

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида № 97 «Добрынюшка» муниципального образования городской округ Симферополь Республики Крым

**Консультация**  
***Тема: «Использование игровой деятельности для профилактики и оздоровление детей»***

***Выполнила:  
воспитатель  
Рустемова Г.Э.***

г. Симферополь, 2019

## Актуальность

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.

Основная задача детского сада - подготовить ребенка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определенные привычки.

Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровье сберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей.

**Для создания педагогических условий здоровье сберегающего процесса воспитания и развития детей в дошкольном учреждении используется организация разных видов деятельности детей в игровой форме,** построение образовательного процесса в виде модели культуры, организация культуротворчества дошкольников, оснащение деятельности детей оборудованием, игрушками, играми, игровыми упражнениями и пособиями.

Главными воспитателями ребенка являются родители. От того, как правильно организован режим дня ребенка, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка, зависит его настроение, состояние физического комфорта. Здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в образовательном учреждении, может или находить каждодневную поддержку дома, и тогда закрепляться, или не находить, и тогда полученная информация будет лишней и тягостной для ребенка. Применение в работе ДОО здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников

**Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании** – это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования-задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

**Цель                      здоровье                      сберегающей                      технологии:**

обеспечить дошкольнику **высокий уровень реального здоровья**, вооружив его необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья. Решению этой цели подчинены многие задачи, которые решает педагог в процессе своей деятельности. Педагоги в детских садах учат детей культуре здоровья, как ухаживать за своим телом, то есть осознанному отношению к своему                      здоровью,                      безопасному                      поведению.

**Задачи                      здоровье                      сберегающей                      технологии:**

1. объединить усилия сотрудников и родителей для эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы, в том числе и профилактике                      нарушений                      плоскостопия                      и                      осанки.
2. обучить детей безопасному поведению в условиях чрезвычайных ситуаций в                      природе                      и                      мегаполисе.
3. осуществить преемственность между дошкольным образовательным учреждением и школой средствами физкультурно-оздоровительной работы.

Современные здоровьесберегающие технологии используемые в системе дошкольного образования отражают две линии оздоровительно-развивающей работы:

1. приобщение детей к физической культуре
2. использование развивающих форм оздоровительной работы.

**Все здоровьесберегающие технологии можно разделить на 4 группы:**

**Технологии сохранения и стимулирования здоровья:**

- динамические паузы (комплексы физ. минуток, которые могут включать дыхательную, пальчиковую, артикуляционную гимнастику, гимнастику для глаз и т.д.)
- подвижные и спортивные игры
- контрастная дорожка, тренажеры

**Технологии обучения здоровому образу жизни.**

- утренняя гимнастика
- физкультурные занятия
- бассейн
- точечный массаж
- спортивные развлечения, праздники
- День здоровья
- СМИ (ситуативные малые игры – ролевая подражательная имитационная игра)

**Технологии музыкального воздействия.**

- музыкотерапия

- сказкотерапия
- библиотерапия

#### **4.Технология коррекции поведения.**

##### **Рассмотрим особенности данных технологий**

###### **1.Технологии сохранения и стимулирования здоровья:**

Стретчинг – 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста в физкультурном или музыкальном залах, либо в групповой комнате, в хорошо проветренном помещении специальные упражнения под музыку. Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием.

Динамические паузы – во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

Подвижные и спортивные игры – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В детском саду мы используем лишь элементы спортивных игр.

Релаксация – в любом подходящем помещении, в зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп. Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы.

Гимнастика пальчиковая – с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).

Гимнастика для глаз – ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.

Гимнастика дыхательная – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.

Динамическая гимнастика (бодрящая)– ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам.

Гимнастика корригирующая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей.

Гимнастика ортопедическая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы.

Гимнастика бодрящая. Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. Форма проведения различна: упражнения на кроватках, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам.

## **2. Технологии обучения здоровому образу жизни**

Физкультурное занятие – 2-3 раза в неделю в спортивном зале

Проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия) – в свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом. Занятие может быть организовано не заметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности. Для группы данных игр необходимы рекомендации медиков и психолога.

Коммуникативные игры - со старшего возраста. Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.

В утренние часы проведение точечного самомассажа. Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое время дня. Проводится строго по специальной методике. Рекомендуется детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями органов дыхания. Используется наглядный материал (специальные модули).

Проведение утренней гимнастики

## **3. Технология музыкального воздействия**

Технологии музыкального воздействия – используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.

Сказкотерапия – 2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста. Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, группа детей, а остальные дети повторяют за рассказчиками необходимые движения. Технологии воздействия цветом – правильно подобранные цвета интерьера в группе снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка.

## **4. Технология коррекции поведения.**

Педагог, стоящий на страже здоровья ребенка, воспитывающий культуру здоровья ребенка и родителей, прежде всего сам должен быть здоров, иметь валеологические знания, не переутомлен работой, должен уметь объективно

оценивать свои достоинства и недостатки, связанные с профессиональной деятельностью.

### **Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.**

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни и полноценное развитие.

Вся эта работа осуществляется комплексно, в течение всего дня и с участием медицинских и педагогических работников: воспитателя, учителя – логопеда, педагога – психолога, воспитателя по физической культуре, музыкального руководителя.

Главными воспитателями ребенка являются родители. От того, как правильно организован режим дня ребенка, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка, зависит его настроение, состояние физического комфорта. Здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в образовательном учреждении, может или находить каждодневную поддержку дома, и тогда закрепляться, или не находить, и тогда полученная информация будет лишней и тягостной для ребенка.

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

### **Особое место занимают здоровьесберегающие игровые технологии**

В образовательном процессе используют занимательные, театрализованные, деловые, ролевые, компьютерные игры.

