УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДА МАКЕЕВКИ
МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО
ТВОРЧЕСТВА ИМ. В.Г.ДЖАРТЫ ГОРОДА МАКЕЕВКИ»

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО РАВИТИЮ РЕЧИ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Методические рекомендации

Калугина Татьяна Анатольевна
руководитель кружка



МАКЕЕВКА, 2021

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МАКЕЕВКИ
МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА ИМ. В.Г.ДЖАРТЫ ГОРОДА МАКЕЕВКИ»

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО РАВИТИЮ РЕЧИ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Методические рекомендации

Калугина Татьяна Анатольевна
руководитель кружка

МАКЕЕВКА, 2021

Здоровьесберегающие технологии на занятиях по развитию речи с детьми дошкольного возраста. Методические рекомендации / Т.А.Калугина – Макеевка: МЦ, 2021. – 25 с.

Рецензент: Полукеева В.Н., методист методического центра управления образования администрации города Макеевки

Одобрено методическим советом методического центра управления образования администрации города Макеевки.
Протокол от ___.11.2021г. № 4(60)

Предложенные методические материалы раскрывают значимость и необходимость использования здоровьесберегающих технологий на занятиях кружка по обучению грамоте и развитию речи, а так же включают в себя рекомендации по использованию и применению традиционных и нетрадиционных технологий с детьми дошкольного возраста, помогут правильно организовать работу, которая будет направлена на сохранение и укрепление здоровья детей. Данные рекомендации актуальны для использования в работе с детьми дошкольного возраста в студиях и школах раннего развития, в ДОУ и профильных учреждениях.

Методические рекомендации будут интересны родителям, которые занимаются развитием детей самостоятельно; помогут педагогам осуществить индивидуальный подход к формированию позитивного отношения к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста, создать систему условий, обеспечивающую сохранение и укрепление здоровья дошкольников.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ……5
Актуальность
Цель и задачи
Новизна
Практическая значимость
ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ……..…..6
Теоретические аспекты здоровьесберегающих технологий**……...6**
Традиционные здоровьесберегающие технологии **…….....7**
Нетрадиционные здоровьесберегающие технологии **……..11**
ЗАКЛЮЧЕНИЕ……...……...17
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ……18
ПРИЛОЖЕНИЯ…….…19

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Возникают новые методики, технологии, разрабатываются новые программы, но на первом месте всегда остаётся здоровье наших детей! Именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, привычка к здоровому образу жизни, общая выносливость, работоспособность организма и другие качества, необходимые для полноценного развития личности. В данных методических рекомендациях хочу поделиться рекомендациями по использованию в работе здоровьесберегающих технологий, которые могут стать действенной силой решения важнейших задач сохранения физического и психического здоровья детей.

Цель: теоретически и практически обосновать педагогические возможности и значисомть здоровьесберегающих технологий в условиях работы с детьми дошкольного возраста при обучении грамоте и развитию речи.

Задачи:

- рассмотреть теоретические аспекты здоровьесберегающих технологий;
- рассмотреть некоторые традиционные и нетрадиционные здоровьесберегающие технологии;
- дать методические рекомендации по здоровьесбережению у дошкольников;
- раскрыть педагогические возможности и практическую значимость использования данных технологий в условиях работы с детьми дошкольного возраста.

Новизна заключается в том, что в них даны рекомендации по организации занятий с использованием как традиционных, так и нетрадиционных здоровьесберегающих технологий, внедрению данных технологий в деятельность группы дошкольников, активизирующих у детей желание и интерес к обучению, а так же представлен комплекс упражнений, игр, способствующих развитию речи ребенка.

Практическая значимость данной работы заключается в мотивации родителей, которые занимаются развитием детей самостоятельно, педагогов школ, учреждений дополнительного образования активно использовать в своей практической деятельности здоровьесберегающие технологии с целью повышения результативности воспитательно-образовательного процесса, а также сохранения и укрепление здоровья детей.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

К большому сожалению, в современных условиях развития нашего общества наблюдается резкое ухудшение состояния здоровья детей. Это подтверждается не только данными официальной статистики, но еще в большей степени результатами выборочных углубленных научных исследований. По сравнению с детьми 5-7 лет 90-х годов прошлого века сократилось количество здоровых детей с 8% до 5,2% и существенно (в 3,3 раза) увеличилась распространенность хронических болезней – с 16,1% до 52,5%.

Здоровье современных дошкольников тесным образом связано с их образом жизни, существенно влияющего на рост, развитие и функциональные возможности организма.

В настоящее время отмечаются определенные перемены в социальном развитии детей. С каждым годом увеличивается количество семей, в которых наблюдается сокращение «воспитательных ресурсов» родителей. Снижается качество и количество речевого общения, меняются родительские установки. Родители становятся более авторитарными, ужесточаются требования дисциплины. Дети все чаще предоставляются сами себе и виртуальному миру телевидения и компьютера.

По данным исследований продолжительность просмотра ТВ-передач старшими дошкольниками, соответствующая гигиеническим нормативам, в будние дни отмечается только у каждого четвертого ребенка, в выходные дни - в 3,7 раза чаще. Кроме увлечения ТВ-передачами дети много времени играют в компьютерные игры. При этом продолжительность компьютерных игр, превышающая гигиенические нормативы, отмечалась почти у каждого третьего ребенка в будние дни и почти у половины детей в выходные дни.

Всё это негативно сказывается не только на здоровье ребенка, но и на развитии речи дошкольников, становится причинами возникновения различных проблем, среди которых наиболее распространёнными становятся следующие: малочисленный словарный запас, не соответствующий возрастному этапу развития; искажение большинства употребляемых слов; неумение высказывать свои мысли, нежелание занимать активную позицию в процессе общения. В сою очередь, любое нарушение речи в той или иной степени может отразиться на деятельности и поведении ребенка. Дети, плохо говорящие, начиная осознавать свой недостаток, становятся молчаливыми, застенчивыми, нерешительными.

