



Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
Детско-юношеский центр «Синяя птица» г. Томска

*Областной конкурс методических материалов педагогических
работников, реализующих дополнительные
общеобразовательные программы, посвященном 80-летию
Победы в Великой Отечественной войне и Году защитника*

Номинация «Методические разработки»

Презентация по теме:

**«ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВЫХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ
ТЕХНОЛОГИЙ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО
ВОЗРАСТА»**



**Подготовила:
Кривцова Надежда Владимировна,
педагог дополнительного образования**

Томск-2025

Содержание

1. Аннотация и пояснительная записка
2. Презентация «Использование игровых здоровьесберегающих технологий с детьми старшего школьного возраста.

Аннотация

Одним из важных направлений работы с дошкольниками является сохранение здоровья детей. Оно рассматривается с точки зрения физической составляющей, психологической и эмоциональной.

В представленных методических материалах предлагается эффективное применение различных здоровьесберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста. Приводятся различные методы, приёмы и упражнения, используемые в практической деятельности. Педагоги дополнительного образования, воспитатели дошкольных образовательных учреждений смогут легко адаптировать представленный опыт в своей работе.

Практика показывает, что внедрение игровых здоровьесберегающих технологий в учебный процесс, позволяет сформировать у ребёнка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное их развитие.

Пояснительная записка

В наше время проблема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения становится особенно актуальной. Основными причинами ухудшения здоровья детей является дефицит двигательной активности, перегруженности детей различными кружками, секциями, занятиями. Дети быстро утомляются и теряют интерес к обучению, что отрицательно влияет на эффективность познавательных процессов.

На занятиях в группах дошкольного обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Учимся читать и решать» активно использую здоровьесберегающие технологии. Опыт педагогической деятельности свидетельствует, что здоровые и активные дети лучше усваивают информацию, реже болеют, более работоспособны, усидчивы и внимательны. Использование на занятиях динамических пауз, пальчиковой гимнастики помогает сформировать у детей привычки, которые в будущем помогут им сохранить и укрепить здоровье, предотвратить развитие различных заболеваний. Также здоровьесберегающие технологии развивают тактильное восприятие и мелкую моторику, развивают координацию движений и двигательные навыки.

Представленная слайд-презентация демонстрирует использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе в работе с детьми дошкольного возраста (5-7 лет). Динамические паузы, физкультминутки являются формами активного отдыха детей, снимают утомляемость и активизируют мышление, повышают умственную работоспособность.

Благодаря использованию здоровьесберегающих технологий у детей происходит: улучшение памяти, внимания, мышления, снижается утомляемость, улучшение общего эмоционального состояния.

Здоровье - важный фактор работоспособности и гармоничного развития детей, которому необходимо уделять большое внимание в жизни ребенка.



**Тема: «ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВЫХ
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ
С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»**

**Кривцова Н.В.,
педагог дополнительного образования
МАОУ ДО ДЮЦ «Синяя птица»**



Всем известно, что в наше время актуальной проблемой является сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. Основными причинами ухудшения здоровья детей является дефицит двигательной активности.

АКТУАЛЬНОСТЬ

Здоровье - важный фактор работоспособности и гармоничного развития детей. Здоровье не существует само по себе, оно нуждается в тщательной заботе на протяжении всей жизни человека. Задача раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья.

Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни.

ЦЕЛЬ здоровьесберегающих образовательных технологий

обеспечить ребёнку возможность сохранения здоровья, сформировать необходимые знания, умения и навыки не только общеобразовательного характера, но и здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Задачи здоровьесбережения:

1. Сохранить здоровье детей;
2. Создать условия для их своевременного физического и психического развития;
3. Научить использовать полученные знания в жизни



Основные принципы здоровьесбережения

- **«не навреди!»;**
- **системности и последовательности;**
- **доступности и индивидуальности;**
- **всестороннего и гармонического развития личности;**
- **чередования физических нагрузок и отдыха;**
- **постепенного увеличения оздоровительных нагрузок.**



Здоровьесберегающие технологии, используемые в воспитательно-образовательном процессе делятся на несколько видов.



В последнее время наблюдается тенденция перегруженности детей различными кружками, секциями, занятиями. Что же делать, как разгрузить и отвлечь детей от бесконечных заданий?

Помогут нам динамические паузы, пальчиковая гимнастика и т.д.