Ермолаева М.Г. в своей классификации берет за основу тип человеческой деятельности, которую игры отражают, и моделируют базовые виды. При такой классификации игры объединяются в следующие группы, условно их можно представить как игры тела, игры ума, игры души.

#### **Раскроем это:**

##### **1. Физические игры или игры тела:**

- двигательные (спортивные, подвижные, моторные) . Например:  
«Серсо», «Бадминтон», «Настольный теннис», «Курица и цыплята», «Гуси-лебеди», хороводные «Пузырь».
- экстатические (от греческого – экстаз, восхищение; современные танцы-импровизации, разнообразные телодвижения или наблюдения за движущимися объектами – мыльными пузырями, струями фонтана, залпами

фейерверка, вызывающие у участников восторг и наслаждение). Игры с мыльными пузырями, с солнечным зайчиком, хлопушки и др.

**2. Интеллектуальные, игры ума** (игры-манипуляции, игры-путешествия, психотехнические, предметные или дидактические игры, конструкторские, компьютерные). Игры с блоками Дьенеша, игры по типу «Съедобное-несъедобное», «Кроссворды», «Поле чудес» и др.

**3. Социальные игры, игры души** (сюжетно-ролевые, деловые – организационно-деятельностные, имитационные, организационно-коммуникативные. Например: «Семья», «Магазин», «Шофер», «Я начну, ты продолжай», «Здравствуйте», «Назови ласково».

**4. Комплексные игры – коллективно-творческие дела.** Игры по типу «Путешествие». Например: «Путешествие в сказку».

**5. Досуговая деятельность.** Например: игры –эстафеты, фокусы, игры-путаницы.

**При любой классификации игр, в том числе вышеназванных, необходимы поиски форм, являющихся синтезом разных игр детей. Многообразие видов, типов, форм игр неизбежно, как неизбежно многообразие жизни, которую они отражают,**

Таким образом, игра – исторически обусловленный, естественный элемент культуры, представляющий собой вид произвольной деятельности индивида. В игре происходит стимуляция человеческих сил и потенций, воспроизводство и обогащение социального опыта предшествующих поколений, освоение норм и правил человеческой жизнедеятельности через добровольное принятие игровой роли, виртуальное моделирование игрового пространства, условий своего собственного бытия в мире.

Особое место в технологиях занимают имитационные игровые технологии, которые можно использовать в работе с родителями воспитанников.

**Имитационно-игровые технологии: виды, характеристика**

Цель: формирование умений моделирования педагогических ситуаций и обсуждения различных способов ее решения.

Основные виды: организационно-деятельностные, деловые, ситуационно-ролевые, креативные и праксиологические игры.

Виды

- организационно-деятельностных игр: проблемно-деловые; имитационно-моделирующие; инновационные; рефлексивные; поисково-апробационные.
- Виды деловых игр: производственные, исследовательские, квалификационные (аттестационные), дидактические (учебные).

## Виды

- ситуационно-ролевых игр: театрализованный практикум-этюда, дидактическая ролевая игра, имитационно-ролевая игра.

**Для того чтобы сделать игру эффективной в контексте здоровьесбережения необходимо запомнить несколько критериев игрового взаимодействия:**

1. **Высокая эмоциональность.** В игре поддерживать свои эмоции на высоком уровне, тем самым "эмоционально заражая" группу.
2. **Адекватность возрасту, месту, времени, ситуации.** Рассчитывать продолжительность игры в зависимости от возраста участников.
3. **Контакт глаз.** В процессе игры встречаюсь взглядом с глазами участников на 1-2 секунды в среднем. Это позволяет увидеть степень включённости участников в происходящее и способствует установлению более тесному контакту.
4. **Интрига игры.** Вводить элементы таинственности в происходящее перед тем, как начать произносить инструкцию – это увеличивает мотивацию участников.
5. **Темп речи.** Темп речи должен примерно соответствовать темпу восприятия ребенком для того, чтобы участники поняли условия игры.
6. **Открытая поза.** В игре поддерживаю открытую позу (отсутствие верхнего и нижнего «замков»). Движения должны быть не скованны, необходимы подкрепляющие слова.
7. **Пристройка "на равных".** Это готовность и желание сотрудничать, уважение друг другу и происходящему.
8. **Чёткость инструкции.** Инструкция должна быть чётко построена, и также чётко и понятно объяснена.
9. **Высокая динамика.** Запуская процесс игрового взаимодействия, контролирую его, поддерживаю должную динамику. Как правило, для большинства игр, эта динамика высока.
10. **Соответствие игры пространству.** Важно учитывать целесообразность проведения тех или иных игр в том или ином пространстве.
11. **Доведение игры до логического конца.** Стараться не обрывать игровое взаимодействие, доводить его до конца. От законченной игры сохраняется целостность впечатлений.

## Литература:

1. Дыбина О.В. Игровые технологии ознакомления дошкольников с предметным миром. Практико-ориентированная монография – М.: Педагогическое общество России, 2008. – 128 с.



2. Ермолаева М.Г. Игра в образовательном процессе: Методическое пособие/ М.Г. Ермолаева. – 2-е изд., доп. – СПб.: СПб АППО, 2005. – 112 с.
3. Михайленко Т. М. Игровые технологии как вид педагогических технологий [Текст] / Т. М. Михайленко // Педагогика: традиции и инновации: материалы междунар. заоч. науч. конф. (г. Челябинск, октябрь 2011 г.). Т. I. — Челябинск: Два комсомольца, 2011. — С. 140-146.
4. Пидкасистый П.И., Хайдаров Ж.С. Технология игры в обучении и развитии: учебное пособие. – М.6 МПУ, Рос. пед. агентство. 1996. – 269 с.
5. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие. – М.: Народное образование, 1998. – 256 с.
6. <http://www.menobr.ru/materials/49/41573/>