В Преамбуле к Уставу Всемирной организации здравоохранения дается такое определение «здоровью»: «Здоро́вье — состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

На основании вышесказанного, можно сделать вывод, что применение здоровьесберегающих технологий на занятиях кружка, особенно с детьми дошкольного возраста - это необходимость.

Теоретические аспекты здоровьесберегающих технологий

Понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет и до сих пор воспринимается многими педагогами как аналог санитарно – гигиенических мероприятий. Так, А.М. Сивцова [2007] определяет их как «полноценное медицинское обеспечение работы образовательного учреждения». Л. Волошина [2004] включает в это понятие своевременное проведение прививок и профилактику «школьных заболеваний». Как мы видим, существуют различные мнения ученых по данному вопросу. Эффективность позитивного воздействия на здоровье детей различных оздоровительных мероприятий, составляющих здоровьесберегающую

технологию, определяется не столько качеством каждого из этих приемов и методов, сколько их грамотной «встроенностью» в общую систему, направленную на благо здоровья детей и педагогов и отвечающую единству целей и задач.

«Здоровьеформирующие образовательные технологии», по определению Н.К. Смирнова, - это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Здоровьесберегающая технология, по мнению В.Д. Сонькина, - это:

- условия обучения ребенка в образовательном учреждении (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания);
- рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);
- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;
- необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Под здоровьесберегающей образовательной технологией (Петров) понимает систему, создающую максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (обучающихся, педагогов и др.).

Какую цель преследуют здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании? Основная цель - сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Отсюда возникают основные задачи:

- обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья на период обучения в кружке;
- снижение уровня заболеваемости обучающихся;
- сохранение работоспособности на занятиях;
- формирование у обучающихся знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни;
- формирование системы оздоровительной работы.

Основными принципами здоровьесберегающих технологий являются:

- «Не навреди!»;
- принцип сознательности и активности;
- принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса;
- принцип всестороннего и гармонического развития личности;
- принцип доступности и индивидуальности;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип системного чередования нагрузок и отдыха;
- принцип постепенного наращивания оздоровительных воздействий, адекватности.

ТРАДИЦИОННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Условно все здоровьесберегающие технологии можно разделить на традиционные и нетрадиционные. Рассмотрим сначала традиционные технологии, которые я использую в своей практике на занятиях по обучению грамоте и развитию речи детей дошкольного возраста.

Речь - одна из важных линий развития ребенка. Она тесно связана с интеллектуальным развитием ребенка, оказывает огромную услугу в познании окружающего мира. Хорошая речь - это залог успешного обучения детей в школе.

Овладение родным языком, как средством и способом общения и познания, является одним из самых важных приобретений ребенка в дошкольном детстве, если определенный уровень овладения родным языком не достигнут к 5-6 годам, то этот путь, как правило, не может быть успешно пройден на более поздних возрастных этапах.

Выражение «Ум ребенка - на кончиках пальцев» принадлежит известному педагогу Василию Александровичу Сухомлинскому. Это не просто красивые слова: в них содержится объяснение того, каким образом развивается малыш. Ведь огромное количество нервных окончаний расположено именно в руке и на языке. Отсюда информация постоянно передается в мозг ребенка, где она сопоставляется с данными зрительных, слуховых и обонятельных рецепторов. Только после всестороннего обследования предметов, складывается целостное представление об их свойствах и качествах.

Исследования ученых показали, что уровень развития детской речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Формирование речи происходит под влиянием кинестических (двигательных) импульсов, передающихся от рук, а точнее, от пальчиков. Чем активнее и точнее движения пальцев у маленького ребенка, тем быстрее он начинает говорить.

В ходе речевого развития детей дошкольного возраста, с целью оптимизации образовательного процесса, поддержания и укрепления здоровья обучающихся на своих занятиях активно использую один из элементов здоровьесберегающих технологий – гимнастику, а именно:

- артикуляционную гимнастику;
- пальчиковую гимнастику;
- игровой самомассаж.

Артикуляционная гимнастика

Занятия в моем кружке «Говоруша» направлены в первую очередь на развитие речи детей. У большинства дошкольников, которые приходят к нам в студию недостаточно развит артикуляционный аппарат, большая часть детей в группе не выговаривает определенные звуки. Это затрудняет работу по изучению звуков и букв русского алфавита. В этом нам помогает артикуляционная гимнастика, которая является основой формирования речевых звуков — фонем — и коррекции нарушений звукопроизношения; она включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения, как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.

Рекомендации по проведению артикуляционной гимнастики.

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно на каждом занятии, чтобы вырабатываемые у детей навыки закреплялись. Необходимо так же нацелить родителей обучающихся на ежедневную артикуляционную гимнастику дома. Учитывая, что занятие для детей дошкольного возраста длится 30-35 мин, на артикуляционную гимнастику я отвожу 5-7 мин.
2. Дети должны хорошо видеть лицо педагога, а также свое лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений. Поэтому обучающиеся на занятии могут воспользоваться небольшими ручными зеркалами (примерно 9х12 см), а педагог должен постоянно контролировать процесс выполнения упражнений всеми детьми.

3. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении.
4. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики надо соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Проводить их лучше эмоционально, в игровой форме.
5. В процессе выполнения гимнастики важно помнить о создании положительного эмоционального настроя у ребенка. Нельзя говорить ему, что он делает упражнение неверно, - это может привести к отказу выполнять движение. Лучше покажите ребенку его достижения («Видишь, язык уже научился быть широким»), подбодрить («Ничего, твой язычок обязательно научиться подниматься кверху»).
6. Из выполняемых двух-трех упражнений новым может быть только одно, второе и третье даются для повторения и закрепления. Если же ребенок выполняет какое-то упражнение недостаточно хорошо, не следует вводить новых упражнений, лучше отрабатывать старый материал.
7. Начинать гимнастику лучше с упражнений для губ.
   (Пример упражнений для артикуляционной гимнастики, которые я использую в своей работе, вы можете увидеть в **приложении 1**)

Пальчиковая гимнастика

Огромную роль в развитии речи ребенка играет сформированность мелкой моторики. Не случайно в старину мудрые люди играли в пальчиковые потешки, а их мудрые дети донесли эти игры до наших дней. Занятия в кружке «Говоруша» подразумевают не только развитие речи детей дошкольного возраста, но и обучение грамоте (чтение и письмо). Развивая мелкую моторику и подготавливая руку к письму, не забывайте, что ручку, конечно, держат всего три пальца (большой, указательный и средний), но в упражнениях пальчиковой гимнастики мы задействуем все пять каждой руки, увеличивая эффект развития тонкой моторики и влияние на речь.

Независимо от ведущей, доминантной руки ребенка, в работу должны быть включены обе руки. Связь руки с мозгом перекрестная: правая рука связана с левым полушарием, а левая рука - с правым. Речь - неизолированная единица, мы воздействуем на всю территорию коры головного мозга: стимулируем как процессы мышления (левое полушарие), так и творческое, креативное начало (правое); распределяем энергию равномерно (уставшее возбужденное полушарие затормозит, незадействованное - проснется, активизируется). Чем больше умеет рука, тем умнее ее обладатель.

Пальчиковая гимнастика — это инсценировка стихов или каких-либо историй при помощи пальцев. Пальчиковые игры — это упражнения пальчиковой гимнастики.

Какое действие оказывает пальчиковая гимнастика?

— Такая тренировка движений пальчиков и кистей рук является мощным средством развития мышления ребенка. В момент этой тренировки повышается работоспособность коры головного мозга. То есть при любом двигательном тренинге упражняются не руки, а мозг.

— Прежде всего мелкая пальцевая моторика связана с развитием речи. В мозгу двигательные и речевые центры — самые ближайшие соседи. И при движении пальчиков и кистей, возбуждение от двигательного центра перекидывается на речевые центры головного мозга и приводит к резкому усилению согласованной деятельности речевых зон.

— Пальчиковая гимнастика развивает умение малыша подражать взрослым, учит вслушиваться в нашу речь, повышает речевую активность ребенка да и просто создает благоприятную эмоциональную атмосферу. Ведь играть в пальчиковые игры не только полезно, но интересно и весело.

— Пальчиковая гимнастика учит ребенка концентрировать внимание и правильно его распределять. Кстати, произвольно управлять своим вниманием ребенок сможет научиться только к возрасту 6-7 лет. И от этого умения во многом будут зависеть его школьные успехи.

— В пальчиковых играх нужно запоминать многое: и положение пальцев, и последовательность движений, да и просто стихи. Вот вам и отличное веселое упражнение для развития памяти детей

— .А можно ли с помощью пальчиковых игр развивать фантазию и воображение? Конечно! Ведь руками можно «рассказывать» целые рассказы.

— После всех этих упражнений кисти и пальцы рук станут сильными, подвижными, гибкими. А это так поможет в дальнейшем в освоении навыка письма.

(Пример упражнений для пальчиковой гимнастики, которые я использую в своей работе, вы можете увидеть в **приложении 2**)

Игровой самомассаж

Игровой самомассаж – это уникальная тактильная гимнастика, благодаря которой в мозг поступает мощный поток импульсов от рецепторов, расположенных в коже. Он является эффективным средством совершенствования таких психических функций, как внимание, память (словесно-логическая, моторная, тактильная, эмоциональная, рефлекторная), зрительно-моторная координация, а также развитие речевой и творческой сфер. Такие упражнения способствуют не только формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развитие навыков собственного оздоровления, но и стимулируют прилив крови к рукам, развивает мелкую моторику, речь. Самомассаж – одно из средств профилактики и коррекции речи детей. Под воздействием несложных массажных упражнений достигается нормализация мышечного тонуса, происходит стимуляция тактильных ощущений, а также под воздействием импульсов, идущих в коре головного мозга от двигательных зон к речевым, более благотворно развивается речевая функция.

Самомассаж лица и шеи готовит мышцы к артикуляционной гимнастике, вызывает прилив крови к ним, помогает ребёнку лучше улавливать ощущения от этих мышц и управлять ими, делает мимику выразительнее, так же он содействует снижению двигательной и эмоциональной расторможенности, коррекции гиперактивности.

Очень много упражнений проводится с использованием нетрадиционных материалов. Используются упражнения: катание грецкого ореха, ребристого карандаша, прищепки, бигуди.

На своих занятиях в кружке я придерживаюсь определенных условий при проведении самомассажа с детьми:

— длительность самомассажа для дошкольников должна составлять не менее 5 – 10 минут;

— руки и лица у детей должны быть чистыми (вымытыми) - руки необходимо согреть (растереть друг о друга);

— каждое упражнение выполняем 8 раз: 4 раза для правой и 4 раза для левой руки. После каждого упражнения проводим расслабление: поглаживание или стряхивание рук;

— непременным условием является постоянное наблюдение за самочувствием и индивидуальной реакцией детей. Все упражнения должны выполняться на фоне позитивных ответных реакций ребенка;

— при проведении самомассажа необходимо обращать внимание детей на то, что нельзя надавливать с силой на указанные точки, а массировать их мягкими движениями пальцев.