Динамические паузы это малый формат активного отдыха детей, которые снимают утомление и активизируют мышление детей, повышают умственную работоспособность. Развитие детей всегда происходит в движении. Использование динамических пауз со словами в стихотворной форме, забавные стихи и смешные потешки, разнообразные упражнения, имитирующие движения их содержания, позволяют проводить интересную, содержательную и яркую физкультминутку в любой момент, как только педагог заметит, что внимание детей становится рассеянным и им надо взбодриться.





Цель проведения динамических пауз - повысить или удержать умственную работоспособность детей на занятиях (по счету, развитию речи и т. п.), обеспечить кратковременный активный отдых для дошкольников во время занятий, когда значительную нагрузку испытывают органы зрения и слуха; мышцы туловища, особенно спины, находящиеся в статическом состоянии; мышцы кисти работающей руки.

Ритмический рисунок может выполняться самыми разными способами: хлопками, игрой пальцев на столе, шагом, бегом, прыжками. Для дошкольников наиболее интересна стихотворная форма таких игр-упражнений, так же можно выполнять под весёлую детскую музыку. Движения должны быть простыми, непринуждёнными, сочетаться со словом и музыкой. При проведении динамических пауз развиваются пластика движений, точность и координация как общей, так и мелкой моторики, выразительность голоса, мимика. Динамические паузы эффективно проводить между



Динамические паузы, физкультминутки

создают благоприятную
атмосферу



снимают напряжение,
вызванное
негативными
эмоциями.

Все занятия начинаются с
хорошего настроения.



Прозвенел звонок
Начинается урок.
Вы за парты тихо сели
На меня все
посмотрели.
Улыбнемся,
подмигнем
И занятие начнем.



На занятие по теме «Моя семья» я использовала динамическую паузу в стихотворной форме. Как и чем мы помогаем маме и папе, нужно было показать движением рук. Все это помогает снять напряжение и занятие становится интересным.



Моем полы

Раз, два, три, четыре -
Кто живет у нас в
квартире?
Мама, папа, брат,
сестренка,
Кошка Мурка, два
котенка,
Мой щенок, сверчок и я -
Наша дружная семья!



Моем посуду

Подвижные игры в качестве динамической паузы с детьми могут использоваться на всех видах занятий –

- подбираются игры средней подвижности,
- не требующие большого пространства,
- с несложными и хорошо знакомыми детям правилами.

Особенно эффективны игры, которые совпадают с тематикой образовательной деятельности. Могут проводиться в любой его части и в любое время, по усмотрению педагога.



«Апельсин»

Мы делили апельсин.

(дети разламывают воображаемый апельсин на дольки)

Много нас, (показывают 10 пальцев)

А он один. (показывают 1 палец)

Эта долька – для ежа.

Эта долька – для стрижа.

Эта долька – для утят.

Эта долька – для котят.

Эта долька – для бобра.

(загибают по одному пальчику на каждую строчку)

А для волка – кожура.

(бросательные движения правой рукой)

Он сердит на нас – беда!!!

(сжимают кулаки и прижимают их к груди)

Разбегайтесь – кто куда!!!

(«бегут» пальцами по столу)



Гимнастика пальчиковая



- Способствует овладению навыкам мелкой моторики
- Помогает развивать речь
- Повышает работоспособность коры головного мозга
- Развивает психические способности: мышление, память, воображение
- Снимает тревожность



Потешки

- Пальчик – мальчик,
Где ты был?
- С этим братцем
В лес ходил.
С этим братцем
Щи варил.
С этим братцем
Кашу ел.
С этим братцем
Песни пел!



«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)

«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым: пусть он работает, действует, бежит, кричит, пусть он находится в постоянном движении!»

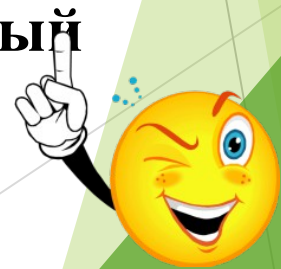
(Жан-Жак Руссо)



РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ОПЫТА

Благодаря использованию здоровьесберегающих технологий у детей происходит:

- улучшение памяти, внимания, мышления;**
- повышение способности к произвольному контролю;**
- улучшение общего эмоционального состояния;**
- повышается работоспособность, уверенность в себе;**
- стимулируются двигательные функции;**
- снижается утомляемость;**
- развивается дыхательный и артикуляционный аппарат;**
- стимулируется речевая функция.**



Давайте растить



детей здоровыми!