

Использование
здоровьесберегающих
технологий в художественно-
эстетическом развитии
ДОШКОЛЬНИКОВ

Подготовила:
Климович И.В.

2019 год

Здоровьесберегающие технологии - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его развития.

Цель: обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни

Задачи:

- изучение современных подходов к проблемам художественно-эстетического развития дошкольников с использованием технологий здоровьесбережения;
- создание условий, способствующих, реализации художественно-эстетического развития воспитанников, их творческого потенциала;
- сохранение, развитие и укрепления здоровья средствами здоровьесберегающих технологий.



Использование физических упражнений и движений во время нод, не только устраняет перегрузки, но и активно способствует развитию художественно-творческих способностей детей. Чтобы сохранить физическое здоровье детей, поддерживать его положительный, эмоциональный настрой и психологический комфорт во время нод, в том числе и в образовательной области «Художественно-эстетическое развитие», можно выделить основные здоровьесберегающие технологии.

Гимнастика

для глаз



Гимнастика для глаз способствует расширению зрительно-двигательной активности, стимулирует нервные окончания и дает отдых утомленному зрению.

Гимнастика для глаз выполняется через 5-8 минут напряженного зрительного труда.

Дыхательная гимнастика



Дыхательные упражнения помогают повысить возбудимость коры больших полушарий мозга, активизировать детей во время нод. Все упражнения проводятся в хорошо проветренном помещении.

Самомассаж



Массаж обладает расслабляющим действием и облегчает перенапряжения в любое время.

Пальчиковая гимнастика

В процессе работы с карандашом, кистью у ребенка укрепляется мелкая мускулатура пальцев, совершенствуется координация движений. Поэтому такие физические упражнения, как пальчиковая гимнастика, упражнения на развитие мелкой моторики рук эффективно дополняют процесс изодеятельности.



Физкультминутка



По мере утомления, детям надо предлагать физкультурную паузу, вынужденная статическая поза на занятиях ведет к утомлению дошкольников, снижает уровень их работоспособности. Физкультминутка помогает ребятам не только отдохнуть, подвигаться, но и поддерживает интерес к теме занятий.

Технология музыкального воздействия



Использование в процессе под классической музыки, аудиозапись звуков природы, способствует укреплению здоровья детей, развитию творчества, фантазии. Мелодия повышает интерес к окружающему миру, помогает ребенку успокоиться и расслабиться. Музыка создает настроение и сюжет детской работы, а если необходимо, то может послужить моментом релаксации.

Игротерапия



Технология подразумевает привлечение детей к участию в разнообразных играх, в ходе которых у них будет возможность:

- проявить эмоции, переживания, фантазию;
- снять психоэмоциональное напряжение;
- избавиться от страхов;
- стать увереннее в себе.

Релаксация



Применение релаксации позволяет снять мышечное напряжение, успокоить ребенка, развивает воображение, улучшает самочувствие и повышает жизненные силы.

Дополнительные условия для здорового развития



- контроль за позой ребенка во время нод (постоянно следить за осанкой детей);
- соблюдение психологического климата в группе (комфорт, сотрудничество, учет возрастных особенностей);
- наличие эмоциональных разрядок (шутка, улыбка, поговорка, в начале нод, подбадривающие слова в процессе выполнения задания);
- правильно подобранная мебель, гигиенические условия в группе, свежесть воздуха, освещение.

Эффективное использование здоровьесберегающих технологий в реализации образовательной области «Художественно-эстетическое развитие» поможет обеспечить более бережное отношение к физическому и духовному здоровью воспитанников, выявить и развить художественные способности, творческий потенциал каждого ребенка. Валеологические знания, полученные детьми в художественно-творческом процессе, будут способствовать формированию привычки жить в гармонии с самим собой, со своей семьей и окружающим миром.



Спасибо за внимание!