

## **Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в МОУ Центре развития ребенка №2 Центрального района Волгограда.**

Применение здоровьесберегающих технологий помогает обеспечить более бережное отношение к физическому и духовному здоровью воспитанников, выявить и развить физические способности и творческий потенциал каждого ребенка. Здоровьесберегающие технологии, используемые в нашем детском саду, обеспечивают ребенку возможность сохранения здоровья, формируют у него необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни:

- *медико-профилактические* (обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств - технологии организации мониторинга здоровья дошкольников, контроля за питанием детей, профилактических мероприятий, здоровьесберегающей среды в ДОУ);
- *физкультурно-оздоровительные* (направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка — технологии развития физических качеств, закаливания, дыхательной гимнастики и др.);
- *обеспечения социально-психологического благополучия ребенка* (обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка и направленные на обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье; технологии психолого-педагогического сопровождения развития ребенка в педагогическом процессе ДОУ);

- *здоровьесбережения и здоровьедобогащения педагогов* (направленные на развитие культуры здоровья педагогов, в том числе культуры профессионального здоровья, на развитие потребности к здоровому образу жизни; сохранения и стимулирования здоровья (технология использования подвижных и спортивных игр, гимнастика (для глаз, дыхательная и др.), ритмопластика, динамические паузы, релаксация);
- *образовательные* (воспитания культуры здоровья дошкольников, личностно-ориентированного воспитания и обучения);
- *обучения здоровому образу жизни* (технологии использования физкультурных занятий, коммуникативные игры, проблемно-игровые (игротренинги, игротерапия), самомассаж); коррекционные (арт-терапия, технология музыкального воздействия, сказкотерапия, и др.)

В музыкальном воспитании используются следующие здоровьесберегающие технологии: организационно – педагогические и учебно – воспитательные, включающие в себя следующие формы и приемы работы: валеологические песенки – распевки, дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, оздоровительные и фонетические упражнения, игровой массаж, пальчиковые игры, речевые игры, музыкотерапия.

С валеологических песенок – распевов, в большинстве случаев, начинаются музыкальные занятия. Они используются для поднятия настроения к восприятию окружающего мира, для создания доброжелательного эмоционального климата на занятии, а также для подготовки голоса к пению. На музыкальных занятиях активно применяются упражнения дыхательной гимнастики В. Толкачевой и А. Стрельниковой с целью тренировки дыхательных мышц и регулировки работы дыхательного центра. На занятиях по логоритмике применяются артикуляционные гимнастики Е. Косиновой, Т. Куликовской, В. Цвынтарного, способствующие тренировке мышц речевого аппарата, ориентировке в пространстве, подготовке к правильному произнесению фонем.

Многолетняя практика работы помогла нам установить, что детям приятно хлопать в ладоши и топать, ходить босиком, так как это бессознательно посылает положительные сигналы внутренним органам. Именно поэтому в работе с детьми нами используется игровой массаж по А. Уманской, М. Картушиной, А.Галановой, который повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма и нормализует деятельность вестибулярного аппарата.

Для удовлетворения потребности детей в объеме двигательной активности, в течение занятия проводятся динамические перемены с музыкальным сопровождением, где используются пальчиковые игры и танцевальные упражнения, подвижные игры.

Использование речевых игр на музыкальных и коррекционно – развивающих занятиях эффективно влияет на развитие эмоциональной выразительности речи и двигательной активности. Речевое музицирование необходимо, так как музыкальный слух развивается в тесной связи с речевым слухом. В подборе речевых игр свой выбор остановила на играх по методике Т. Боровик и Т. Тютюнниковой, потому что тексты хорошо поются и ритмично декламируются хором, соло и дуэтом. Для заинтересованности детей к речевым играм добавляю музыкальные инструменты, звучащие жесты и движения.

Для преодоления у детей поведенческих проблем, эмоционального беспокойства, а также оказания помощи, связанных с развитием ребенка в кризисные периоды успешно используются элементы музыкотерапии: активное и пассивное слушание музыки, музыкальное моделирование.

Все занятия с использованием технологий здоровьесбережения эффективны при учете индивидуальных особенностей каждого ребенка, его интересов. В соответствии с этим занятия строятся на планировании, направленном на усвоение детьми определенного содержания и педагогической импровизации, варьирующей ход деятельности, его содержание и методы.

