисуя, ребенок воплощает все что его волнует, чувства, мысли. Тем самым освобождаясь от тревоги или другого чувства, которое беспокоило.

В результате всей этой работы мы получаем:

- развитие речи, обогащение словаря,
- оптимизация эмоциональной сферы дошкольников,
- оптимизация межличностного взаимодействия дошкольников,
- развитие памяти, внимания, мышления,
- развитие общей и мелкой моторики,
- развитие творческих способностей,
- развитие изобразительных навыков у детей и т. д.

Мудрецы говорят, что самое главное – это напитать душу ребенка добром. Наверное, это и есть главная задача сказок. А наша задача – помочь донести им эту сказку.

Литература:

1. Организация творческой деятельности детей 3-7 лет/авт.-сост. И.П.Посашкова – Волгоград: Учитель, 2009. – 222с.
2. Практика сказкотерапии / Под ред. Н.А.Сакович. Спб.: Речь, 2004
3. Ребенок в мире сказок / авт. – сост. О.П.Власенко. - Волгоград: Учитель, 2009 – 44с.
4. Воспитание сказкой / авт.сост. Фесюкова Л.Б. – Харьков: Фолио; М.: ООО АСТ, 2000 – 464с.

Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе ДОУ в условиях ФГОС.

*О.М. Смургина, воспитатель
МБДОУ «Екатерининский детский сад «Улыбка»»
Новошешминского муниципального района
Республики Татарстан*

Современная система образования претерпела целый ряд изменений, выражающихся в пересмотре требований к содержанию образовательного процесса, применении новых педагогических инноваций и технологий, в том числе и здоровьесберегающих. Это требует от педагогов – дошкольников широты эрудиции, мобильности и активности, способности к анализу и самоанализу, готовности к нововведениям.

В последнее время приоритетным направлением дошкольного образования стала физкультурно-оздоровительная работа. Это вызвано целым рядом объективных причин: слабое здоровье детей; недостаточная организация профилактики заболеваний, отсутствие положительного примера по соблюдению здорового образа жизни для детей со стороны родителей.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического здоровья. Ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Поэтому важно в дошкольном возрасте сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Привычка к здоровому образу жизни - это жизненно важная привычка. Поэтому детский сад и семья призваны заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. И именно в семье, в детском образовательном учреждении на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше понять непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить малыша самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

Проблема здоровья дошкольников в настоящее время очень актуальна. Чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления.

Цель деятельности педагогов — создание среды, способствующей сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса, их продуктивной учебно-познавательной и практической деятельности, основанной на научной организации труда и культуре здорового образа жизни личности.

Для создания целостной системы здоровьесбережения детей очень важным является организация двигательной развивающей среды в дошкольном учреждении. Анализ созданных условий показал, что в нашем детском саду имеются необходимые условия для повышения двигательной активности детей, а так же для их расслабления и отдыха.

Предметно – пространственная среда группы оборудована таким образом, что для детей достаточно места для удовлетворения двигательной активности, формирования у них культуры здоровья.

Оборудован физкультурный зал, а так же пособия, изготовленные своими руками, которые повышают интерес к физической культуре, развивают жизненно-важные качества, увеличивают эффективность занятий.

В нашем учреждении используется комплекс современных форм и методов реализации образовательной области: утренняя гимнастика, гимнастика после сна, минуты релаксации, пальчиковая гимнастика, хождение по массажным дорожкам, беседы с детьми о здоровье, консультации (тематические выпуски газеты) и т.д.

Уделяется большое внимание организации физкультурно-оздоровительной работы на свежем воздухе.

Прогулка – режимный момент жизнедеятельности детей в учреждении.

Цель прогулки – укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма. Прогулка оказывает на детей закаливающее воздействие на организм в естественных условиях, способствует повышению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста, оптимизирует двигательную активность детей.

Свежий воздух улучшает состояние здоровья. Доказано, что комнатные растения активно удаляют из атмосферы замкнутых пространств летучие органические соединения, вредные для человека. Комнатные растения выделяют кислород и повышают влажность воздуха, что особенно важно во время отопительного сезона.

Для укрепления зрения использую зрительные ориентиры, таблицы, которые снимают утомление глаз и повышают двигательную активность. В каждое занятие необходимо включать коррекционные физкультминутки для укрепления зрения, массаж глаз. Зрительные гимнастики, массаж помогают глазам справиться со значительной зрительной нагрузкой.

Важное место в физическом воспитании дошкольников занимают специальные дыхательные упражнения, которые обеспечивают полноценный дренаж бронхов, укрепляют дыхательную мускулатуру.

Дыхательная гимнастика – это составная часть лечебной физкультуры, поэтому дыхательные упражнения просто необходимы часто болеющим простудными заболеваниями детям. Использование различных тренажеров вызывают положительные эмоции, повышают интерес ребёнка к дыхательной гимнастике, способствуют воспитанию правильного речевого дыхания, а так же развивают творческое воображение и фантазию.

Упражнения для развития мелкой моторики рук благотворно влияют не только на развитие речи ребёнка, но и способствуют укреплению и сохранению его здоровья. Кроме традиционных застежек, шнуровок, конструкторов и мозаик необходимо использовать и нетрадиционный материал:

- капроновые веревки для завязывания узлов и плетения;
- кистевые эспандеры – для развития мышечной силы кисти;
- прищепки бельевые – для развития координации движений пальцев рук;
- щетки для волос, мыльницы типа «травка» - для массажа и самомассажа;
- мозаики из пробок от пластиковых бутылок и коробок от сока; клавиатура от компьютера, кнопочные телефоны – для развития дифференцированных движений пальцев рук;
- «сухие бассейны» - емкости, наполненные горохом и фасолью, игрушками из «киндер-сюрпризов» - для самомассажа кистей;
- моталки, веревки с ручками на концах – для выработки координации вращательных движений.

Огромное влияние на укрепление здоровья детей имеет музыка, музыкотерапия. Музыка действует особенно на гиперактивных детей, повышает интерес к окружающему миру, способствует развитию культуры ребёнка. В группе рекомендовано иметь фонотеку с разнообразными произведениями классической, народной и детской музыки. Используются мелодии на занятиях, перед сном и во время сна, игровой деятельности. Колыбельные мелодии помогают успокоиться, расслабиться детям, они затихают и быстро засыпают. Звуки природы «шелеста листьев», «шум моря», «птичий щебет», «журчание ручейка» помогают снять у детей мышечное и эмоциональное напряжение. Под влиянием музыки дети быстро развиваются, лучше занимаются, становятся более спокойными и исцеляются от болезней.

В нашем детском саду используются инновационные подход к проделыванию пальчиковой гимнастики с детьми.

Делаем массаж ладонных поверхностей каменными, металлическими или стеклянными цветными шариками.

- Прищепочный массаж
- Массаж шестигранными карандашами
- Массаж шишками, жёлудями, орехами
- Массаж крупяными мешочками.

