# Тема: «Применение нетрадиционных технологий при организации образовательного процесса в группе раннего возраста с  использованием здоровьесберегающих технологий»

**Воспитатель:Любезнова А.С.**

Здоровьесберегающая технология – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия педагогов, медиков, психолога (при наличии) с целью сохранения и укрепления здоровья ребенка.

Какие же задачи мы ставим перед собой для сохранения и здоровья детей

-это создание комфортных условий для развития, обучения, оздоровления детей

сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности

создание положительного эмоционального настроя и снятие психоэмоционального напряжении

Ранний возраст -это возраст, который ограничен малыми возможностями самих малышей, но одновременно очень важный период в жизни человека, в котором закладываются все основные кирпичики его будущего благополучия.

В связи с этим организация работы по сохранению и укреплению здоровья детей требует активного участия взрослых.

В своей работе чтобы детям было комфортно, уютно, доступно, увлекательно мы используем такие здоровьесберегающие технологии как

различные виды гимнастик:

Утренняя гимнастика это-комплекс специально подобранных упражнений которые создают у ребенка хорошее настроение, дают им не только оздоровительный, но и позитивный заряд на весь день.

Дыхательная гимнастика- это система упражнений на развитие речевого дыхания. Дыхательные упражнения позволяют очистить слизистую оболочку дыхательных путей и улучшает дренажную функцию бронхов, укрепляет дыхательную мускулатуру, улучшает самочувствие ребёнка.

Артикуляционная гимнастика- это система упражнений для развития речевых органов. Цель такой гимнастики – выработка полноценных движений речевых органов, необходимых для правильного произношения звуков и подготовка речевого аппарата для речевой нагрузки. Проведение артикуляционной гимнастики способствует рождению правильных звуков и усвоению слов сложной слоговой конструкции.

Пальчиковая гимнастика- развитие ребёнка связано с развитием движений пальцев рук. Третья часть всей двигательной проекции в коре головного мозга занимает проекция кисти руки. Поэтому тренировка тонких движений пальцев рук оказывает большое влияние на развитие активной речи ребёнка. Воздействуя на тонус руки ребёнка, с помощью комплекса пальчиковой гимнастики, происходит прямое воздействие на тонус речевого аппарата

Профилактическая – одна из разновидностей гимнастики, которая проводится для предупреждения и исправления дефектов опорно-двигательного аппарата: нарушения осанки, искривления позвоночника, плоскостопия и др. - укрепление свода и связок стоп, что является хорошим средством для профилактики и исправления плоскостопия.

Гимнастика для глаз- переключает детей на другой вид деятельности, снимает зрительное утомление, активизирует мыслительную деятельность.

Упражнения для глаз приносят пользу, так как тренируют мышцы, управляющие движением глаз, активизируют кровообращение в этой области, способствуют поступлению в ткани глаз достаточно количества кислорода, хорошо снимают умственное утомление.

В оздоровлении детей особое место уделяется закаливающим процедурам. Закаливание способствует укреплению здоровья и снижению заболеваемости. Также подобные мероприятия содействуют созданию обязательных условий и привычек здорового образа жизни

закаливания бывают солнечными лучами

Закаливание солнечными лучами — один из способов закаливание организма. Солнечные лучи являются сильным раздражителем. Под их воздействием на обнаженное тело происходят определенные изменения почти всех физиологических функций: повышается температура тела, учащается и углубляется дыхание, расширяются кровеносные сосуды, усиливается потоотделение, активизируется обмен веществ.

Воздухом- воздушные ванны улучшают терморегуляцию кожи и приводят к усилению выработки тепла во внутренних органах. Иммунитет ребенка автоматически повышается. Это в особой степени важно для часто болеющих малышей, а также для деток, страдающих различными формами диатеза.

Закаливание водой позволяет: Укрепить нервную систему; Улучшить рост мышечных тканей и костей; Активизировать обмен веществ; Повысить защитные функции всего организма. Традиционно закаливание водой детей, проводится местными или общими процедурами: умывание, обливание, обтирание, орошением горла прохладной водой.

Игротерапия- это отрасль медицины и психологии, где в процессе игровой деятельности происходит коррекция психических функций ребенка (внимания, памяти, мышления и т. д., развивается его эмоционально-волевая сфера. Играя, ребенок вступает в контакт с другими людьми, реагирует, наблюдает, запоминает, координирует движения, пополняет свой кругозор, радуется жизни.

