

*Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 23*

*Тема: «Использование современных
здоровьесберегающих технологий в воспитательно-
образовательном процессе ДОУ, способствующих
развитию творческих способностей
дошкольников».».*



Выполнила:

Пинтусова Наталья Александровна

Работая с детьми я обратила внимание на то, что ребята очень часто затрудняются проявлять творчество, фантазию и воображение на занятиях по физической культуре. Они стремятся правильно выполнять упражнения, проявляют интерес к определенному виду движений, различным играм, имеют представление о здоровом образе жизни; но при этом с трудом переносят накопленные знания в самостоятельную игровую деятельность, нередко испытывают затруднения и не стремятся к импровизации.

Привыкая к тому, что педагог предлагает готовый двигательный материал, дети не всегда могут самостоятельно создавать варианты движений. Отсюда вытекает проблема воспитания творческой личности. Поэтому сегодня следует рассматривать приобщение к физической культуре и как творческий процесс.



- ▶ Одним из средств для развития творческих способностей у детей является применение здоровьесберегающих технологий.



*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.*

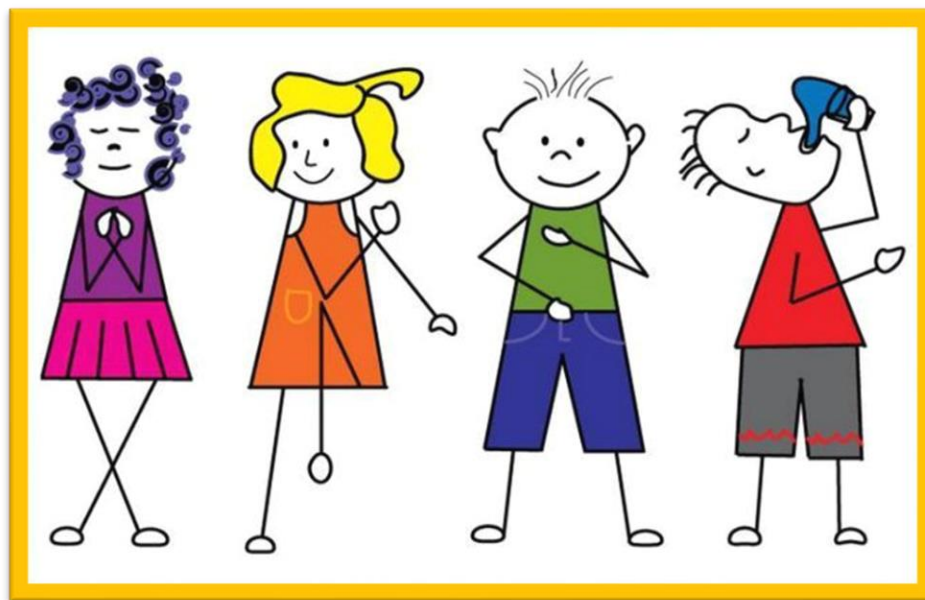
Цель здоровьесберегающих образовательных технологий - обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Здоровьесберегающие педагогические технологии применяются в различных видах деятельности и представлены как:

- ▶ технологии сохранения и стимулирования здоровья;*
- ▶ технологии обучения здоровому образу жизни;*
- ▶ коррекционные технологии.*