Так же интенсивно используется песочная терапия. Играя с песком, дети, прежде всего, развивают тактильно-кинестическую чувствительность и мелкую моторику рук; - успокаивают и расслабляют, пробуждают фантазию, внимание, память и мн. др. - положительно влияют на эмоциональное самочувствие.

Сейчас активно стали применять «Ароматерапию». Это - процесс вдыхания ароматов. Вместе с родителями можно создать в группе «Фито бар», в который собрать различный природный материал: травы, плоды, веточки и кору различных деревьев. Оздоровительные запахи природы активизируют биологические процессы в организме ребенка. Запахи ели и сосны – очищают органы дыхания, повышают тонус. Запах березы – улучшает работу сердечнососудистой и дыхательной системы. Запах крапивы уничтожает бактерии. Букетики из веток берёзы, сосны, можжевельника, в сухом виде очищают воздух).

Во время экскурсий и прогулок необходимо знакомить детей с лекарственными растениями родного края, как они помогают людям во время болезни, как ими лечатся животные и птицы. Любые знания ребенка с легкостью усваиваются в игре, так как игра является основным видом деятельности в дошкольном возрасте.

Здоровьесберегающую деятельность невозможно осуществить без тесного сотрудничества с семьями воспитанников. Развитие и воспитание ребенка во многом зависит от взрослых, которые его окружают. Поэтому сознательное отношение к собственному здоровью и здоровью детей в первую очередь следует формировать у родителей. Семья остро нуждается в помощи специалистов на всех этапах дошкольного детства.

В работе с родителями мы стремимся к формированию у них представлений о влиянии здоровья ребёнка на успешность его обучения, повышение их активности в планировании и организации мероприятий, направленных на оздоровление детей в процессе образовательной деятельности (тематические родительские собрания, консультации педагогов и приглашённых специалистов). Проводятся и различные спортивные праздники и досуговые мероприятия («День здоровья», «Мама, папа и я — спортивная семья», «Мы – мужчины!»), во время которых педагоги, родители и дети сотрудничают на благо здоровья.

Таким образом, можно сказать, оздоровительная среда нашего ДОУ является естественной комфортабельной обстановкой, рационально организованной и насыщенной разнообразным оборудованием и материалами, и что только целенаправленная работа всего педагогического коллектива и родителей может способствовать сохранению здоровья наших детей.

Литература:

1. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2007.
2. Сивцова А.М. «Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях» Методист. – 2007.
3. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. М.: АРКТИ, 2002 – 64 с.
4. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005 – 127 с.
5. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста М.: 2004

ИГРОВОЙ МАССАЖ

**Интерпретация и адаптированный вариант
методик спецзакаливания детей по системе
А. Уманской и К. Динейки.**

*Л.Н. Михайлова, воспитатель
МБОУ «Новошешминская начальная школа - детский сад»
Новошешминского муниципального района Республики Татарстан*

Все родители мечтают вырастить своих детей здоровыми и счастливыми. Современные мамы и папы прекрасно знают, какое огромное влияние оказывают факторы окружающей среды на развитие маленького человека. Солнечный свет и тепло, свежий чистый воздух, полноценное и разнообразное питание, любовь и внимание взрослых - всё это та благодатная почва, на которой произрастает здоровье не только телесное, но и душевное. Основы здоровья и гармоничного развития, как известно, закладываются в детстве, когда ребёнок активно растёт, когда формируются и совершенствуются все системы его организма. Дошкольный возраст особенно важен в этом отношении, это время наиболее интенсивного развития, освоения огромного объёма информации, воспитания привычек и жизненных установок, становления ребёнка как личности. К сожалению, многие недооценивают значение этого возраста, рассматривая его как переход от младенчества (когда ребёнку уделяется много внимания) к школьному периоду (когда внимание потребуется вновь), как своеобразный отдых, но именно сейчас формируются основные двигательные навыки, такие как ходьба, бег, прыжки, воспитывается осанка, умение управлять своим телом, проявляются такие черты характера как инициативность, настойчивость и самостоятельность. Именно в этом возрасте ребёнок ценит движение как способ самовыражения, способ познания окружающего мира, получая огромное удовольствие от новых умений и навыков. Но как часто родители и педагоги, развивая детей интеллектуально и эстетически, забывают о физическом воспитании, относятся к нему как к чему-то второстепенному, происходящему само по себе, в результате, многие четырёх - пятилетние мальчики и девочки плохо бегают, неправильно ходят, не могут залезть на лесенку или гимнастическую стенку, не умеют ловить и бросать мяч.

Естественная потребность в активных движениях, свойственная детям этого возраста, подавляется взрослыми (не бегай, не шуми, не мешай), что самым отрицательным образом сказывается на настроении ребёнка, на его общем самочувствии. Недостаток двигательной активности помогут восполнить специальные занятия. Массаж в сочетании с гимнастикой прекрасно развивает все органы и системы, оказывает общеукрепляющее воздействие на весь детский организм. Кроме того, ласковые прикосновения рук, упражнения в виде игры доставляют большое удовольствие ребёнку, укрепляют эмоциональную связь между ним и взрослыми. В настоящее время большое внимание уделяется игровому массажу, который, как и гимнастика, является прекрасным средством профилактики и лечения различных заболеваний. Овладеть массажными приёмами может каждый, для этого не нужно иметь особого таланта или специального образования. В результате регулярных занятий массажем здоровый ребёнок станет более совершенным, а отстающий в развитии быстро догонит своих сверстников. Особую тревогу вызывает широкое распространение среди дошкольников дефектов и заболеваний опорно-двигательной системы, таких как плоскостопие, нарушение осанки, сколиоз. Игровой массаж обладает не только лечебным действием, проводить его можно и с профилактической и гигиенической целью. Детский игровой массаж оказывает влияние на физическое и психическое развитие ребенка. Так же игровой массаж стимулирует рост и развитие мышечной массы, способствует поддержанию оптимального тонуса, является своеобразным раздражителем рецепторов кожи глубже лежащих тканей. Укрепляя организм и содействуя общему развитию, массаж помогает предупредить заболевания.

Цель: сохранение и укрепление психического и физического здоровья и приобщение дошкольников к основам здорового образа жизни, через игровой массаж.

Задачи:

1. Приобщить дошкольников к здоровому образу жизни.
2. Познакомить детей с игровым массажем.
3. Научить детей дошкольного возраста элементам игрового массажа.

Закаливающее дыхание.

Этот вид закаливания укрепляет весь дыхательный тракт. Суть же его заключается в выполнении комплекса игровых упражнений с носом. Рекомендуются для детей младшего возраста, но может быть использован и в работе со старшими детьми. Проводится 2—3 раза в день.

«Поиграем с носиком»

1. Организационный момент

а) «Найди и покажи носик»

Дети удобно рассаживаются и показывают свой носик взрослому.

2. Основная часть

Игровые упражнения с носиком.