(Пример упражнений для игрового самомассажа, которые я использую на занятиях с детьми, вы можете увидеть в **приложении 3**)

НЕТРАДИЦИОННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Как уже было обозначено ранее, помимо традиционных здоровьесберегающих технологий в педагогическом процессе эффективно применение нетрадиционных здоровьесберегающих технологий.

Эффективность использования нетрадиционных здоровьесберегающих технологий состоит в том, что они:

- благотворно влияют на состояние физического и психического здоровья, на психику ребенка,

- активизируют познавательный интерес и обеспечивают положительные результаты в процессе обучения,

- повышают работоспособность и мотивационную готовность детей.

Одной из таких нетрадиционных технологий, которую я использую на своих занятиях, является **смехотерапия.** Почему именно она? Исследования показали, что современники, в среднем, смеются в день всего 6 минут, а буквально полвека назад хохотали по 20 минут в день и были намного здоровее.

Простая улыбка поможет вам забыть о проблемах и поможет расслабиться. В психотерапии существует очень интересное направление - гелотология. Лечение пациентов в этом направлении проходит достаточно просто: они смотрят комедии, рассказывают анекдоты или долго смеются сами по себе.

Смех - это отличное средство от боли. Высокий уровень эндорфинов - гормонов счастья, способен справиться даже с болевыми ощущениями, повысив, на время смеха, болевой порог. На данный момент проведено множество экспериментов и доказано, что всего лишь пятнадцать минут смеха могут увеличить болевой порог на 10%.

У веселых людей редко наблюдается сахарный диабет, и уменьшаются проявления аллергических заболеваний, так как уровень сахара в крови нормализуется при хохоте, а аллергены в это время вообще нейтрализуются. Во время веселья даже в слюне вырабатываются естественные антитела, защищая тем самым организм от проникновения инфекции по респираторным путям. Хохотать полезно гипертоникам - это нормализует артериальное давление и улучшает умственное мышление. Смех укрепляет сердечно-сосудистую систему, улучшает приток крови к сердцу и тем самым защищает от сердечных приступов. Он повышает частоту сердечных сокращений, делает более глубоким дыхание, задействует мышцы живота и лица. Кроме этого смех усиливает кровоток, что можно сравнить с занятиями спортом и увеличивает приток кислорода в организм. Смех - это замечательное средство от многих проблем, стресса и болезней. Все вышеперечисленные причины доказывают, что стоит сделать смех полезной привычкой.

Таким образом, смехотерпию можно считать одним из направлений здоровьесберегающей технологии, но вот только подход к реализации должен быть комплексным и системным.

Принципы реализации смехотерапии

- Личностно-ориентированный подход к дошкольнику;
- Самореализация дошкольника, выражение положительных эмоций;
- Воспитание чувства коллективизма, дружеского отношения друг к другу;
- Принцип сотрудничества детей, педагогов и родителей;
- Принцип системности и последовательности.

А теперь давайте подумаем, как смехотерапия может помочь руководителю кружка и где ее можно применить?

Направление смехотерапии предполагает проведение «смешных занятий». Это не означает, что дети должны от первой и до последней минуты занятия хохотать. Все должно быть дозированно. В данной работе приведу примеры «смешных» заданий, которые можно использовать на любых этапах занятия.

Работа со скороговорками или чистоговорками, заучивание их наизусть

Например,

- Са-са-са: на столе оса (в клетке спит лиса).
  Су-су-су: боимся мы осу (смотрим на лису).
  Сы-сы-сы: жало у осы (хвост пушистый у лисы).
  Се-се-се: кисель дадим осе (знаем сказку о лисе).
- Жутко жуку жить на суку.
- Ежу на ужин жук нужен.
- Свинья тупорыла весь двор перерыла.
- Черной ночью черный кот прыгнул в черный дымоход.
- Щеткой чищу я щенка, щекочу ему бока.
- Был у бабушки баран, бил он бойко в барабан,
  И плясали бабочки под окном у бабушки.
- Бегемот разинул рот, булки просит бегемот.
- Дождик, дождик, не дожди!
  Дождик, дождик, подожди!
  Дай дойти до дому
  Дедушке седому!
- Над Жорой жук, кружа, жужжит.
  От страха Жора весь дрожит.
  Зачем же Жора так дрожит?
  Совсем нестрашно жук жужжит.
- На лугу под лопухом
  У лягушки летний дом.
  А в болоте лягушачьем
  У неё большая дача.
- Спит спокойно старый слон,
  Стоя спать умеет он.
- Сосать сосульку-вот беда!- нам строго запрещается.
  Но почему она тогда сосулькой называется?

Примечание. Скороговорки и чистоговорки на определенный звук подбираю к каждому занятию индивидуально, в зависимости от изучаемых звуков и букв.

Прием «Мозговой штурм», который предполагает составление сравнений (по признаку цвета, формы, вкуса, звука, температуры и др.). Данный вид работы можно сопровождать игрой с мячом. Педагог бросает каждому ребенку по очереди мяч и задает сравнение, а ребенок ловит мяч и продолжает сравнение.

Например, педагог указывает на объект (дерево) и просит сделать сравнения с другими объектами (цвету, форме, действию и т.д.). При этом ребенок сам выбирает какие-либо значения данного признака.

«Дерево по цвету золотистое, как монетки» (педагог задал признак цвета, а его значение - золотистое - выбрано ребенком).

Учитывая, что «Мозговой штурм» предполагает быстрый ответ, дети иногда приводят очень смешные сравнения, что в свою очередь способствует не только развитию творчества, воображения, развитию речи, но и веселит ребят, поднимает им настроение.