Кинезиология для дошкольников



Кинезиология -

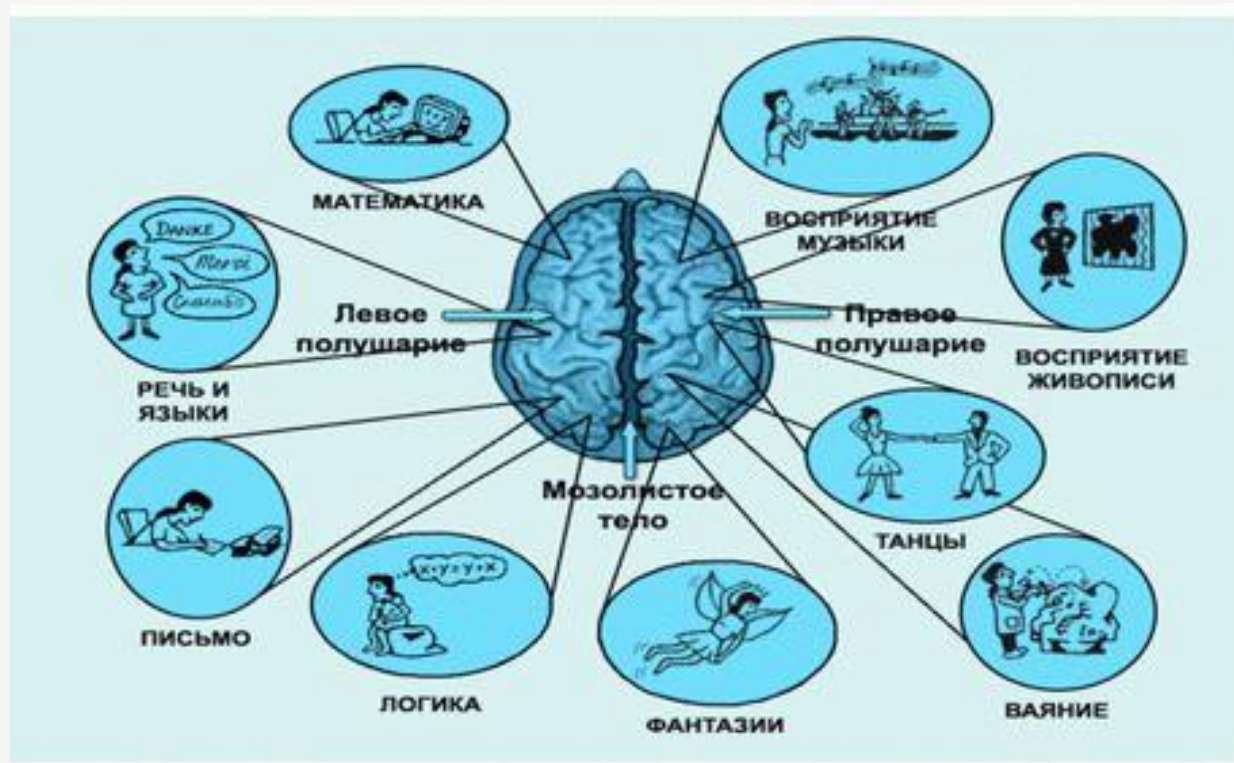
наука о развитии головного мозга через движение.

Кинезиологические упражнения:

- Повышается стрессоустойчивость;*
- Синхронизируется работа полушарий;*
- Улучшается мыслительная деятельность*
- Улучшается память, внимание.*



Основы кинезиологии



Что включают в себя комплексы кинезиологических упражнений?

- Дыхательные упражнения;*
- Глазодвигательные упражнения;*
- Телесные упражнения;*
- Упражнения для развития мелкой моторики;*
- Упражнения на релаксацию.*
- Растяжки;*



Дыхательные упражнения

способствует нормализации и оптимизации организма и его работы в целом.



«Задуть свечу»

«Нырять в воду»

«Надуть шарик»

«Дышим носом»



Глазодвигательные упражнения

«Глаза и язык»