б) «Помоги носику собраться на прогулку»

Каждый ребенок берет носовой платок или салфетку и тщательно очищает свой нос самостоятельно или с помощью взрослого.

в) «Носик гуляет»

Взрослый предлагает детям крепко закрыть рот, чтобы он не мешал гулять и хорошо дышать носу.

Старшим детям можно предложить выключить дыхание ртом, поджав кончик языка к твердому нёбу. В обоих случаях вдох и выдох выполняется через нос.

г) «Носик балуется»

На вдохе ребенок оказывает сопротивление воздуху, надавливая большим и указательным пальцами одной руки на крылья носа.

д) «Носик нюхает приятный запах»

Ребенок выполняет 10 вдохов-выдохов через правую и левую ноздрю, поочередно закрывая их указательным пальцем.

е) «Носик поет песенку»

На выдохе малыш постукивает указательным пальцем по крыльям носа и поет: «Ба-бо-бу».

ж) «Погреем носик»

Ребенок располагает на переносице указательные пальцы и выполняет ими движение к крыльям носа, затем вверх и обратно. Таким образом, делается как бы растирание.

3. Заключительный этап

з) «Носик возвращается домой»

Дети убирают платки и салфетки. Показывают взрослому, что их носик вернулся.

Примечание. Игровые упражнения можно сопровождать стихами:

—Подходи ко мне, дружок,

И садись скорей в кружок.

Носик ты быстрее найди,

Тете Любе покажи.

Надо носик очищать,

На прогулку собирать.

Ротик ты свой закрывай,

Только с носиком гуляй.

Вот так носик-баловник!

Он шалить у нас привык.

Тише, тише, не спеши,

Сам цветочек подыши.

Хорошо гулять в саду

И поет нос: «Ба-бо-бу».

Надо носик нам погреть,

Его немного потереть.

Нагулялся носик мой,

Возвращается домой.

Массаж рук.

Интенсивное воздействие на кончики пальцев стимулирует прилив крови к рукам. Это благоприятствует психоэмоциональной устойчивости и физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.

«Поиграем с ручками»

1. Подготовительный этап

Дети растирают ладони до приятного тепла.

2. Основная часть

а) Большим и указательным пальцами одной руки массируем — растираем каждый палец, начиная с ногтевой фаланги мизинца другой руки.

б) Массируем тыльные стороны ладоней, имитируя мытье рук.

в) Переплетаем вытянутые пальцы обеих рук и слегка трем их друг о друга, направляя ладони в противоположные стороны.

г) Переплетенные пальцы закрываем на замок и подносим к груди. Пауза.

д) Вытягиваем пальчики вверх и шевелим ими.

3. Заключительный этап

Дети стряхивают руки, расслабляют их и отдыхают. *Примечание.* Упражнение можно сопровождать стихами:

- Эй, ребята, все ко мне.

Кто стоит там в стороне?

А ну быстрее лови кураж

И начинай игру-массаж.

- Разотру ладошки сильно,

Каждый пальчик покручу.

Поздороваясь со всеми,

Никого не обойду.

- С ноготками поиграю,

Друг о друга их потру.

Потом руки «помочалю»,

Плечи мягко разомну.

- Затем руки я помою,

Пальчик в пальчик я вложу,

На замочек их закрою

И тепло поберегу.

- Вытяну я пальчики,

Пусть бегут, как зайчики.

- Раз-два, раз-два,

Вот и кончилась игра.

Вот и кончилась игра,

Отдыхает детвора.

Массаж волшебных точек ушек.

Этот вид закаливания основан на стимуляции биологически активных точек, расположенных на ушной раковине и связанных рефлекторно почти со всеми органами тела. Массаж этих точек полезен, в частности, для улучшения работы органов дыхания и для защиты организма от простудных заболеваний.

Является доступным для детей всех возрастов. Рекомендуется проводить в игровой форме 2—3 раза в день.

«Поиграем с ушками».

1. Организационный момент

Воспитатель привлекает детей к игре и собирает их в круг.

2. Основная часть

Упражнения с ушками.

а) «Найдем и покажем ушки»

Дети находят свои ушки, показывают их взрослому (если мешают волосы, их закалывают вверху).

б) «Похлопаем ушками»

Ребенок заводит ладони за уши и загибает их вперед сначала мизинцем, а потом всеми остальными пальцами. Прижав ушные раковины к голове, резко отпускает их. При этом ребенок должен ощутить хлопок.

в) «Потянем ушки»

Малыш захватывает кончиками большого и указательного пальцев обе мочки ушей, с силой тянет их вниз, а затем отпускает.

г) «Покрутим козелком»

Ребенок вводит большой палец в наружное слуховое отверстие, а указательным пальцем прижимает козелок — выступ ушной раковины спереди. Захватив, таким образом, козелок, он сдавливает и поворачивает его во все стороны в течение 20—30 секунд.

д) «Погреем ушки»

Ребенок прикладывает к ушкам ладони и тщательно трет ими всю раковину.

3. Заключительный момент

Дети расслабляются и слушают тишину.

Примечание. Количество повторений каждого упражнения зависит от возраста детей. В среднем это составляет 7—8 раз, для малышей достаточно 5—6 раз. Действия можно сопровождать стихами:

Подходи ко мне, дружок,
И садись скорей в кружок.

Ушки ты свои найди

И скорей их покажи.

Ловко с ними мы играем,

Вот так хлопаем ушами.

А сейчас все тянем вниз.

Ушко, ты не отвались!

А потом, а потом

Покрутили козелком.

Ушко, кажется, замерзло,

Отогреть его так можно.

Раз, два! Раз, два!

Вот и кончилась игра.

А раз кончилась игра,

Наступила ти-ши-на!

Закаливающий массаж подошв.

Закаливающий массаж подошв как эффективный вид закаливания рекомендуется для детей среднего и старшего дошкольного возраста. Он основан на стимуляции активных точек, расположенных на подошвах ног. Массаж стоп делается ежедневно. Если массирование стопы валиком или скалкой проводится утром и вечером по 3—10 минут, то полный массаж достаточно выполнять раз в неделю.

«Поиграем с ножками»

1. Подготовительный этап

а) Удобно сесть и расслабиться.

б) Смазать подошвы ног смягчающим кремом или растительным маслом (1—2 капли на ладошку).

2. Основная часть

а) Одной рукой, образуя «вилку» из большого и остальных пальцев, обхватить лодыжку и зафиксировать стопу. Другой погладить стопу от пальцев до щиколотки.

б) Сделать разминание стопы всеми пальцами.

в) Погладить стопу граблеобразным движением руки по направлению к пальцам.

г) Похлопать подошву ладонью.

д) Согнуть стопу вверх с произвольным падением вниз.

е) Покатать ногами (подошвами) палку, несильно нажимая на нее.

ж) Растереть подушечкой большого пальца руки закаливающую зону, расположенную в центре подошвы.