Упражнение «Звук заблудился». Педагог читает предложения, а ребёнок определяет, какой звук в слове назван неправильно.

Папа красил крысу дома,
Чтобы дом наш был как новый.
Открывает Рома кот,
Он глотать не устаёт.
У медведя большие ногти.
У Наташи маленькие когти.
В поле растёт рак.
В реке плавает мак.
Поёт песни кашка.
В тарелке лежит Машка.

Данное задание способствует развитию слухового внимания, воображения, учит анализировать нелогичные ситуации, развивает чувство юмора.

Упражнение «Отгадай загадки –путаницы» поможет развить слуховое внимание, учит рифмовать слова, развивает чувство юмора. Педагог читает предложения, а ребёнок исправляет и говорит правильно.

Быстрее всех от страха
Несётся …черепаха (заяц)
Зимой в берлоге видит сон
Лохматый, косолапый…слон (медведь)
Дочерей и сыновей
Учит хрюкать…муравей (свинья)
Клубком свернулся — ну-ка тронь!
Со всех сторон колючий…конь (ёж)

Упражнение «Путаница» поможет научить дошкольников различать смысловые оттенки слов – глаголов, развивать чувство юмора. Педагог читает предложения, а ребёнок рассуждает о том, как сказать правильно.

Мама стирает сына в ванной. Девочка кладёт цветы в вазу. Я ставлю карандаш на стол. Тётя Маша жарит суп. Стакан сидит на столе. Мальчик дышит ушами. Собака замяукала на прохожего.

Игра «Что я ем? способствует развитию слухового внимания, памяти, воображения, чувства юмора.

Дети стоят в кругу. В центре круга – педагог: «Сейчас я буду перечислять продукты. Будьте внимательны, если названный предмет - это продукт, вы говорите «да» и хлопайте в ладоши. Если этот предмет не продукт, вы говорите «нет» и приседаете».

Я ем…пирожок,
Я ем. утюжок,
Я ем… творожок.
Я ем… батон,
Я ем… картон.
Я ем… стакан.
Я ем… банан.
Я ем… карман.
Я ем… кошку.
Я ем… окрошку.
Я ем… мух.
Я ем… пух.



Игры-драматизации оказывают эффективное влияние на развитие речи детей. В игре– драматизации происходит совершенствование диалогов монологов, освоение выразительности речи. В игре-драматизации ребенок стремится познать собственные возможности в перевоплощении, в поиске нового и в комбинациях знакомого. В этом проявляется особенность игры- драматизации как творческой деятельности, деятельности, способствующей развитию речи детей. И, наконец, игра — драматизация является средством

самовыражения и самореализации ребенка, что соответствует личностно – ориентированному подходу в работе с детьми дошкольного возраста.

Так ка мы говорим о смехотерапии, для игры-драматизации стараюсь подбирать юмористические.



«Немой диалог» на развитие артикуляции

Педагог: Представьте себе, что ваша мама в магазине, а вы ждете ее на улице, у витрины. Она вам что-то говорит, вы ее не слышите, но пытаетесь догадаться.
(Сначала роль мамы берет на себя педагог, а дети отгадывают. Затем роль мамы предлагается исполнить детям.)

«Загадки без слов»

Педагог заранее готовит картинки с изображениями различных предметов, раскладывает их на столе картинкой вниз. Дети по очереди или по желанию, выбирают картинки, а затем без слов, с помощью мимики и жестов изображают, например: ветер, море, ручеек, чайник (если сложно, то: кошку, лающую собаку, мышь и т.д.). Все остальные отгадывают.

Игра « Подбери рифму»

Педагог задает рифмы по очереди :
Кочка — бочка, строчка, дочка, точка...
Картошка — матрешка, морошка, кошка...
Печь — меч, течь, лечь...
Лягушка — квакушка, подружка, кружка...
Зайчик — пальчик, мальчик...
Мышь — тишь, камыш, шуршишь...
Кошка — мошка, блошка, плошка...
Крючок — сучок, бачок, молчок, пятачок...
Снежинка — пушинка, пружинка...

Разыгрывание по ролям стихотворения «Кузнечик» А. Апухтина

Ведущий: Выскочил кузнечик из травы на кочку.
Постучал кузнечик звонким молоточком.
Кузнечик: Молоточек тук да тук! Кто травинку клонит?

Лезет жук, лезет жук, охает и стонет!
Жук: Ох, кузнечик, выручай, хоть просить неловко!
Сам не знаю где и как лопнула подковка.
Без подковки мне не жить, так пекут мозоли.
Ни работать, ни ходить, хоть кричи от боли!
Кузнечик: Это дело не беда! Подними-ка ногу!
Молоточек тук да тук! Получай подковку, жук!
(Появляется комар.)
Комарик: Я, комар, несчастней всех, прямо сбился с толку!
Поломал я, как на грех, острую иголку!
Кузнечик: Пусть меня не просит тот, кто чужую кровь сосет!
Ты из кузницы моей убирайся поскорей!
(Комар улетает. Появляется сороконожка.)
Сороконожка: Ой, кузнечик, помоги! Ножка треснула немножко.
Я осталась без ноги, вот беда какая!
Кузнечик: Ножка, ножка, но какая?
Сороконожка: Кажется, сороковая.
Ведущий: Тук-тук, тук да тук! Это дело добрых рук.
Ножка целая опять.
Сороконожка: Можно больше не хромать!
Все дружно: Молоточек вновь играет, наковаленка поет!
Всем кузнечик помогает, быстро помощь подает!
После инсценировки необходимо обсудить, что получилось, над чем нужно поработать

Разыгрывание ситуации «Не хочу манной каши!»

