«Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми раннего возраста».

Подготовил: воспитатель Глушкова О.Н. МБДОУ д/с №15 «Ласточка»

Слайд 1

Здравствуйте, уважаемые коллеги!

Я хочу сегодня поделится своим опытом работы, тема которого **«Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми раннего возраста».**

Почему я выбрала именно это направление?

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования главной задачей является: охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Слайд 2

Эта проблема волновала выдающиеся умы не одно столетие.

Еще в 18 веке французский писатель Ж. Руссо, говорил: «**Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным**, **сделайте его крепким и здоровым**: **пусть работает**, **действует**, **бегает**, **кричит**, **пусть он находится в постоянном движении…**

В настоящее время в наш детский сад приходит большое количество детей, с ярко выраженной гиперактивностью, психосоматическими и хроническими заболеваниями.

Дети раннего возраста относятся к группе риска. Адаптация, смена режима, окружающая обстановка и прочие факторы неблагоприятно сказываются на здоровье малышей: дети часто и тяжело болеют.

В связи с этим появляется необходимость профилактических мероприятий по охране и укреплению здоровья детей.

Комплекс таких мероприятий получил название «здоровьесберегающие технологии».

Слайд 3

Цель моей работы: **заложить основы здорового образа жизни используя различные формы работы.**

Поставив цель, я определила следующие **задачи (которые представлены на экране):**

- Подобрать и систематизировать материал по физкультурно-оздоровительной работе с детьми раннего возраста;
- Организовать предметно - развивающую среду для проведения занятий с детьми;
- Создание положительного эмоционального настроя и снятие психоэмоционального напряжения у малышей;
- Сформировать необходимые знания для здорового образа жизни;

- Научить использовать полученные знания в повседневной жизни.
- Разработать и оформить в виде информационных листов, буклетов, папок материалы для родителей.

Свою работу строю в тесном взаимодействии с воспитателями, узкими специалистами и родителями нашего детского сада.

Слайд 4

В период адаптации и для снижения заболеваемости в своей работе я использую следующие здоровьесберегающие образовательные технологии:

Технологии сохранения и стимулирования здоровья.

В нее входят:

Слайд 5, 6

- Закаливающие мероприятия – например «Кран откройся, нос умойся», «Водичка, водичка…», ходьба босиком по массажным дорожкам и коврикам после дневного сна, обязательно проветривание групповой комнаты и спальни.

Слайд 7

– **Пальчиковая гимнастика** - темы упражнений самые разнообразные: «Веселая мышка», «Паучки», «Домик на елке», «Крокодилы», и др.

– **Динамические паузы** – применяю комплексы мини упражнений «Зоркие глазки», «Где же наши ручки», «Рыбки плавают в пруду», «Пальчики гуляют» и др.

– **Гимнастика пробуждения** – постепенный подъём после сна, стараюсь включать спокойную музыку, сначала ребята делают упражнения в кроватках, переходим на ковер. Например: «Мы проснулись», «Котята», «Веселая зарядка» и другие.

– **Гимнастика для глаз** – стараюсь проводить в стихах, например:

Всю неделю по — порядку,
Глазки делают зарядку.
В понедельник, как проснутся,
Глазки солнцу улыбнутся,
Вниз посмотрят на траву
И обратно в высоту.
А сейчас расслабьте глазки,
поморгайте часто-часто
Без гимнастики, друзья,
Нашим глазкам жить нельзя!

– **Дыхательная гимнастика** – очень детям нравится упражнения с мыльными пузырями, «Насос», «Волшебные бутылочки», «Каша кипит», «Чей шарик быстрее» и тд.

Слад 8

– **Подвижные игры** - например на прогулке «Воробышки и автомобиль», «Мой веселый звонкий мяч», «Кто быстрее», в группе «Солнышко и дождик», «Лохматый пес», «Вышла курочка гулять» и тд.

Слайд 9 -10

К технологии обучения здоровому образу жизни относятся:

– **Утренняя гимнастика** - я разработала на каждую неделю комплекс упражнений и подобрала к ним музыкальное сопровождение: «Курочка Ряба», «Погремушки», «Веселые Петрушки», «Самолетики» и др.

