Департамент образования администрации г. Арзамаса

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 4»

**Статья на тему:**

**«Здоровьесберегающие технологии на занятиях**

**по изобразительной деятельности в ДОУ»**

Подготовила воспитатель:

Никулина Оксана Александровна

2019г.

**Статья на тему: «Здоровьесберегающие технологии на занятиях**

**по изобразительной деятельности в ДОУ»**

*Никулина О.А., воспитатель МБДОУ д/с № 4*

Спросите любого родителя: что он считает главным для своего ребёнка? Ответы могут отличаться, но большинство будет – здоровье. Спросите у любого прохожего: что он пожелал бы другу? В большинстве случаев вы услышите в ответ – здоровья. Поэтому, главное, в чём мы должны помочь детям – это воспитать у них потребность быть здоровыми.

  Важно обратить внимание на само понятие «здоровье». Педиатры (А.Ф. Виноградов и др.) определяют здоровье как «естественное состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствие каких–либо болезненных изменений».

Задача укрепления здоровья детей является необходимым условием их всестороннего развития и обеспечения нормальной жизнедеятельности растущего организма. Чтобы сохранить и улучшить здоровье ребенка в один из самых ответственных периодов его жизни, необходима огромная, каждодневная работа и в семье, и дошкольном образовательном учреждении.

  В дошкольном возрасте закладываются фундаментальные ценности и строятся отношения ребенка с самим собой и окружающим миром. И именно детский сад может выступить в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни, воспитания культуры семьи, формирования у родителей знаний, умений и навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья, как детей, так и взрослых.

  Известно, что работа педагогов ДОУ по приобщению дошкольников к здоровому образу жизни должна носить комплексный характер, поэтому для формирования, сохранения и укрепления здоровья человека в деятельность педагогов ДОУ, внедряются здоровьесберегающие технологии, которые помогают решить эти важнейшие задачи.

Здоровьесберегающие  технологии - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его развития. Приоритетной задачей современного дошкольного образования является задача укрепления, сохранения, поддержания здоровья детей.

Известно, что от настроения, самочувствия дошкольника зависит  его продуктивная деятельность, коммуникабельность, двигательная активность.

В системе дошкольного образования накоплен определенный опыт реализации здоровьесберегающих технологий во время проведения непосредственно образовательной деятельности, в том числе и в образовательной области «художественно-эстетическое развитие».

 Для достижения поставленной цели нами сформулированы следующие задачи:

1. Изучение современных подходов к проблемам художественно-эстетического развития дошкольников с использованием технологий здоровьесбережения.
2. Создание условий, способствующих, реализации художественно-эстетического развития воспитанников, их творческого потенциала.
3. Использование современных технологий эстетической направленности для художественно-эстетического, духовно-нравственного и физического развития детей.

Чтобы ребята не уставали на занятиях, уходили с них бодрыми, веселыми и захотели снова посетить их, необходимо создать условия для здорового развития воспитанников:

* соблюдение организационно-педагогических условий проведения занятия: плотность, чередование видов деятельности (объяснение с вопросами, показ с играми, упражнениями, практическую деятельность с юмористическими минутками, шутками, если это не мешает настрою детей; дети по мере необходимости могут вставать из-за столов, что также способствует смене деятельности, небольшому отдыху).
* проведение разминок, динамических пауз перед началом художественной творческой деятельности, упражнений для снятия напряжения, гимнастики для глаз, физкультминуток, ведь вынужденная статическая поза на занятиях ведет к утомлению школьников, снижает уровень их работоспособности, особенно у детей младшего дошкольного возраста.
* обеспечение двигательной активности;
* соблюдение психологического климата в группе (взаимоотношения на занятии: комфорт, сотрудничество, учет возрастных особенностей); наличие эмоциональных разрядок (шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, в начале занятия, подбадривающие слова в процессе выполнения задания).
* наличие мотивации деятельности детей на занятии (внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный момент; стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу).
* Использование техники сотрудничества (между детьми, между педагогом и детьми, партнерские отношения).
* Использование системы поощрения (похвала за малейшие успехи).