Дети делятся на пары. Одним из них будут мамами или папами, другие — детьми. Мама или папа должны настаивать на том, чтобы ребенок ел манную кашу (геркулес, гречку...), приводя различные доводы. А ребенок это блюдо терпеть не может. Пусть дети попробуют разыграть два варианта разговора. В одном случае ребенок капризничает, чем раздражает родителей. В другом случае ребенок говорит настолько вежливо и мягко, что родители ему уступают.

Эту же ситуацию можно разыграть с другими персонажами, например: воробьиха и воробышек, но с условием, что общаться они должны только чириканьем; кошка и котенок — мяуканьем; лягушка и лягушонок — кваканьем.

Игра «Давайте хохотать»

Педагог предлагает детям вспомнить любую полюбившуюся песню. Спеть ее, а затем мелодию песни без слов прохохотать. Сначала играет педагог: он «хохочет» песню, а дети отгадывают, что это за песня. Затем каждый из детей «хохочет» мелодию своей песни, все остальные отгадывают.

Педагог предлагает детям произнести фразу «Скоро, скоро Новый год, что же он нам принесет?» с различными интонациями. Для начала уточняется, с какими интонациями может быть произнесена эта фраза (задумчиво, уверенно, с чувством неудовольствия, с сожалением, с радостью, с ожиданием волшебства и т.д.).

Ребенок произносит фразу, затем поясняет, почему выбрана именно эта интонация.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Здоровый ребенок – как правило, жизнерадостный, активный, любознательный, выносливый, с достаточно высоким уровнем физического и интеллектуального развития. Таким образом, можно сделать вывод: здоровье - это не только отсутствие каких-либо болезней, но и физическое, духовное благополучие человека. В заключении хотелось бы сказать, что применение в работе здоровьесберегающих технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья обучающихся, формирует положительные мотивации у педагогов, родителей и детей.

В любом случае, какие бы технологии на занятиях с детьми вы не использовали, запомните, детство — это самая счастливая пора в жизни человека. Мы, взрослые, должны сделать так, чтобы дети меньше плакали и больше смеялись от счастья, потому что с ними рядом любящие и верящие в них взрослые!

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Волошина Л. Организация здоровье сберегающего пространства//Дошкольное воспитание. – 2004.
2. Сивцова, А.М. Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях /А.М. Сивцова //Методист. - 2007.
3. Храмцов П.И., Храмцов П.И., Березина Н.О. Состояние здоровья и Храмцов П.И., Березина Н.О. Состояние здоровья и образ жизни современных дошкольников // Сборник материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста». 2014. №2. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/sostoyanie-zdorovya-i-obraz-zhizni-sovremennyh-doshkolnikov (дата обращения: 30.09.2021).



1

Окошко (бегемот)

- *широко открыть рот – «жарко»*
- *закрыть рот – «холодно»*





2

Чистим зубки

- *улыбнуться, открыть рот*
- *кончиком языка с внутренней стороны «почистить» поочередно нижние и верхние зубы*





3

Месим тесто

- *улыбнуться*
- *пошлепать языком между губами – «пя-пя-пя-пя-пя»*
- *покусать кончик языка зубками (чередовать эти два движения)*





4

Чашечка

- *улыбнуться*
- *широко открыть рот*
- *высунуть широкий язык и придать ему форму «чашечки» (т. е. слегка приподнять кончик языка)*





5

Дудочка

- *с напряжением вытянуть вперед губы (зубы сомкнуты)*





6

Заборчик (лягушка)

- *улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы*





13

«Слоник пьёт»

* вытянув вперёд губы трубочкой, образовать «хобот слоника»
* «набирать водичку», слегка при этом причмокивая





14

«Индюки болтают»

* языком быстро двигать по верхней губе - "бл-бл-бл-бл..."





15

«Орешки»

* рот закрыт
* кончик языка с напряжением поочередно упирается в щеки
* на щеках образуются твердые шарики-«орешки»





16

«Качели»

* улыбнуться
* открыть рот
* кончик языка за верхние зубы
* кончик языка за нижние зубы



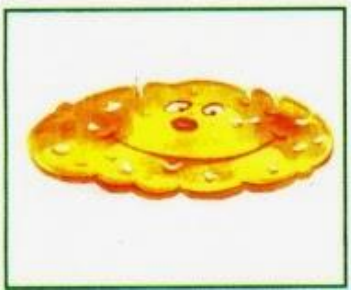


17

«Часики»

* улыбнуться, открыть рот
* кончик языка (как часовую стрелку) переводить из одного уголка рта в другой





18

«Блинчик»

* улыбнуться
* приоткрыть рот
* положить широкий язык на нижнюю губу





Вкусное варенье

- улыбнуться
- открыть рот
- широким языком в форме «чашечки» облизать верхнюю губу





Шарик

- надуть щеки
- сдуть щеки



Гармошка

- улыбнуться
- сделать «грибочек» (т. е. присосать широкий язык к нёбу)
- не отрывая языка, открывать и закрывать рот (зубы не смыкать)





Барабанщик

- улыбнуться
- открыть рот
- кончик языка за верхними зубами: «дэ-дэ-дэ...»





Парашютик

- на кончик носа положить ватку
- широким языком в форме «чашечки», прижатым к верхней губе, сдуть ватку с носа вверх





Загнать мяч в ворота

- «вытолкнуть» широкий язык между губами (словно загоняешь мяч в ворота)
- дуть с зажатым между губами языком (щеки не надувать)





ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Пальчики

Загибать по очереди пальчики. Первый пальчик хочет спать, а второй – уж лег в кровать. Третий пальчик прикорнул, а четвертый вдруг уснул. Встали пальчики. Ура! Пальчикам гулять пора (расправить все пальчики).

