

УДК 37

DOI 10.21661/r-555277

*Коваль К.В., Климовская Т.И., Коваль А.В., Мандрикова О.В.*

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Аннотация:** статья рассматривает проблематику использования здоровья берегающих технологий в образовательной деятельности ДОУ.

**Ключевые слова:** здоровье ребенка, здоровье берегающие технологии, образовательная деятельность, игровая деятельность.

*«Забота о здоровье ребёнка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил... и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это прежде всего забота о гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».*

В.А. Сухомлинский

Забота о здоровье – одна из важнейших задач каждого человека. Среди всех земных благ здоровье – ценный дар, данный человеку природой, заменит который нельзя ничем, однако люди не заботятся о здоровье так, как это необходимо. В условиях современной природной и социально-экономической ситуации проблема здоровья детей приобретает глобальный характер.

Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников, увеличение количества детей с нарушениями психического и речевого развития, диктует необходимость поиска механизмов, позволяющая изменить эту ситуацию.

В системе образования накоплен определённый опыт реализации здоровьесберегающих технологий. Здоровьесберегающая педагогика не является альтернативной всем другим педагогическим системам и подходам. Ее главная

особенность – приоритет здоровья, то есть грамотная забота о здоровье как обязательном условии образовательного процесса.

Реализация здоровьесберегающих образовательных технологий – такая организация образовательно-воспитательного процесса на всех уровнях, при которой происходит качественное развитие. Развитие и воспитание дошкольников происходит без нанесения ущерба их здоровью.

В познавательно-исследовательской деятельности при ознакомлении с миром природы в детском саду возможно и необходимо внедрять современные здоровьесберегающие технологии, которые доставляют не только радость и удовольствие малышам, но и способствуют оздоровлению детей, решают различные педагогические задачи по ознакомлению с миром природы дошкольников.

Система познавательно-исследовательской деятельности предполагает использование следующих здоровьесберегающих технологий:

1. Валеологические песенки-распевки.
2. Дыхательная и артикуляционная гимнастика.
3. Пальчиковые игры.
4. Игровой массаж.
5. Речевые игры с движениями (логоритмика).
6. Музыкалотерапия.

Познакомимся с некоторыми здоровьесберегающими технологиями в познавательно-исследовательской деятельности при ознакомлении дошкольников с миром природы.

1. Валеологические песенки-распевки (поднимают настроение, создают положительный настрой к предстоящей деятельности).

2. Игровой массаж (улучшает циркуляцию крови, влияет на обменные процессы, поднимает настроение). Ребёнок выполняет массаж определённых частей тела (массирует лобик, носик, ушки и т. д.).

Для массажа ступней ног и развития координации движений используются коврики из веревки с узелками, пробками («Переправа через мост», «идем по тропинке в лес»).

При проведении игр с элементами массажа происходит целенаправленное воздействие на биологически активные точки кожи, но ребенок здесь не просто «работает», а играет своим телом. Он мнет, разглаживает, «лепит» свое тело, словно ваятель, как бы заново создавая, его по законам красоты.

3. Дыхательная гимнастика – играет важную роль в системе оздоровления дошкольников, ведь ослабленное дыхание не даёт возможности ребёнку правильно строить предложения, проговаривать фразы и даже петь.

4. Артикуляционная гимнастика (выработка контроля за положение рта, подготовка к правильному произношению фонем).

5. Пальчиковые игры: в нашей работе используются «Игры и упражнения для развития речи» Н.М. Быковой, «Пальчиковые и жестовые игры в стихах для дошкольников» Е.А. Савельевой. Сборники включают в себя игры с движениями по основным лексическим разделам, которые ребенок дошкольного возраста должен освоить перед поступлением в школу. Эти игры и упражнения помогут не только сформировать у ребенка активный словарный запас, усвоить основные грамматические формы построения предложений родной речи, усвоить основные понятия о мире природы, совершенствовать общую моторику и мелкую моторику рук, но помогают сделать познавательно-исследовательскую деятельность интересной и веселой.

6. Физкультурная минутка как форма активного отдыха во время познавательно-исследовательской деятельности достаточно широко применяется с детьми дошкольного возраста. Цель проведения физкультурной минутки – повысить или удержать умственную работоспособность детей в деятельности, обеспечить кратковременный активный отдых для дошкольников во время деятельности.

7. Музыкотерапия (для снятия напряжения, восстановления функций всех органов).

Чаще всего, эти технологии используются интегрировано, в сочетании друг с другом и способствуют формированию представлений о мире природы. Применение к ним игрового метода является главным условием. Все виды

используемых здоровьесберегающих технологий подбираются в соответствии с темой познавательно-исследовательской деятельности.

### ***Список литературы***

1. Агапова И.А. Подвижные игры для дошкольников / Агапова И.А., Давыдова М.А. – М.: АРКТИ, 2008. – 124 с.
2. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие – М.: Сфера, 2008.
3. Доронина М.А. Роль подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста / Доронина М.А. // Дошкольная педагогика. – 2007. – №4. – С. 10–14.
4. Кольгина К. А. Дыхательная гимнастика для детей дошкольного возраста // Педагогическое мастерство: материалы V Междунар. науч. конф. (г. Москва, ноябрь 2014 г.). – М.: Буки-Веди, 2014. – С. 162–164.
5. Тихомирова Л. Ф. Теоретико-методические основы здоровьесберегающей педагогики: монография / Л. Ф. Тихомирова. – Ярославль, Изд-во ЯГПУ, 2004. – 240 с.

---

**Коваль Клара Викторовна** – заведующая, МДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №27 п. Разумное», Разумное, Россия.

**Климовская Татьяна Ивановна** – воспитатель, МДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №27 п. Разумное», Разумное, Россия.

**Коваль Ангелина Владимировна** – педагог-психолог, МДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №27 п. Разумное», Разумное, Россия.

**Мандрикова Олеся Владимировна** – воспитатель, МДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №27 п. Разумное», Разумное, Россия.

---