Формы оздоровления детей на занятиях изобразительной деятельности.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Виды здоровьесберегающих технологий | Время проведения | Особенности проведения |
| Динамические паузы | Во время ОД по мере утомляемости детей | Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомляемости |
| Релаксация | Во время ОД. В зависимости от состояния детей и поставленных задач | Для всех возрастных групп. Можно использовать классическую музыку |
| Технология эстетической направленности | Реализуется на ОД, при посещении музеев, выставок, оформлении помещений к праздникам | Для всех возрастных групп. Используется в работе с семьёй, привитие эстетического вкуса. |
| Гимнастика пальчиковая | Во время ОД | Помогает снять напряжение мышц руки, а также развить мелкую моторику. |
| Гимнастика для глаз | По 3-5 мин в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки | Рекомендуется наглядный материал, показ педагога |
| Дыхательная гимнастика | В различных формах работы | Способствует насыщению кислородом каждой клеточки организма, медленный выдох помогает расслабиться, успокоиться, справиться с волнением и раздражительностью |
| Физ.минутки | Используется в ОД   (2-3 минутки) | Для профилактики утомления, нарушения осанки, психоэмоциональная разрядка |
| Музыкотерапия | Используется в ОД, в зависимости от поставленных задач | Снятие напряжения, раздражительности. |
| Цветотерапия |  | Повышает уровень коммуникативности детей, их эмоциональную отзывчивость. В оформлении изостудии |
| Песочная терапия | Вне занятия | Средство коррекции психики, преодалении чувства страха |
| Подвижные игры (малой подвижности) | В зависимости от поставленных задач. Чаще в конце занятия | В соответствии с возрастом. Смена видов деятельности. |

Продумывая занятия, необходимо спланировать, как можно больше использовать зрительно-пространственную активность детей. Достигается это за счет максимального удаления от глаз ребенка дидактического материала. Дети всматриваются вдаль и тем самым снижают напряжение с глазных мышц. Способствует расширению зрительно-двигательной активности и проведение физкультминуток для глаз с помощью расположенных в пространстве ориентиров.

  Важной особенностью при проведении занятий по художественно-эстетической деятельности дошкольников является использование элементов цветотерапии: доска зеленого цвета, выполнение эскизов желтым мелом и т.д., это способствует лучшему усвоению и запоминанию материала, понижению утомляемости, концентрации внимания.

  Из опыта работы с нетрадиционными материалами, такими как: поролон, восковые мелки, гофрированная бумага, листья деревьев, пряжа, могу сделать вывод, что использование их позволяет детям ощутить незабываемые эмоции, развивает творческие способности ребенка, его креативность, что способствует общему психическому и личностному развитию детей. А нетрадиционные способы рисования: монотипия, кляксография, рисование пальчиками, ладошками, и т.д. развивают мелкую моторику руки, вызывают целый комплекс эмоций, помогают проявить характер ребенка, его индивидуальность.

  Следует помнить, что при длительном рисовании, лепки необходимо проводить с детьми упражнения для мышц рук, пальчиковую гимнастику, дошкольники с удовольствием воспринимают музыкотерапию. Поэтому на занятиях по [рисованию](https://masterclassy.ru/podelki/detskie-podelki/6873-risovanie-vatnymi-palochkami-buket-dlya-mamochki-master-klass-s-poshagovymi-foto.html) рекомендуется использовать классическую и современную мелодичную спокойную музыку, у детей сразу поднимается настроение, они становятся более спокойными, увлеченными творческим процессом.

Перспективное планирование по нетрадиционной **технике** рисования

в средней группе.

сентябрь *«Осенний пейзаж».* Печатание листьями.

Пополнить трафаретами различных листьев уголок **изодеятельности.** Познакомить детей с нетрадиционным способом рисования. Учить красиво располагать изображение на листе. Воспитывать аккуратность, навыки коллективной работы.

Предложить экскурсию в осенний парк. Собрать красивые листья для занятия Прослушивание музыки об осени. Заразить детей двигаться под музыку, имитирование движения падающих листьев

октябрь *«Шубка для белочки».* Оттиск сжатой бумагой. Пополнить книжный уголок в группе книжкой с потешкой *«Сидит белка на тележке»*. Изображение животного Закреплять умение правильно сжимать бумагу, набирать краску и оставлять оттиск. Развивать мелкую моторику пальцев рук.