3. Заключительный этап

а) Погладить всю стопу от пальцев до щиколотки.

б) Посидеть спокойно, расслабившись.

Примечание. Дозировка должна соответствовать возрасту детей. Комплекс можно сопровождать стихами:

—Мы ходили, мы скакали,
Наши ноженьки устали.
Сядем все мы, отдохнем
И массаж подошв начнем.
—На каждую ножку крема понемножку.
Хоть они и не машина,
Смазать их необходимо!
—Проведем по ножке нежно,
Будет ноженька прилежной.
Ласка всем, друзья, нужна.
Это помни ты всегда!

—Разминка тоже обязательна,
Выполняй ее старательно.
Растирай, старайся
И не отвлекайся.
—По подошве, как граблями,
Проведем сейчас руками.
И полезно, и приятно
— Это всем давно понятно.
Рук своих ты не жалея
И по ножкам бей сильней.
Будут быстрыми они,
Потом попробуй догони!
Гибкость тоже нам нужна,
Без нее мы никуда.
Раз — сгибай, два — выпрямляй
Ну, активнее давай!
—Вот работа, так работа,
Палочку катать охота.
Веселее ты катай
Да за нею поспевай.
В центре зону мы найдем,
Хорошенько разотрем.
Надо с нею нам дружить,
Чтобы всем здоровым быть.
Скажем все: «Спасибо!»
Ноженькам своим.
Будем их беречь мы
И всегда любить.

Обширное умывание.

Обширное умывание как эффективный вид закаливания рекомендуется для детей среднего и старшего возраста.

Проводится после сна.

Суть обширного умывания заключается в следующем: ребенок, раздетый до пояса, в быстром темпе, самостоятельно выполняет ряд последовательных действий.

«Умывайка»

«Раз» — обмывает правой рукой левую кисть.

«Два» — обмывает левой рукой правую кисть.

«Три» — мокрой правой ладонью проводит от кончиков пальцев левой руки до локтя.

«Четыре» — мокрой левой ладонью проводит от кончиков пальцев правой руки до локтя.

«Пять» — мокрые ладони кладет сзади на шею и ведет одновременно вперед.

«Шесть» — мокрой правой ладонью делает круговое движение по груди.

«Семь» — мокрыми ладонями проводит по лицу от лба к подбородку.

«Восемь» — ополаскивает руки.

«Девять» — отжимает их, слегка стряхивая.

«Десять» — вытирает руки насухо.

Примечание. Умывание можно сопровождать стихами:

Раз — обмоем кисть руки, Два — с другою повтори. Три — до локтя намочили, Четыре — с другою повтори. Пять — по шее провели, Шесть — смелее по груди. Семь — лицо свое обмоем, Восемь — с рук усталость смоем. Девять — воду отжимай, Десять — сухо вытирай.

«Босоножье».

Это отличное закаляющее средство для детей с ослабленным здоровьем. Повышает устойчивость организма ребенка к резким колебаниям температуры и к переохлаждению. Проводится в любое время дня. Дозировка определяется возрастом. Желательно начинать в теплый период года.

Литература:

- 1.Абрамова Л.П., Бардышева Т.Ю., Моносова Е.Н. Орешек на ладошке: Массаж для пальчиков: Для детей 2-4 лет.[Текст] / - М.: «Карапуз», 2003.
- 2.Белая Н. А. Руководство по лечебному массажу.[Текст] / - М.: «Медицина», 1974.
- 3.Бочарова Н.И. Физическая культура дошкольника в ДОУ: Программно-методическое пособие. [Текст] / - М.: «Центр педагогического образования», 2007.
- 4.Вербов А. Ф. Основы лечебного массажа. [Текст] / - М.: «Медицина», 1966.
- 5.Воротилкина И.М Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении. [Текст] / - М.: «Энас», 2006.
6. Доскин В.П., Голубева А.Г. Растим детей здоровыми. [Текст] / - М.: «Мозаика-синтез», 2005.
- 7.Иванова А.И. Естественно-научные наблюдения и эксперименты в детском саду. Человек. [Текст] / - М.: ТЦ «Сфера», 2005.
- 8.Красикова И. С. Детский массаж. Массаж и гимнастика для детей от трёх до семи лет. [Текст] / - СПб.: «Корона принт», 2003.
- 9.Максимова А. Детский массаж. [Текст] / - Ростов н/Д.: «Феникс», 2006.
- 10.Осокина Т. И. Физическая культура в детском саду .[Текст] / - М.: «Просвещение», 1973.
- 11.Программа воспитания и обучения в детском саду./Под редакцией Васильевой М.А., Гербовой В.В. [Текст] / - М.: «Мозаика-Синтез», 2007.

Использование здоровьесберегающих технологий в условиях введения ФГОС в дошкольные организации

*Р.З. Сафина, воспитатель
МБДОУ «Кутлушкинский детский сад»*

Девиз: Здоровье ребенка - превыше всего... И наша задача сохранить его. Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие физических дефектов. (Всемирная организация здравоохранения).

Здоровьесберегающий педагогический процесс дошкольной организации в широком смысле слова: процесс воспитания и развития детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьеобогащения.

процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.

Одна из задач ФГОС ДО:

Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. (приказ Министерства образования и науки РФ от « 17» октября 2013г. № 1155).

Актуальность применения здоровьесберегающих технологий гиподинамия (нарушение функций опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения, нарушение зрения и т.п.)

детские стрессы (нервные расстройства вследствие отрицательной психологической обстановки в семье, излишнего шума и нервности в детском коллективе)

тревожность (недостаток эмоциональной поддержки в детском саду и семье, недостаток информации).

Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольной организации:

медико-профилактические;

физкультурно-оздоровительные;

технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;

валеологическое просвещение детей и родителей.

Здоровьесберегающие технологии - система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Цель здоровьесберегающих технологий - обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни.

Здоровьесберегающие технологии, используемые в воспитательно-образовательном процессе:

Утренняя гимнастика;

Подвижные и спортивные игры;

Релаксация, Физкультминутки;

Пальчиковая гимнастика;

Динамическая пауза;

Самомассаж;

Гимнастика для глаз;

Дыхательная гимнастика;

Гимнастика после сна.

Дыхательная гимнастика - это система дыхательных упражнений, направленных на укрепление здоровья и лечение различных заболеваний.

Подвижные и спортивные игры развивают у детей настойчивость, смелость, решительность, инициативу, сообразительность и мышление.

Релаксация - дети учатся ощущать свои эмоции, расслабляться.

Пальчиковая гимнастика - снимает тревожность, способствует развитию мелкой моторики, повышает работоспособность, развивает мышление, внимание.

Динамические паузы - создают благоприятную атмосферу; снимают напряжение, вызванное негативными эмоциями.

Гимнастика для глаз - для предупреждения утомления глаз, укрепления глазных мышц; для профилактики нарушений зрения дошкольников.

Самомассаж - стимуляция точек на кистях рук способствует повышению тонуса и работоспособности всего организма.

