(cc) BY

Нурмиева Марина Вячеславовна
воспитатель
Бикмуллина Ольга Вячеславовна
воспитатель
Левина Наталья Александровна
воспитатель
МБДОУ «Д/С №58 присмотра и оздоровления»
г. Казань, Республика Татарстан

ВЛИЯНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация*: в данной работе рассматривается влияние современных инновационных технологий на здоровье детей дошкольного возраста.*

Ключевые слова*: инновационные технологии, влияние, дети дошкольного возраста.*

Сохранение и укрепление здоровья ребенка – первооснова его полноценного развития. В любом цивилизованном обществе нет более важной и главной ценности, чем здоровье детей, а следовательно, приоритет должен быть отдан решению в первую очередь задач, связанных с детским здоровьем.

Проблема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения страны сейчас не просто одна из ряда важных задач, существующих в нашем обществе, она приобретает приоритетное значение.

В программе дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, которую мы реализуем, особое внимание уделяется сохранению и укреплению здоровья детей. Главная цель физического воспитания в дошкольном образовательном учреждении состоит в том, чтобы удовлетворить естественную биологическую потребность детей в движении, добиться хорошего уровня здоровья и физического развития детей.

Первоочередные задачи, которые мы ставим перед собой:

– формирование у детей потребности в двигательной активности;

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

– создание условий для эмоционального и двигательного раскрепощения, появления чувства радости и удовольствия от движений.

Физическое развитие детей и здоровьесберегающие технологии занимают одну из важных ступеней в требованиях Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО). В своей работе мы используем игровые технологии как эффективное средство здоровьесбережения воспитанников.

Здоровьесберегающие технологии – это совокупность педагогических, психологических воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья, формирование осознанного и ценностного отношения к своему здоровью. Согласно трактовке В.Ф. Базарного [1], они подразделяются на следующие подвиды:

1. Организационно-педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующие предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний.

2. Психолого-педагогические технологии, связанные непосредственно с работой педагога с детьми.

3. Учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья.

В качестве примера можно привести использование элементов биоэнергопластики.

В нашем детском саду оздоровительная работа ведется постоянно и систематически.

Мы используем в работе с детьми много интересного по нетрадиционным и развивающим формам оздоровления (пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, подвижные игры, упражнения для расслабления и правильной осанки, мимические разминки, точечный массаж, профилактические упражнения и др.).

Пальчиковая гимнастика с проговариванием стихотворных форм (развивает мелкую моторику рук, способствует развитию мозговых центров речи).

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

(«Имена для пальчиков», «На прогулку», «Что я делала?», «Гости», «Домик». «Солнышко»).

Зрительная гимнастика направлена на улучшение и сохранение зрения, является профилактикой близорукости и дальнозоркости. «Волшебные» игры для глаз – это тренировка глазных мышц детей и успех здорового зрения в будущем. («Огуречик», «Котик», «Зоопарк», «Мяч», «Чайник», «Одуванчик» и т. д.). Например, «*Котик*»

Ходит котик по дорожке, (*взор переводят вправо, влево)*

Смотрит котик к нам в окошко, *(широко открывают глаза)*

Котик серенький, хвостик беленький *(моргают, закрывают глаза)*

Дыхательная гимнастика

Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют тренировке дыхательной мускулатуры, улучшает местное и мозговое кровообращение, предохраняет от переохлаждения, развивает еще несовершенную дыхательную систему ребенка, укрепляет защитные силы организма. В своей работе использовала: «Насос»

Накачаем мы воды,

Чтобы поливать цветы

(Наклон туловища вправо – влево с произнесением звука «с-с-с»)

«Пчелы»

Мы представим, что мы пчелы,

Мы ведь в небе – новоселы

(Развести руки в стороны – вдох, опустить руки вниз со звуком «з-з-з»)

«Задувание свечи»

Нужно глубоко вдохнуть,

Чтобы свечку нам задуть

(Сделать вдох, задержать дыхание, три коротких выдоха «фу-фу-фу»)

«Гудок парохода», «Барабанщик», «Самолет» и т. д.

Подвижные игры

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Игры позволяют снять физическую усталость с мышц, достичь эмоционального переключения с одного вида деятельности на другой. Подвижные игры особенно любимы детьми, ведь они – важный источник радостных эмоций. Игры стимулируют активную работу, мысли, способствуют расширению кругозора, совершенствованию всех психических процессов, формируют положительные нравственные качества у детей. («Воробьи и кот», «Мышки в кладовой», «Найди нужный цвет», «Паровозик», «Бездомный заяц», «Чьё звено скорее соберётся», «Перепрыгни через ручей», «Поймай комара»).

Игровой самомассаж

Дети с удовольствием выполняют самомассаж в игровой форме.

«Свинки»

Как на пишущей машинке

Две хорошенькие свинки

Всё постукивают, всё похрюкивают

Туки-туки-туки-тук! (кулачками)

Хрюки-хрюки-хрюки-хрюк! (поглаживание)

«Паровоз», «Божья коровка», «Строим дом», «Дождь», «Рельсы, рельсы» и др.

Осуществляя игровой массаж, ребенок может фантазировать, при этом воздействуя на весь организм. Игровой самомассаж расслабляет мышцы и снимает нервно – эмоциональное напряжение.

Динамические паузы на ООД

В процессе проведения физкультминуток, во время которых движения сочетаются со словом, естественно и ненавязчиво воспитывается поведение детей, развивается мышечная активность, корригируются недостатки речи, активизируется имеющийся словарный запас.

Гимнастика пробуждения включает в себя такие элементы как: поочередное и одновременное поднимание и опускание рук и ног, элементы пальчиковой гимнастики, гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики. Длительность такой гимнастики около 2–3 минут.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Корригирующие дорожки (*профилактика плоскостопия*).

Ходьба босиком с использованием «чудо»- ковриков или «дорожки здоровья». Такие дорожки являются хорошими помощниками в оздоровительной работе, которая включает в себя закаливание и профилактику плоскостопия.

Биоэнергопластика.

Это соединение движений артикуляционного аппарата и движений кистей рук.

Цель биоэнергопластики – выработка правильных, полноценных движений и определенных положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений рук, что улучшает моторные возможности ребенка по всем параметрам.

Таким образом, использование в физкультурно-оздоровительной работе традиционных и инновационных форм работы, закаливания и ряда средств оздоровления дает свои положительные результаты.

Список литературы

1. Базарный В.Ф. Здоровье и развитие ребенка: Экспресс-контроль в школе и дома. – М.: Аркти, 2005.

2. Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников. Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр. – М.: ВАКО, 2005.

3. Левитес Д.Г. Педагогические технологии: учебник. – М.: ИНФРА-М, 2019.

4. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования: учеб. пособие / Е.С. Полат, М.Ю. Бухаркина, М.В. Моисеева, А.Е. Петров; под. ред. Е.С. Полат. – М.: Издат. Центр «Академия», 2002.

5. Олешков М.Ю. Современные образовательные технологии: учеб. пособие. – Нижний Тагил: НТГСПА, 2011.

6. Умные ручки: пальчиковые потешки для детей от 3 месяцев до 7 лет: практ. пособие /авт.-сост. А. Хвостовцев. – Новосибирск: Сибир. Университет. Изд-во, 2008.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)