Посещение с родителями парка, наблюдение за жизнью и повадками белок. Ряжение в костюмы животных, обыгрывание.

ноябрь *«Русская народная игрушка-Матрешка».* Монотопия – метод тычка. Пополнить развивающую среду деревянными игрушками-матрешками. Уголок ряженья сарафанами Продолжать развивать фантазию и воображение. Научить новым способом нетрадиционного рисования. Предложить родителям мастер-класс по нетрадиционным способам рисования Выступление детей подготовительной группы с танцем *«Матрешки».*

декабрь *«Зимушка-зима».* Отрывание бумаги. Пополнить физкультурный уголок серебристой мишурой для упражнений – имитаций. Закрепить прием обрывания (снежные хлопья, наклеивать их на поверхность листа. Развивать у детей творчество, умение композиционно располагать *«снег»* на листе бумаги. Совместное изготовление атрибутов в спортивный уголок. Чтение стихов о зиме.

январь *«Снеговик и его друзья».* Оттиск сжатой бумаги, метод тычка. Пополнить уголок математики трафаретами кругов различных размеров. Учить детей создавать красивый образ снеговика из разных материалов. Развитие мелкой моторики пальцев рук. Провести конкурс родителей и детей на лучшую поделку из снега на участке группы ФЭМП – геометрическая фигура *«круг»*. Круги разных размеров.

февраль Рисование *«Красивая птица».* Метод тычка, отпечаток ладошкой. Пополнить развивающую среду группы новыми дидактическими играми по ознакомлению детей с зимующими и перелетными птицами. Продолжать знакомить детей рисованию нетрадиционным способом, располагать изображение по центру листа бумаги. Развивать творческие способности. Предложить родителям вместе с детьми подобрать картинки зимующих птиц, изготовление кормушки. Наблюдение в природе за птицами, прослушивание аудиозаписей с пением птиц.

март *«Весенняя капель».* Обрывная аппликация, рисование ватными палочками. Пополнить развивающую среду группы дидактической игрой *«Где спрятались треугольники?».* Создание изображения в форме вытянутого треугольника. Сочетание изобразительных **техник**. Воспитание интереса к рисованию. Предложить родителям подобрать и выучить стихотворение о весне вместе с детьми ФЭМП – геометрическая фигура *«треугольник»*. Изображение различных треугольников.

апрель *«Пасхальная радость».* Рисование губкой по трафарету. Пополнить уголок **изодеятельности** поделками и изображениями на пасхальную тему Совершенствовать **технику печати по трафарету**, умения и навыки в свободном экспериментировании с материалами, необходимыми для работы. Провести конкурс домашней поделки *«Лучшее пасхальное яйцо»,* Геометрическая фигура *«овал».*

май *«Одуванчик».* Рисование мыльными пузырями. Пополнить книжный уголок новой литературой Серова В. П. Познакомить детей с новым способом получения изображения. Развивать творческие способности, воображение. Предложить родителям подготовить материал для занятия *(трубочки, шампунь).* Чтение Серова *«носит одуванчик желтый сарафанчик».*

Таким образом, содержание работы по приобщению детей к здоровому образу жизни может и должно решаться средствами изобразительной деятельности.

 Ведь самоценным является не конечный продукт – [рисунок](https://masterclassy.ru/podelki/detskie-podelki/6864-risunok-guashyu-murzik-mama-anya-ya-vot-i-vsya-nasha-semya-master-klass-s-poshagovymi-foto.html), а развитие личности и его здоровья:

* формирование уверенности в себе, в своих способностях,
* самоидентификации в творческой деятельности,
* целенаправленность деятельности в целом,
* укрепление здоровья детей.

В результате работы были созданы : картотека физ. минуток, картотека пальчиковой гимнастики, дыхательной гимнастики. гимнастика для глаз, создана коллекция музыкального сопровождения, разработаны игры для песочной терапии, игры направленные на цветовосприятие.

В результате применения в работе здоровьсберегающих технологий повысилась  результативность воспитательно-образовательного процесса.

Все мы, взрослые: родители, врачи, педагоги, хотим, чтобы наши дети хорошо учились, год от года становились сильнее, вырастали и входили в большую жизнь людьми не только знающими, но и здоровыми.