Физкультминутки - снимают напряжение, восстанавливают умственную работоспособность детей, помогают расслабиться, снимают мышечную утомленность, успокаивают нервную систему.

Гимнастика(утренняя гимнастика, гимнастика после сна) - укрепляет здоровье ребенка.

Здоровый ребенок – успешный ребенок!

Спасибо за внимание!

Литература:

1. Алямовская В.Г. Новые подходы к планированию образовательной работы в детском саду. - //Управление ДОУ, N3, 2002г., с. 21 – 27.
2. Сократов Н.В. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей. –М.: ТЦ Сфера, 2005 г.
3. Зимонина В.А. Воспитание ребёнка – дошкольника. Расту здоровым. М.;ВЛАДОС,2003-304 с
4. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. М.: АРКТИ, 2002 – 64 с.
5. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005 – 127 с.
6. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста М.: 2004
7. Чупах И.В. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. М: 2003 - 143 с.

ПРИМЕНЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДЕТСКОМ САДУ.

*Г.Ф. Нутфуллина, воспитатель
МБДОУ «Детский сад «Солнышко»
Аккубаевского муниципального района Республики Татарстан*

Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач развития страны.

Усилия работников нашего детского сада направлены на оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие педагогические технологии, без которых немислим педагогический процесс современного детского сада.

Одной из первых, основных, главных годовых задач нашего МБДОУ является: формирование у детей потребности и мотивации к сохранению и укреплению своего здоровья посредством здоровьесберегающих технологий.

Для полноценного физического развития детей, реализации потребности в движении необходимо уделять большое внимание для создания здоровьесберегающего пространства.

В нашем МБДОУ оборудован физкультурный зал для занятий с разнообразным спортивным инвентарём. В группах оборудованы физкультурные уголки, для развития физических качеств, формированию двигательных умений и навыков.

На территории МБДОУ имеется спортивная площадка с «полосами препятствий», баскетбольной стойкой и мн.др.

В работе с детьми необходимо использовать здоровьесберегающие технологии, которые помогают создавать благоприятные условия для формирования основы базовой культуры личности, лучшему усвоению знаний детей и способствуют их гармоничному и всестороннему развитию.

Так же создали условия здоровьесберегающего процесса воспитания и развития детей в дошкольном учреждении, такие как: организация разных видов деятельности детей в игровой форме; построение образовательного процесса в виде модели культуры; организация культуротворчества дошкольников; оснащение деятельности детей оборудованием, игрушками, играми, игровыми упражнениями и пособиями

Вся эта работа осуществляется комплексно, в течение всего дня и с участием медицинских и педагогических работников: воспитателя, учителя — логопеда, педагога — психолога, инструктора по физической культуре, музыкального руководителя.

Являясь участниками этого общего процесса, мы уделяем особое внимание обучению дошкольников основным движениям и навыкам здорового образа жизни, применяя на практике внедрение различных методов и приемов для создания среды здоровьесберегающего процесса в каждой группе ДОУ.

Это динамические паузы, которые проводятся воспитателями во время занятий, 2—5 мин., по мере утомляемости детей

Ежедневно проводятся пальчиковые гимнастики с использованием различных предметов: шишек, орехов, ребристых палочек, счётов и т.д.

Интенсивное воздействие на кончики пальцев стимулирует прилив крови к рукам, развивает мелкую моторику, речь. Повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.

Среди основных видов гимнастик, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, особого внимания заслуживает дыхательная гимнастика.

Дыхание — один из важнейших физиологических процессов. От дыхания во многом зависят здоровье человека, его физическая и умственная деятельность, работоспособность и выносливость.

Согласно статистическим данным, уровень распространенности заболеваний органов дыхания у детей очень высок. Дыхательная система малышей несовершенна. Жизненная емкость легких мала, а потребность в кислороде велика. С детьми дыхательную гимнастику проводим каждый день в хорошо проветренном помещении, в любое удобное время дня, исключая 20—30 минут до еды и сна и 1 час после приема пищи. Гимнастикой можно заниматься с раннего возраста как индивидуально, так и с группой детей. Перед гимнастикой необходимо очистить нос. Продолжительность занятия — от 10 до 20 минут. Это зависит от возраста детей, их индивидуальных возможностей и самочувствия.

Целью артикуляционной гимнастики является выработка правильных, полноценных движений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные – артикуляционные уклады различных фонем.

Артикуляционную гимнастику проводим с детьми начиная с трехлетнего возраста. Отводим на артикуляционные упражнения от 3-5 минут ежедневно в младшем дошкольном возрасте до 10-12 минут ежедневно для детей старшего дошкольного возраста. Каждый комплекс включает от четырех до восьми упражнений (соответственно возрасту детей), но не должен превышать рекомендованной продолжительности.

Одной из форм работы по профилактике и коррекции зрительного аппарата выступает зрительная гимнастика.

Гимнастика для глаз - это один из приемов оздоровления детей, она относится к здоровьесберегающим технологиям, наряду с дыхательной гимнастикой, самомассажем, динамическими паузами.

Цель гимнастики для глаз: профилактика нарушений зрения дошкольников.

Задачи:

- предупреждение утомления;
- укрепление глазных мышц нарушений зрения, переутомления;
- снятие напряжения;
- общее оздоровление зрительного аппарата.

Гимнастика для глаз благотворно влияет на работоспособность зрительного анализатора и всего организма.

Для проведения не требует специальных условий. Любая гимнастика для глаз проводится стоя. Выполняются 2-4 мин. При выполнении упражнений голова неподвижна (если не указано иначе).

Детям с патологией зрения противопоказаны упражнения, связанные с длительным и резким наклоном головы.

Прием проведения – наглядный показ действий педагога.

Если гимнастика для глаз используется педагогом в системе здоровьесбережения ежедневно, то рекомендуется на неделю планировать для разучивания и выполнения 1 комплекс в стихотворной форме, совмещая его 1 или 2 раза с комплексами другого вида.

По названию гимнастики для глаз легко подобрать ее по теме ООД.

При планировании рекомендуем учитывать принцип усложнения, отработав вначале простые движения глазами: вправо-влево, вверх-вниз, круговые движения, зажмуривания, моргание, выпячивание глаз, а затем используя их по подю более сложного стихотворного текста в различных сочетаниях. Стихотворный текст также нужно использовать вначале небольшой (до 4 строк), а затем переходить к более сложным и длинным.

Мимика – это движение лица, которое выражает внутреннее эмоциональное состояние человека. Она наделена свойством, отражать психическое состояние человека, выражение лица во многом определяется динамикой и статикой мимических мышц.

Мимика тесно связана с артикуляцией и, стимулируя ребенка изображать на лице различные эмоции, мы способствуем развитию у него не только мимической, но и артикуляционной моторики, в частности развиваем подвижность мышц губ и щек.