Стенка

Стенка, стенка (похлопать ручками малыша по его щечкам). Потолок (похлопать по лобику). Две ступеньки (провести пальчиками по губкам). Дзинь – звонок! (нажать пальчиком на носик). Вместо носика в следующий раз можно нажать на ушко или другую часть тела малыша.

Комарики

Дарики-дударики. Летели комарики (хлопать в ладоши). Вились, вились, вились (пальчики сложить в щепотку). И в носик вцепились (схватить ребенка за нос). Можно вцепиться в ручку, ножку.

Цветочек

Сложить не плотно ладонь к ладони. Солнце поднимается. Цветочек распускается (пальцы ладони расходятся). Солнышко садится. Цветочек спать ложится (пальцы смыкаются). Бай-бай!

Кошка

Взять кулачок малыша в свою ладонь, раскрыть пальчики, водить пальцем по ладони, стучать по ней пальцем, затем загибать по очереди пальчики. Кулачок, а в нем ладошка. На ладошку села кошка. Начала считать мышат, Раз, два, три, четыре, пять. Но мышата испугались и по норкам разбежались.

Пальчики

Раз, два, три, четыре, пять (хлопать в ладоши). Вышли пальчики гулять (расправить пальцы рук). Раз, два, три, четыре, пять (хлопать). В домик спрятались опять (сжать пальцы рук).

Зайка

Зайка, зайка! Где твой носик? Вот здесь. Вот здесь (показать пальчиком носик). Зайка, зайка! Где твой хвостик? Вот здесь. Вот здесь (показать место хвостика). Где твои лапки? Коготки-царапки. Вот здесь. Вот здесь. Зайка, зайка! А где ушки? Ушки зайки – на макушке (пошевелить пальцами рук на голове).

Замок

Пальцы рук сцепить. На двери висит замок (руки покачивать вперед-назад). Кто его открыть бы смог? Постучали (постучали ладонь о ладонь). Покрутили (повертеть). Потянули и… открыли (разжать пальцы рук веером).

Зайка

Топ-топ, топы-топ (хлопать в ладони). Пляшет зайка у ворот. Ходят ушки (пошевелить ладонями над головой). На макушке. Глазки смотрят в огород (глаза стреляют по сторонам).

Пальчики

Сжать пальцы руки. Этот пальчик – маленький (расправит мизинец). Этот пальчик – славненький (открыть безымянный). Этот пальчик – самый длинный (открыть средний

палец). Этот пальчик – самый сильный (открыть указательный). Этот пальчик – толстячок (открыть большой). А все вместе – ку-ла-чок! (сжать пальцы в кулак).

Водичка

Водичка, водичка! Умой мое личико! (провести ладонями по лицу). Чтоб глазки блестели (помигать глазами). Чтоб щечки горели (похлопать по щекам). Чтоб кусались зубки (прикоснуться к зубам). Чтоб смеялись губки (улыбнуться).

Гусь

Выгибает шею гусь (согнуть ладонь под прямым углом). «Ничего я не боюсь (шевелить рукой в стороны). Вот щипну тебя за пятку (щипнуть). Убежишь ты без оглядки.

Тесто

Месим, месим тесто (сжать и разжать пальцы рук). Тесту в кадке тесно (похлопать в ладони). Ягод мы сейчас нарвем (сжать и разжать ладони). Пирогов вам напечем (похлопать ладонями по столу).

Пальцы

Чтоб красиво говорить (хлопать). Надо с пальцами дружить. Пальцы нужно крепко сжать, А потом опять разжать.

Пальчики

Приложить ладони друг к дружке, стучать пальчиками. Тук-тук, тук-тук. Это что за странный стук? Это пальчики стучат. Поиграть они хотят.С Данечкой играются: открываются (пальцы разжать). Закрываются (пальцы сжать).

Сорока-белобока

Водить пальцем по ладони ребенка и загибать пальчики. Сорока — белобока утром печку топила. Сорока — белобока деткам кашку варила. По избе скакала, на стол накрывала. Деток кормила,деткам говорила: «Этому кашки дам, и этому кашки дам. И этому тоже дам. А этому – не дам. Он дров не рубил. Печку не топил. Кашку не варил. Даню не кормил».

Пальчики

Сложить ладони вместе, стучать пальцами. Наши пальчики проснулись. Потянулись и встряхнулись. По ладошке побежали (побежать пальцами по ладони). Поскакали, поскакали. Скакали-скакали, скакали-скакали (по другой ладони). У-у-х! устали. Отдохнем немножко (положить руки). Пусть поспят ладошки.

Паучок

Указательные пальцы обеих рук соединить с большими пальцами другой руки. Остальные пальцы расправить и шевелить ими. Чок-чок, чок-чок. Лезет мудрый паучок. Паутину плетет. Там обед себе найдет.

Птичка

Поглаживать ладонь малыша. Птичка, птичка! Вот тебе водичка! Вот тебе и крошки на моей ладошке. Молоточек. Стучать по ладони. Молоточком постучу. Гвоздики заколочу! Я построю себе дом. Буду жить я в доме том. Били-били, колотили. Мяли-мяли и трепали. Скатертей себе наткали. И столы понакрывали.

Зайки

Зайки на лужку играли (хлопать ладонями по коленям). Дружно лапки поднимали (поднять руки). Вот так, вот так. Дружно лапки поднимали.

Оладушки

Ладушки, ладушки (хлопать в ладоши). Испекли оладушки. Деток угощали. Чаем запивали. На окно поставили. Остывать заставили. Воробышки сели. Оладушки съели. Кыш, кыш! Полетели! Полетели! На головку сели.