Игры занятия на развитие движения-способствуют усилению деятельности костно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, благодаря чему происходит улучшение обмена веществ в организме и соответствующая тренировка функций различных систем и органов

Подвижные игры - одно из важных средств всестороннего воспитания детей дошкольного возраста. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Игры малой подвижности способствуют развитию памяти, сообразительности и наблюдательности, координации движений и быстроты реакции, ориентировки в пространстве и двигательных умений.

Кроме того, они доставляют детям удовольствие, создают хорошее на

строение, что немаловажно.

Эффективной профилактикой снижения заболеваемости

Эпизодично болеющих детей, является массаж и самомассаж.

Как лечебное средство они были известны ещё в глубокой

древности. При систематическом массаже усиливаются

рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами

и сосудами, нормализуется мышечный тонус, происходит

стимуляция тактильных ощущений.

Также в своей работе я использую технологию музыкального воздействия. Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы, вызывает различные эмоциональные состояния. Пение колыбельных песен, слушанье музыки создают для ребёнка чувство психологического комфорта и расслабления.

Сказкотерапию использую для психотерапевтической и развивающей работы. Использую авторские сказки, так как в них много поучительного. Сказки не только читаем, но и обсуждаем, и обыгрываем. Для этого используем кукольный театр.

Песокотерапия является одной из форм арт-терапии, от других форм этот процесс отличается простотой манипуляций, возможностью изобретения новых форм, кратковременностью существования создаваемых образов. Создание последовательных песочных композиций отражает динамику психических изменений. Использую во время прогулки и в свободной деятельности в группе.

Организованная образовательная деятельность, позволяет получать детям доступные их возрасту знания о человеке, формирует у малышей необходимые умения, совершенствует психологические процессы (восприятие, мышление, речь, а также побуждает ребёнка к активной познавательной деятельности).

Формирование культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у малышей через разные виды деятельности позволяет воспитать у них такие качества как опрятность, аккуратность, соблюдение чистоты и порядка, навыков культуры еды, как неотъемлемой части культуры поведения. Так как правильная организация питания даёт ребёнку ответы на вопросы: Что есть? Как есть? Когда есть? Ритуалы приготовления к приёму пищи, знания о пользе и вреде продуктов – всё это формирует в детях культуру здорового образа жизни с малых лет.

Реализацию здоровьесберегающих технологий невозможно представить без правильно организованной предметно пространственной развивающей среды. Развивающая среда доступна для ребенка, безопасна, подобрана с учетом возраста, индивидуальных особенностей детей. Среда обеспечивает полноту развития детской деятельности для полноценного физического, эстетического, познавательного и социального развития детей. Среда предоставляет ребёнку свободу действий, движений; оказывать влияние на здоровье, самочувствие, мироощущение ребенка; настраивать на эмоциональный лад.

Каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительное направление, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует привычку к здоровому образу жизни.

Работа с родителями. Является важной составляющей всего педагогического процесса, ведь от нашего сотрудничества многое зависит. С момента поступления ребенка в детский сад мы должны строить совместную работу, которая поможет ему быстро и безболезненно адаптироваться и влиться в коллектив.

Можно сказать, что ни одна, даже самая лучшая физкультурно-оздоровительная работа, не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется в сотрудничестве с семьей. В годовой план включен ряд мероприятий по просвещению родителей: беседы на темы: " Ваш ребенок поступает в детский сад", "Особенности воспитания и обучения детей раннего возраста", "Оздоровление и закаливание детей раннего возраста" и многие другие; даем необходимые консультации (индивидуальные и групповые.) , по вопросам адаптации детей к условиям ДОУ и на интересующие родителей темы. Проводим собрания, на которых выбирается актив группы, намечается план совместной работы с родителями, обсуждаются и рассматриваются различные вопросы касаемые воспитания, обучения и оздоровления детей. Мы стараемся привлечь родителей к участию в жизни группы и детского сада. Одним словом коллектив группы работает в тесном сотрудничестве с родителями своих воспитанников. Это приводит к положительным результатам.

Реализацию этих технологий осуществляю в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимных моментах и в свободной деятельности в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребенком.

Каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительное направление, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует привычку к здоровому образу жизни.

Таким образом комплекс мероприятий современных здоровьесберегающих технологий, который проводятся в раннем детстве, позволяет создать оптимальные условия для формирования культурного здорового образа жизни и улучшить качество здоровья каждого ребёнка.