Именно поэтому для маленьких детей большое значение приобретает эмоциональная разгрузка. Лучшим средством эмоционального тренинга в таких ситуациях является мимическая гимнастика, которая помогает ребенку:

познать сущность эмоциональных состояний как собственных, так и окружающих людей;

развить произвольность собственного поведения через осознанное и адекватное проявление эмоций;

усилить глубину и устойчивость чувств;

разгрузиться от излишних переживаний, проявив свое эмоциональное состояние.

Элементы закаливания в режиме дня:

- мытьё рук до локтя прохладной водой;

- полоскание горла водой комнатной температуры.

Для сохранения и укрепления здоровья дошкольников необходимым условием является физическое воспитание. Его основная задача – улучшение состояния здоровья и физического развития; формирование двигательных навыков; повышение работоспособности; расширение функциональных возможностей развивающегося организма.

Гимнастика пробуждения проводится регулярно, после дневного сна в сочетании с самомассажем, ходьбой по дорожкам здоровья и пуговичным коврикам.

Активный отдых - это подвижные игры, спортивные, хороводные игры с правилами. Важный результат игры – радость и эмоциональный подъём. Благодаря этому свойству подвижные игры больше, чем другие средства физической культуры, отвечают задачам активного отдыха и формирования здорового образа жизни.

Организация прогулок в любое время года и любую погоду. В содержание прогулки включаются подвижные игры и эстафеты, спортивные упражнения (катание на санках, самокатах, занятия общей физической подготовкой).

В своей работе используем технологии терапевтического воздействия в организованных формах обучения:

Музыкотерапия (музыкальное сопровождение режимных моментов и занятий);

Свето и цветотерапия (обеспечение светового режима; цветное и световое сопровождение среды и учебного процесса);

Звукотерапия (лечение звуками природы);

Фитотерапия (подбор комнатных растений).

Существует множество нетрадиционных методик, позволяющих решить комплекс задач и проблем, стоящих перед педагогами. Для осуществления оздоровительных и коррекционных мероприятий, в нашем детском саду внедрили в практику метод арттерапии, один из современных направлений в оздоровлении.

Арттерапия - это буквально лечение искусством. Лечит любая творческая деятельность - и прежде всего собственное творчество.

Арттерапия снимает у любого ребенка, самые разные проявления нестабильности настроения, тревоги.

В настоящее время арттерапия в широком понимании включает в себя: изотерапию (лечебное воздействие средствами искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и др.)

Работа с родителями: эта работа является составляющей частью всего педагогического процесса, ведь от нашего сотрудничества многое зависит. Взаимодействие коллектива детского сада с родителями проходит под девизом «Детский сад, мама, папа, я – это дружная семья», что способствует укреплению и сохранению здоровья детей, формированию здорового образа жизни в условиях семьи. Используются разнообразные формы работы с семьями детей: Дни здоровья с родителями, совместные досуги, праздники, соревнования.

Мы предлагаем объединить все усилия и работать над воспитанием здорового ребёнка, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей, а также разработать и внедрить в практику здоровьесберегающие технологии, сформировать у ребёнка потребности в здоровом образе жизни.

В нашем дошкольном учреждении все мы стараемся создать психологические условия организации здоровьесберегающего процесса воспитания и развития детей, к которым относятся: учет возрастных и индивидуальных особенностей ребенка; организация общения и деятельности для появления у ребенка позитивного эмоционального опыта; поощрение самостоятельности; развитие творческого воображения, формирование осмысленной моторики,

создание и закрепление целостного позитивного психосоматического состояния при выполнении различных видов деятельности, развитие способности сопереживания, умений активного творческого самовыражения.

В МБДОУ необходимо уделять большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей.

Применяя эти технологии в своей работе, достигают следующих результатов:

- повышение уровня физического развития детей;
- развитие основных физических процессов (памяти, мышления, воображения, восприятия);
- положительная динамика состояния здоровья детей, снижение уровня заболеваемости в МБДОУ целом.

Подготовка к здоровому образу жизни ребёнка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения для детей дошкольного возраста.

Литература:

1. Алямовская, В.Г. Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении /В.Г. 2. Алямовская //Дошкольное образование. - 2004. - №17-24.
3. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие – М.; Сфера, 2008.
4. Доскин В.А., Голубева Л.Г. Как сохранить и укрепить здоровье ребенка.- М.: Просвещение, Росмэн, 2006.- 144 с.
5. Доскин В.А., Голубева Л.Г. Растем здоровыми. – М.: Просвещение, 2004.- 112 с.
6. Бушневa И.М. и др. Педагогические советы /авт.-сост. И.М. Бушневa [др.]-Волгоград: Учитель, 2010.-250 с.
7. Сергиенко, Т.Е. Работа с педагогами по повышению их компетентности в области здорового образа жизни дошкольников /Т.Е. Сергиенко //Методист. - 2006. - №10. - С.63-68.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ЛОГОПЕДИИ В УСЛОВИЯХ ВВЕДЕНИЯ ФГОС ДО

*М.Л. Хисамова, учитель-логопед
МБДОУ «Детский сад «Солнышко»
Акусбаевского муниципального района Республики Татарстан*

Раскрывая понятие здоровьесберегающие образовательные технологии, важно отметить, что речь идет не о какой-то одной универсальной и чудодейственной технологии, а комплексной системе, направленной на коррекцию речевого нарушения, личностное сохранение ребенка и состояние его здоровья.

Одной из задач ФГОС дошкольного образования является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. (приказ Министерства образования и науки РФ от «17 октября 2013 г. № 1155)

Актуальностью применения здоровьесберегающих технологий

- гиподинамия (нарушение функций опорнодвигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения, нарушение зрения и т.п.)

-детские стрессы (нервные расстройства вследствие отрицательной психологической обстановки в семье, излишнего шума и нервности в детском коллективе)

-тревожность (недостаток эмоциональной поддержки в детском саду и семье, недостаток информации)

В процессе коррекционной работы логопеда возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья детей. Здоровьесберегающие технологии влияют на формирование гармоничной, творческой личности и подготовки его к самореализации в жизни с опорой на ценностные ориентиры, такие как здоровье. Поэтому одна из главнейших задач

логопедической работы – создание такой коррекционно–образовательной системы, которая не только бы сохраняла здоровье ребёнка, но и “приумножала” его.

1. В своей практической деятельности я применяю следующие здоровьесберегающие технологии:

Артикуляционная гимнастика, которая является неотъемлемой и очень важной частью логопедической работы.

Для четкой артикуляции нужны сильные, упругие и подвижные органы речи – язык, губы, небо. Цель артикуляционной гимнастики – выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

Регулярное выполнение поможет:

улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);

улучшить подвижность артикуляционных органов;

укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;

уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов.

Дыхательная гимнастика.