Цыплята

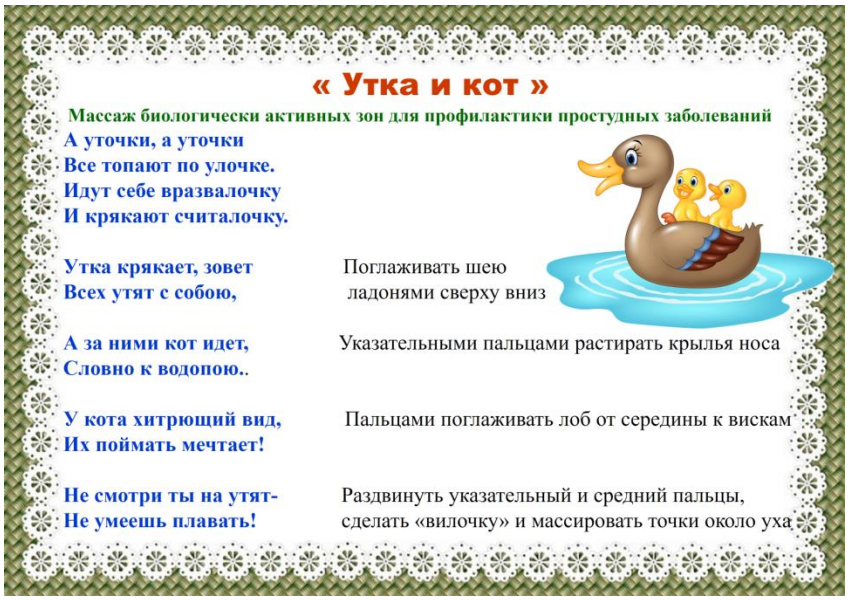
Стучать пальцем по ладошке малыша. Ра, два, три, четыре, пять. Шли цыплята погулять. Свежей травки пощипать. Вкусных зерен поклевать. Кашка для букашки. Водить пальцем по ладони ребенка. Маленькой букашке захотелось кашки. Мы сварили кашку накормить букашку. Кашку варили, ложечкой мешали. Деток накормили, кошек угощали.

Капуста

Мы капусту рубим (стучать ребрами ладоней). Мы капусту режем (ребра ладоней – вперед-назад). Мы капусту солим (сжимать и разжимать пальцы). И морковку трем.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3





«Чтобы не зевать от скуки»

Оздоровительный массаж всего тела: быстрые, частые хлопки на слова

Чтобы не зевать от скуки,
Встали и потерли руки,
А потом ладошкой в лоб
Хлоп-хлоп-хлоп.

Щеки заскучали тоже?
Мы и их похлопать можем.
Ну-ка дружно, не зевать:
Раз-два-три-четыре-пять.

Вот и шея. Ну-ка, живо
Переходим на загривок.

А теперь уже, гляди,
Добрались и до груди.
Постучим по ней на славу:
Сверху, снизу, слева, справа.

Постучим и тут, и там,
И немного по бокам.
Не скучать и не лениться!
Перешли на поясницу.

Чуть нагнулись, ровно дышим,
Хлопаем как можно выше.

Воспитатель показывает ежика.

По сухой лесной дорожке-
Топ-топ-топ-топочут ножки.
Ходит-бродит вдоль дорожек
Весь в иголках серый ежик.



«Дождик»

Массаж спины под песню Е. Поплянской (сб. «А мы на уроке – играем»)

Дождик бегает по крыше- Бом! Бом! Бом! По веселой звонкой крыше- Бом! Бом! Бом!	Встать друг за другом «паровозиком» и похлопывать друг друга по спине.
Дома, дома посидите- Бом! Бом! Бом! Никуда не выходите- Бом! Бом! Бом!	Постукивание пальчиками.
Почитайте, поиграйте- Бом! Бом! Бом! А уйду-тогда гуляйте- Бом! Бом! Бом!	Поколачивание кулачками.
Дождик бегает по крыше- Бом! Бом! Бом! По веселой звонкой крыше- Бом! Бом! Бом!	Поглаживание ладошками.





«Божьи коровки»

Дети выполняют массаж ног

Божьи коровки, папа идет,	Сидя, поглаживать ноги сверху донизу
Следом за папой мама идет,	Разминать ноги
За мамой следом детишки идут,	Похлопывать ладошками
Вслед за ними малышки бредут	Поколачивать кулачками
Юбочки с точками черненькими.	Постукивать пальцами
На солнышко они похожи,	Поднять руки вверх и скрестить кисти,
Встречают дружно новый день.	широко раздвинув пальцы
А если будет жарко им,	Поглаживать ноги ладонями и спрятать
То спрячутся все вместе в тень.	Руки за спину.



«Кто пасётся на лугу»

Дети выполняют массаж спины

Далеко, далеко	Встать друг за другом паровозиком, положить руки на плечи впередистоящего ребенка и похлопать по плечам.
На лугу пасутся	Загнуть большой палец на правой руке и рисовать четырьмя остальными пальцами змейку вдоль позвоночника впередистоящего.
Ко…	Покачать плечами вперед-назад.
-Козы?	Наклонить голову вперед
Нет, не козы!	Покачать головой вправо-влево.
Далеко, далеко	Повернуться на 180 и повторить движения 1 куплета
На лугу пасутся	
Ко…Кони? Нет, не кони!	
Далеко, далеко	Опять повернуться на 180 и повторить те же движения
На лугу пасутся	
Ко…Коровы?	Повернуться на 90, покачать головой, руки на поясе
Правильно, коровы!	
Пейте, дети, молоко,	Постепенно присесть. На последний слог быстро встать
Будете здоровы!	и поднять руки вверх.