Направлена она главным образом на решение оздоровительных задач.

В процессе утренней гимнастики решаются задачи физического, умственного нравственного, эстетического и трудового воспитания.

– **Физкультурные занятия** - стараюсь проводить занятия с музыкальным сопровождением. Использую нетрадиционное оборудование, такое как «Сенсорные мешочки», «Тактильные дорожки», «Сенсорный цветок», «Сенсорное панно».

Слайд 11 - 12

К коррекционным технологиям относятся:

– **Артикуляционная гимнастика** – изготовила разрезную картотеку упражнений для губ, щек, языка. А так же использую.

– **Музыкотерапию** — которая помогает снять напряжение, повысить эмоциональный настрой ребенка.

– **Сказкотерапию** – При адаптации ребенка к детскому саду, именно сказка облегчает ребенку вхождение в детский сад, а так же положительно влияет на его здоровье. Каждый день я сталкиваюсь с большими и маленькими проблемами. Надо умываться, а дети не любят, надо кушать, а они не хотят, надо одеваться, убирать игрушки, а они не желают. Как же с ними справиться? И вот тут на помощь приходят стихи, сказки, песенки, потешки, одним словом – **элементы сказкотерапии**.

Слайд 13 -14

Использование нетрадиционного материала:

Использование массажного Шарика су-джок малыши с удовольствием повторяют движения, стараюсь проводить упражнения в стихах:

Я мячом круги катаю взад-вперед его гоняю
Им поглажу я ладошку, а потом сожму немножко.
Каждым пальцем мяч прижму и другой рукой начну.

Детям моей группы очень нравятся массажи с использованием нетрадиционного материала: шарики су - джок, кисточки, пёрышки, бигуди, палочки. Также игровой массаж способствует установлению эмоционального

контакта, сплочению детского коллектива, если проводить его в парах или по кругу.

Слайд 15 - 16

- **Арт-терапия -** С помощью художественного творчества помогаю детям погасить отрицательные эмоции, отвлечься и успокоиться. В течение дня включаю в работу «Рисование пальчиками», «Рисование ладошками», «Рисование пластилином».

Слайд 17 РППС группы

Необходимым условием для эффективного руководства процессом привыкания к детскому учреждению и сохранению здоровья ребенка в адаптационный период является развивающая предметно - пространственная среда. Развивающая предметно - пространственная среда физкультурного уголка в него входит: (кегли, кубики пластмассовые, мячи разных размеров, кольцеброс, массажные мячики, палочки, флажки, ленты), является средством сбережения здоровья детей, способствует развитию личности ребёнка, является источником его индивидуальных знаний и социального опыта, обеспечивает физическую активность детей, является основой для их самостоятельной двигательной деятельности.

Слайд 18

Здоровьесберегающие технологии охватывают все сферы деятельности, в том числе и взаимодействие с родителями.

Провожу консультации и беседы: «Здоровье в порядке – спасибо зарядке!», «Значение режима дня в жизни дошкольника» и др.

Использую папки – передвижки («Растим здорового малыша», «Подвижные игры для детей раннего возраста», «Формирование правильной осанки и профилактика её нарушений», «Как одевать ребенка в зимнее время», «Не ленись, на зарядку становись», «Как обучать малыша культурно – гигиеническим навыкам» и т. д.).

Слайд 19

Мои воспитанники гармонично и физически развиваются, им интересно выполнять разнообразные упражнения, они учатся действовать самостоятельно. В соответствии с возрастными возможностями у них развивается координация движений, способны реагировать на сигналы, переключаться с одного движения на другое. Научились выполнять задания, действовать совместно. С большим желанием вступают в игровые действия с другими детьми.

Закончить свое выступление хочу словами Жамбыла Жабаева:

Здоровье ребенка превыше всего,
Богатство земли не заменит его.
Здоровье не купишь, никто не продаст.

Его берегите, как сердце, как глаз.

Слайд 20
Спасибо за внимание!