Неотъемлемая часть оздоровительного режима – дыхательная гимнастика, способствующая развитию и укреплению грудной клетки. Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмального – речевого дыхания (оно считается наиболее правильным типом дыхания). Ведётся работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Кроме оздоровительного значения – выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей работы над коррекцией звукопроизношения. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Кроме того, дыхательная гимнастика оказывает на организм человека комплексное лечебное воздействие:

положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани;

способствует восстановлению нарушенных в ходе болезни нервных регуляций со стороны центральной нервной системы;

улучшает дренажную функцию бронхов;

восстанавливает нарушенное носовое дыхание;

исправляет развившиеся в процессе заболеваний различные деформации грудной клетки и позвоночника.

Развитие мелкой моторики пальцев рук.

Развитию мелкой моторики пальцев рук на коррекционных занятиях уделяется особое внимание, так как этот вид деятельности способствует умственному и речевому развитию, выработке основных элементарных умений, формированию графических навыков.

Движения организма и речевая моторика имеют единые механизмы, поэтому развитие тонкой моторики рук напрямую влияет на развитие речи. Именно поэтому пальчиковая гимнастика должна занимать прочное место в наших занятиях с детьми.

У детей с задержкой речевого развития наблюдается плохая координация мелкой моторики пальцев рук. И как следствие – может развиваться дисграфия (нарушение письма). Развитие движения пальцев как бы подготовит платформу для дальнейшего развития речи.

Целесообразно сочетать упражнения по развитию мелкой моторики с собственно речевыми упражнениями.

Массаж и самомассаж.

При систематическом проведении массажа улучшается функция рецепторов проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами. Виды развивающего массажа, используемые в логопедической практике:

массаж и самомассаж лица;

массаж и самомассаж кистей и пальцев рук;

аурикулярный массаж (массаж ушных раковин);

массаж языка.

Это массаж, выполняемый самим ребенком (взрослым, подростком), страдающим речевой патологией, является средством дополняющим воздействие основного массажа.

Цель логопедического массажа и самомассажа – стимуляция кинестетических ощущений мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата.

Показания для массажа: дислалии; различные виды дизартрии;

Алалии, неврозоподобное заикание; послеоперационный период при ринолалии; нарушения тонуса мышц приводящие к нарушениям голоса.

Релаксация.

Релаксация (от лат. relaxation – ослабление, расслабление) – глубокое мышечное расслабление, сопровождающееся снятием психического напряжения.

Выполнение релаксационных упражнений очень нравится детям, т. к. в них есть элемент игры. Они, в отличие от взрослых, быстро обучаются непростому умению расслабляться.

Расслабляясь, возбужденные беспокойные дети постепенно становятся более уравновешенными, внимательными и терпеливыми. Дети заторможенные, скованные, вялые и робкие приобретают уверенность, бодрость, свободу в выражении своих чувств и мыслей.

Такая системная работа позволяет детскому организму сбрасывать излишки напряжения и восстанавливать равновесие, тем самым сохраняя психическое здоровье.

Комплексы упражнений, направленных на профилактику нарушений зрения. Зрительная гимнастика.

Девяносто процентов всей информации об окружающем мире человек получает с помощью органов зрения. Нагрузка на глаза у современного ребёнка огромная, а отдыхают они только во время сна. Гимнастика для глаз полезна всем в целях профилактики нарушений зрения. Специалистами по охране зрения разработаны различные упражнения.

Целью проведения зрительной гимнастики - является формирование у детей дошкольного возраста представлений о необходимости заботы о своем здоровье, о важности зрения, как составной части сохранения и укрепления здоровья. Для того чтобы, гимнастика для глаз была интересной и эффективной, необходимо учитывать особенности развития детей дошкольного возраста, она проводится в игровой форме, в которой дети могут проявить свою активность.

Зрительная гимнастика используется:

- для улучшения циркуляции крови и внутриглазной жидкости глаз для укрепления мышц глаз
- для улучшения аккомодации (это способность глаза человека к хорошему качеству зрения на разных расстояниях)

Зрительную гимнастику необходимо проводить регулярно 2-3 раза в день по 3-5 минут. Для гимнастики можно использовать мелкие предметы, различные тренажеры. Гимнастику можно проводить по словесным указаниям, с использованием стихов, потешек.

При подборе гимнастики для глаз учитывается возраст, состояние зрения и быстрота реакции ребенка. Дети во время проведения зрительной гимнастики не должны уставать. Надо следить за напряжением глаз, и после гимнастики практиковать расслабляющие упражнения.

Для занятий с использованием технологий здоровьесбережения характерны следующие моменты:

- 1.- в организационный момент включаются релаксационные и психофизические упражнения, психогимнастика.
- 2.- в ходе занятия предусматриваются мимические, голосовые, дыхательные и физические упражнения.
- 3.- динамические паузы и физминутки, несут дополнительную речевую нагрузку, обусловленную темой занятия.
- 4.- предусматриваются задания на коррекцию психофизических функций.

Литература:

1. Интернет-ресурсы:

<http://nsportal.ru/>

<http://detsad-kitty.ru>

<http://www.1umka.ru>

<http://pochemu4ka.ru/>

<http://doshkolnik.ru/>

<http://my-rabota.3dn.ru/>

<http://www.maaam.ru/detskijasad/zdorovesberegayuschie-tehnologi-v-detskom-sadu.html>

2. Зуева Л. Н. Занимательные упражнения по развитию речи. Логопедия для дошкольников. В 4 альбомах.
3. Скворцова. Логопедические игры.
4. Волков Г.А. Логопедическая ритмика.
5. Смирнова Л. Н. Логопедия в детском саду.
6. Буренина А. И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста).

