



Министерство образования Ставропольского края
Государственное казенное дошкольное образовательное учреждение
«ДЕТСКИЙ САД № 15 «Ласточка»
356146 г. Изобильный, улица Школьная– 3а;
ИНН 26070100063, КПП260701001
тел., факс (886545) 2-80-31
электронный адрес: gdou15@mail.ru

Обобщение педагогического опыта работы
тема:

**«Использование
здоровьесберегающих технологий
в образовательном процессе»**

Подготовили:
воспитатели Кудренко, Л. И.Е. А. Шпак



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

➤ **Здоровьесберегающие технологии** - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.





Три группы здоровьесберегающих технологий:

Технологии сохранения и стимулирования

здоровья:

ритмопластика,
динамические паузы,
подвижные и
спортивные игры,
релаксация, технологии
эстетической
направленности,
гимнастика
пальчиковая,
гимнастика для глаз,
гимнастика
дыхательная,
гимнастика бодрящая,
гимнастика
корректирующая,
гимнастика
ортопедическая.

Технологии обучения здоровому образу жизни:

физкультурное
занятие, проблемно-
игровые
(игротренинги и
игротерапия),
коммуникативные
игры, беседы из серии
«Здоровье»,
самомассаж, точечный
самомассаж

Коррекционные технологии:

арт-терапия,
технологии
музыкального
воздействия,
сказкотерапия,
технологии
воздействия
цветом,
технологии
коррекции
поведения,
психогимнастика,
фонетическая и
логопедическая
ритмика.



Подвижные и спортивные игры





Арт - терапия

Сказкотерапия

музыкотерапия

**Коррекционные
здоровьесберегающие
технологии:**

логоритмика

игротерапия

психогимнастика

релаксация

Сказкотерапия

Используем для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. В своей работе чаще используем авторские сказки, т.к. в них есть много поучительного. Сказки не только читаем, 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.



Музыкотерапия

Широко используем музыку для сопровождения НОД детей (изодейательность, конструирование, ознакомлению с окружающим миром , а также в качестве вспомогательного средства как часть других технологий, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя.) Спокойная музыка, вызывающая ощущения радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания. Музыка Баха, Моцарта, Бетховена оказывает антистрессовое воздействие, создаёт положительный эмоциональный фон (снятие фактора тревожности); стимулирует двигательные функции; развивает и корректирует двигательные процессы (ощущения, восприятия, представления) и сенсорные способности; растормаживает речевые функции.



Арт - терапия

Лечение искусством, творчеством увлекает детей, отвлекает от неприятных эмоций, подключает эмоциональные резервы организма. Работа с природными материалами – глиной, песком, водой, красками. Арт-терапевтические техники, помогающие снять нервное напряжение и подключить внутренние резервы организма ребенка таких как: красочная живопись с помощью пальцев, красочная живопись с помощью ног, живопись с помощью пальцев на песке, крупе (манка, овсянка, горох и т.д.), отпечатки рук на прохладном, теплом песке.





Игротерапия

Игра имеет сильное влияние на развитие личности ребенка, способствует развитию общения, коммуникации, созданию близких отношений, повышает самооценку. В игре формируется произвольное поведение ребенка, его социализация. Мы используем игры как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате – со средней степенью подвижности. Игры подбираем в соответствии с возрастом детей, местом и временем ее проведения.



Релаксация

Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Наша задача состоит в том, чтобы научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать своё тело. С этой целью в своей работе мы используем специально подобранные упражнения и этюды на расслабление определенных частей тела и всего организма. Для этой работы используем спокойную, классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы.





Артикуляционная гимнастика.

Артикуляционная гимнастика – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата.

Цель артикуляционной гимнастики — выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, умение объединять простые движения в сложные, необходимых для правильного произношения звуков. Выполнение артикуляционных упражнений полезно в любом возрасте, так как четкая артикуляция – основа хорошей дикции.





Психогимнастика.

Чтобы научить детей сдерживать, контролировать свои эмоции, мы используем упражнения на расслабление, снятие напряжения, создание игровой ситуации. Упражняем детей в умении изображать выразительно и эмоционально отдельные эмоции, движения. Психогимнастика помогает детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дает возможность самовыражения.





Вывод:

Использование здоровьесберегающих технологий в коррекционной работе способствуют:

- ❖ *снижению уровня заболеваемости;*
- ❖ *развитию общей и мелкой моторики,*
- ❖ *повышению речевой активности;*
- ❖ *улучшению внимания, памяти, восприятия;*
- ❖ *умению видеть, слышать, рассуждать;*
- ❖ *коррекции поведения и преодолению психологических трудностей;*
- ❖ *снятию эмоционального напряжения и тревожности*





Спасибо
за внимание

