

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 43

«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ»

Составила: музыкальный руководитель
Петрова Мария Михайловна

Город Рыбинск

Виды здоровьесберегающих технологий, используемые в моей работе

Цель:

Создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих.

Задачи:

Научить детей ответственно и осознанно относиться к своему здоровью.

Разъяснить, что человек в силах уберечь себя от болезней.

Сформировать привычку к здоровому образу жизни.

Виды	Время проведения	Название	Особенности проведения (цель)
Технологии сохранения и стимулирования здоровья			
Утренняя гимнастика	Ежедневно (чередую средний и старший дошкольный возраст)	Комплексы утренней гимнастики (2 комплекса на месяц) <i>(приложение №11)</i>	Способствуют укреплению здоровья детей и пробуждению организма для нормальной жизнедеятельности
Динамические паузы	Во время занятий от 1 до 3 минут, по мере утомляемости детей	Физминутки, упражнения для развития речи и движения <i>(картотека игр упражнений на развитие Р+Д)</i>	Дают терапевтический эффект: снимают чувство усталости, повышают работоспособность детей
Подвижные музыкальные игры	1 раз во время занятия, во время утренней гимнастики	Игры подбираются в соответствии с возрастом детей.	Формируют у детей ориентировку в пространстве, приучают действовать по сигналу (изменение музыки), развивают ловкость, внимание.
Дыхательная гимнастика	1 раз во время занятий, во время утренней гимнастики	Картотека игр и упражнений на дыхание	Способствует развитию и укреплению грудной клетки, закреплению навыков речевого и

			певческого дыхания, ведется работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха
Пальчиковая гимнастика	Во время занятия	Картотека пальчиковых игр	Способствует развитию мелкой моторики пальцев, а также речевому и общему развитию детей.
Самомассаж	Во время занятий, во время утренней гимнастики и режимных моментов	Картотека «Комплексы по самомассажу»	Привитие навыков элементарного самомассажа рук, ног, головы, лица

Технологии обучения здоровому образу жизни

Вокально – оздоровительные игры и упражнения	Во время занятий, в основном в первой части	Упражнения – песенки из «Книги песен» (программа «Здравствуй»); (картотека «Музыкальные приветствия»)	Предупреждать заболевания верхних дыхательных путей, укреплять хрупкие голосовые связки детей, подготовить их к пению. Вокальные упражнения не только разогревают мышцы и голосовой аппарат, но могут решать одну из вокальных задач - расширение диапазона.
Коммуникативные игры, игры - приветствия	Во время занятия	«Здравствуйте», «Хей, привет», «Ты шагай», «Здравствуй, дружочек» (картотека «Коммунка- тивные игры»)	Игры служат для организации начала музыкального занятия в виде двигательных игр с пением, а также способствуют: - развитию у детей

			<p>общей моторики; -развитию способности к быстрому реагированию; - формированию коммуникативных умений и навыков; - формированию навыков пространственной организации движений.</p>
Музыкальные игры	Во время занятия	Игры подбираются в соответствии с возрастом детей.	Повышают жизненный тонус детей, улучшают качество движений, способствуют ритмичности и большей координации.
Игры и упражнения для координации речи с движением	Во время занятий, во время утренней гимнастики	Картотека игр упражнений на развитие речи и движения	Речевые зарядки обостряют слуховое внимание, улучшают взаимодействие и координацию слуха и голоса. Эти упражнения можно использовать на различных занятиях и в разных условиях, из разных положений (сидя, стоя, в движении, с выходом вперед и т.д.)
Валеологическое просвещение родителей		Через спортивные праздники, Дни здоровья	Создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих

Коррекционные технологии

<p>Артикуляционная гимнастика</p>	<p>1 раз во время занятия (гр. с ОНР)</p>	<p>«Приключения язычка», «Зарядка язычка», «Денискина зарядка» (картошка)</p>	<p><i>Артикуляционная гимнастика помогает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - устранить напряжение и скованность артикуляционных мышц (языка, губ, щек, челюсти), обеспечивая им наибольшую подвижность; - развить мимику, артикуляционную моторику
<p>Логоритмика</p>	<p>Во время режимных моментов и занятий</p>	<p>«Логоритмика» М. Картушиной</p>	<p>Способствует общему оздоровлению и укреплению организма, зрительной ориентировке на собеседника, координации движений, чувства темпа и ритма в движении</p>
<p>Технология музыкального воздействия</p>	<p>Во время режимных моментов и занятий</p>	<p>Сборник музыкальных произведений, разнообразных по характеру и настроению)</p>	<p>Применяются с целью снятия напряжения, повышения эмоционального настроения</p>