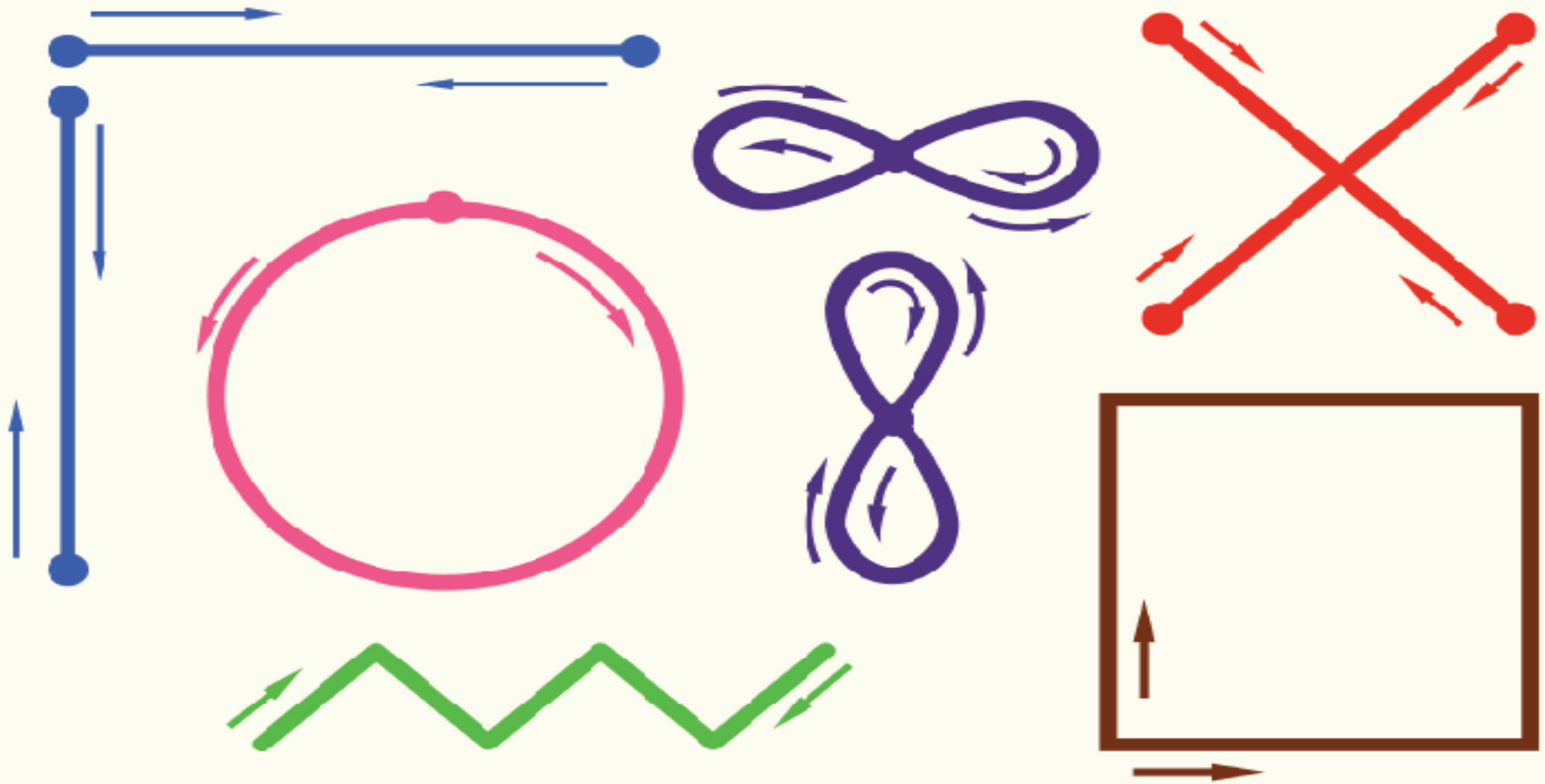
«Восьмерка»

«Глазки»

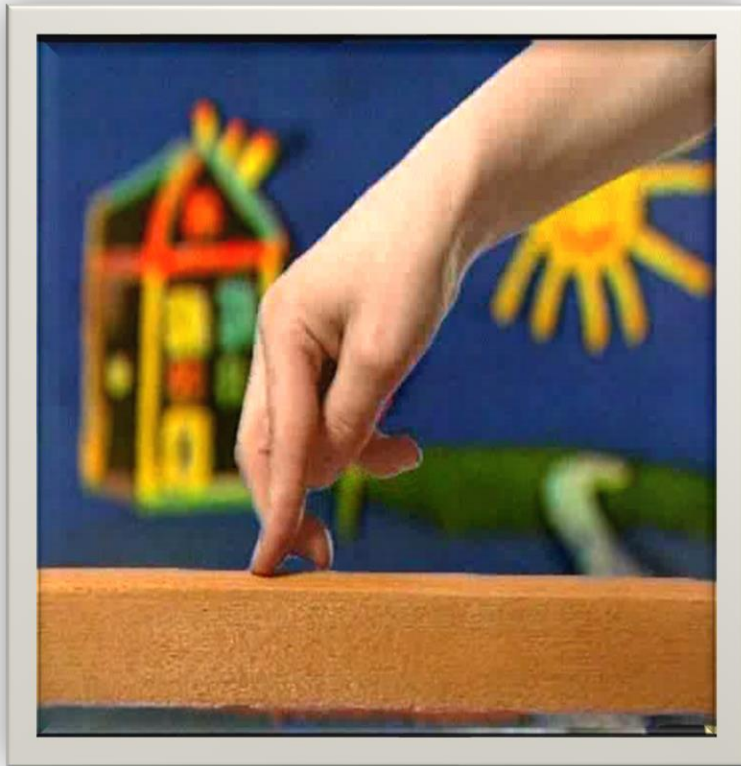
«Глаз-
путешественник»