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПРОФИЛАКТИКА ПЛОСКОСТОПИЯ ПОСРЕДСТВОМ ОРТОПЕДИЧЕСКИХ КОВРИКОВ.	
<i>А.А. Артемьева</i>	4
2. КОНСПЕКТ МАСТЕР-КЛАССА «МОЯ ГАЛАКТИКА». <i>Е.Л. Выборнова</i>	5
3. ПРОЗРАЧНОЕ ЧУДО. <i>О.Н. Салеева</i>	8
4. МАСТЕР-КЛАСС ДЛЯ ПЕДАГОГОВ «ЦВЕТОТЕРАПИЯ – ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ». <i>Новикова З.В.</i>	8
5. НЕСТАНДАРТНОЕ СПОРТИВНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ В РАМКАХ ПРИМЕНЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДОУ. <i>В.В. Пескарева</i>	10
6. ЗАКАЛИВАЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ В УСЛОВИЯХ ДОУ.	
<i>Л.М. Лизунова</i>	11
7. ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОЕКТА «ЛОВКИЕ РЕБЯТА, ИГРИВЫЕ ДЕВЧАТА!».	
<i>Н.Г. Сайфутдинова</i>	14
8. ФОРМИРОВАНИЕ ПРИВЫЧКИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.	
<i>Р.Р. Макарова</i>	16
9. ПРИМЕНЕНИЕ ИКТ В ПОМЕЩЕНИЯХ И НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ.	
<i>Зотова И.Е.</i>	18
10. ГИМНАСТИКА ПРОБУЖДЕНИЯ - ЭФФЕКТИВНАЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ СОХРАНЕНИЯ И СТИМУЛИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ МЛАДШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ. <i>Р.Р. Хасанишина</i>	29
11. САМОМАССАЖ – ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ОБУЧЕНИЯ МЛАДШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ. <i>Е.А. Кирилова</i>	31
12. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В МУЗЫКАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ. <i>Назарова О.Н.</i>	34
13. ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ КРУЖКА «РИТМИЧЕСКАЯ МОЗАИКА» КАК ОДНО ИЗ УСЛОВИЙ СОХРАНЕНИЯ И СТИМУЛИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ ВОСПИТАННИКОВ. <i>Л.Р. Валиева</i>	38
14. ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА. <i>А.А. Игнатьева</i>	40
15. ПРИМЕНЕНИЕ СЕНСОРНЫХ ЭТАЛОНОВ ДЛЯ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ.	
<i>И. Н. Тимошкина</i>	42
16. ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ПРИЕМЫ – КАК ТЕХНОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА. <i>Т. В. Спирина</i>	43
17. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ – ОСНОВА УСПЕХА РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС В ДОУ. <i>Ю. А. Сергеева</i>	46
18. МАСТЕР-КЛАСС «ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ В ПСИХИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА. <i>Н. Я. Новикова</i>	47
19. ВЛИЯНИЕ МУЗЫКИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА. <i>Т. С. Наумкина</i>	48

20. ПРЕДМЕТНО-РАЗВИВАЮЩАЯ СРЕДА ПО СЕНСОРНОМУ РАЗВИТИЮ В ГРУППЕ ДЕТЕЙ С ОВЗ. <i>Е. В. Зайцева</i>	51
21. ХРОМОТЕРАПИЯ, КАК ФАКТОР УКРЕПЛЕНИЯ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ. <i>О.Н Степанова</i>	54
22. ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ КАК ВИД ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ТЕХНОЛОГИИ. <i>Л.Ф. Фахретдинова</i>	56
23. НЕСТАНДАРТНОЕ ПОСОБИЕ – БИЗБОРД, НАПРАВЛЕННОЕ НА РАЗВИТИЕ ТАКТИЛЬНЫХ ОЩУЩЕНИЙ, МЕЛКОЙ МОТОРИКИ И КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ ПАЛЬЦЕВ РУК. <i>И.Р. Гильмуллина</i>	58
24. ИГРОВАЯ ГИМНАСТИКА ПРОБУЖДЕНИЯ ПОСЛЕ ДНЕВНОГО СНА. <i>Е.Н. Беспалова</i>	60
25. РОЛЬ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ РАЗВИВАЮЩИХ ИГР В ВОСПИТАНИИ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ У ДОШКОЛЬНИКОВ. <i>Г.З. Тимофеева</i>	62
26. ГОРИЗОНТАЛЬНЫЙ ПЛАСТИЧЕСКИЙ БАЛЕТ – ТЕХНОЛОГИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ. <i>Н.В. Артемьева</i>	65
27. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ДОШКОЛЬНОЕ ДЕТСТВО В РАМКАХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. <i>А.В. Клементьева</i>	66
28. СКАЗКОТЕРАПИЯ В СОЗДАНИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО КОМФОРТА РЕБЕНКА ДОШКОЛЬНИКА. Мәктәпкәчә яшьтәге балаларда унай эмоциональ халәт тудыруда әкият терапиясе куллану. <i>Г.Г. Камалова</i>	69
29. ЗАМОК-ТРАНСФОРМЕР» АВТОРСКОЕ ИГРОВОЕ ПОСОБИЕ МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНОГО ДЕЙСТВИЯ. <i>А.В. Ахсанова</i>	72
30. ПОЛНОЦЕННОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ЗДОРОВЬЕ ДОШКОЛЬНИКА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ. <i>Н.А. Юхмальчина</i>	74
31. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ ТАТАРСКОМУ ЯЗЫКУ В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ УМК. <i>Р.В. Шайхутдинова</i>	77
32. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОГО ЦИКЛА (МУЗЫКА). <i>Э.А. Мингазова</i>	79
33. ПРЕЗЕНТАЦИЯ ПРОЕКТА В НАПРАВЛЕНИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ «ВСЕОБУЧ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «РОДИТЕЛЬ-РЕБЕНОК-ДЕТСКИЙ САД». <i>Л.Ф. Колесников</i>	85
34. ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ В УСЛОВИЯХ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ. <i>Н.Н. Ермишкина</i>	88
35. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В ДОУ В УСЛОВИЯХ ФГОС ДО. <i>Л.М. Данилова</i>	91
36. ОРГАНИЗАЦИЯ ПРЕДМЕТНО-РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗОЖ В МЛАДШЕМ ВОЗРАСТЕ. <i>Васькова З.А., Ендирякова Н.П.</i>	93
37. КОМПЛЕКСНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДЕТСКОМ САДУ В СООТВЕТСТВИИ С ФГОС ДО. <i>Васькова З.А.</i>	95
38. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ. <i>Л.А. Миронова</i>	99
39. ВИДЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ В ДОШКОЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ В УСЛОВИЯХ ВВЕДЕНИЯ ФГОС ДО. <i>В. Х. Залакова</i>	103

39. ИГРОВОЙ СТРЕТЧИНГ - КАК ИННОВАЦИОННАЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ ДОШКОЛЬНИКОВ. <i>Н.С. Совкова</i>	105
40. СКАЗКОТЕРАПИЯ – ИННОВАЦИОННАЯ ФОРМА ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ. <i>Э.Т. Абунагимова</i>	106.
41.ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ДОУ В УСЛОВИЯХ ФГОС. <i>О.М. Смурьгина</i>	108
42. ИГРОВОЙ МАССАЖ. ИНТЕРПРЕТАЦИЯ И АДАПТИРОВАННЫЙ ВАРИАНТ МЕТОДИК СПЕЦЗАКАЛИВАНИЯ ДЕТЕЙ ПО СИСТЕМЕ А. УМАНСКОЙ И К. ДИНЕЙКИ. <i>Л.Н. Михайлова</i>	110
44. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В УСЛОВИЯХ ВВЕДЕНИЯ ФГОС В ДОШКОЛЬНЫЕ ОРГАНИЗАЦИИ. <i>Р.З. Сафина</i>	116
45. ПРИМЕНЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДЕТСКОМ САДУ. <i>Г.Ф. Нутфуллина</i>	118
46. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ЛОГОПЕДИИ В УСЛОВИЯХ ВВЕДЕНИЯ ФГОС ДО. <i>М.Л. Хисамова</i>	121

Ответственность за точность цитат, имен, названий и иных сведений, а также за соблюдение законов об интеллектуальной собственности несут авторы публикуемых материалов