Упражнения для глаз



Пальчиковая гимнастика



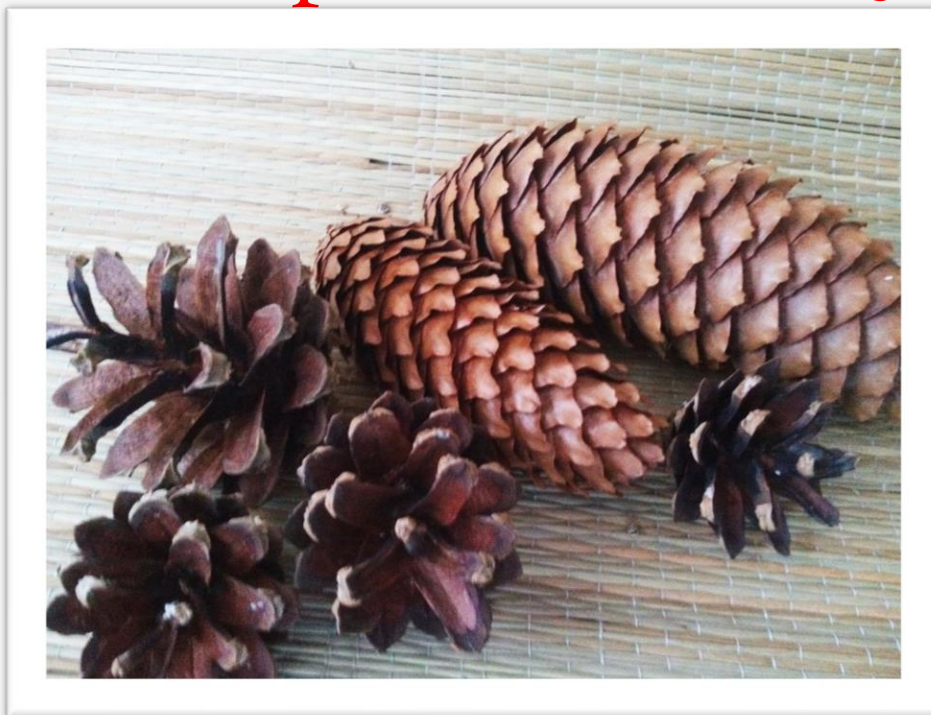
- Способствует овладению навыкам мелкой моторики
- Помогает развивать речь
- Повышает работоспособность коры головного мозга
- Развивает психические способности: мышление, память, воображение
- Снимает тревожность



*«Истоки способностей и дарования детей
– на кончиках их пальцев. От пальцев,
образно говоря, идут тончайшие нити –
ручейки, которые питают ум ребенка.
Другими словами, чем больше
мастерства в детской руке, тем умнее
ребенок» (В. Сухомлинский)*



Массаж с использованием природного материала - шишек



Массаж с разными крупами и бусами



Упражнения на развитие мелкой моторики



«Кулак-ребро-ладонь»

«Колечко»

«Лезгинка»



Су – Джок терапия



Су-Джок терапия

нормализует мышечный тонус, при этом содействуя снижению двигательной и эмоциональной расторможенности; воздействует на биологически активные точки по системе Су – Джок, при этом стимулирует речевые зоны коры головного мозга.



Достоинство терапии

Су-Джок:

- Высокая эффективность*
- Абсолютная безопасность*
 - Универсальность*





Телесные упражнения



«Перекрестное
марширование»

«Мельница»

«Робот»

«Колено-локоть»



Растяжка

“Сорви яблоки”

“Дерево”

“Снеговик”





Релаксация

«Путешествие на
облаке»

«Ковер-самолет»

«У моря»

«На лугу»



Самомассаж



Десять золотых правил здоровьесбережения

- Соблюдайте режим дня!
- Обращайте больше внимания на питание!
- Больше двигайтесь!
- Спите в прохладной комнате!
- Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!
- Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
- Гоните прочь уныние и хандру!
- Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
- Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
- Желайте себе и окружающим только добра!

Будьте здоровы!