**Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми.**

(Материал выступления на родительском собрании).

Восточная мудрость гласит: «Здоровье - это вершина, которую должен каждый покорить сам» и наша задача научить детей покорять эту вершину.

В работе использую технологии сохранения и стимулирования здоровья:

утреннюю гимнастику и гимнастику пробуждения;

элементы песочной, солевой, су-джок терапии;

динамические паузы;

подвижные игры;

мышечные релаксации;

психогимнастики;

дыхательные гимнастики;

артикуляционные гимнастики;

тонирование;

самомассаж;

физкультминутки;

упражнения, направленные на профилактику нарушений зрения.

Педагог - новатор Василий Александрович Сухомлинский утверждал: «Истоки творческих способностей детей находятся на кончиках их пальцев. От пальцев, образно говоря, идут самые тонкие ручейки, которые питают источник творческой мысли. Чем больше мастерства в детской руке, тем умнее ребенок». Полностью согласна с этим высказыванием и поэтому, развитию мелкой моторики пальцев рук уделяю особое внимание. Много раз в день, во все режимные моменты и даже на прогулке, провожу различные пальчиковые игры по развитию мелкой моторики рук. Сочетаю их с речевыми упражнениями, стимулирующими развитие речи ребенка. Для эффективности игр, для создания благоприятной атмосферы во время их проведения, включаю музыкальное сопровождение, песни, сказки или художественное слово. Для поддержания интереса воспитанников к таким играм, использую различные предметы: гранёные карандаши, сосновые и еловые шишки, детали конструкторов, узелковые шнурки, бумагу, платочки, Су-Джоки, мячи, шнуровку, пазлы, крупы, орехи, соль, пуговицы.

Много внимания уделяю и дыхательным упражнениям. Дыхательная гимнастика является основой для нормального звукопроизношения, ведь некоторые звуки требуют энергичного сильного выдоха, сильной воздушной струи. Она закрепляет навыки диафрагмально-речевого дыхания. Правильное дыхание избавляет детей от многих болезней и не допускает их проявления, стимулирует работу сердца, головного мозга и нервной системы. Медленный выдох помогает расслабиться, успокоиться, справиться с волнением и раздражительностью. Это очень актуально для моих воспитанников, так как в большинстве своем они гиперподвижные, легковозбудимые. Дыхательные упражнения (успокаивающие или мобилизующие дыхание) выполняю несколько раз в день по 3 - 6 минут, в хорошо проветриваемом помещении. Дети вдыхают воздух через рот и нос, выдыхают - через рот. Вдох - легко и коротко, а выдох - длительно и экономно. После выдоха перед новым вдохом остановка на 3 секунды.

В своей работе применяю элементы игротерапии. Еще в 20-е годы прошлого века психотерапевты А. Фрейд, М. Клейн назвали детскую игру методом лечения, при котором дети развивают свои способности, учатся преодолевать конфликты и неурядицы.

Использую разные виды игр, различающиеся:

1. По виду деятельности - двигательные, интеллектуальные, психологические и т. д.

2. По характеру педагогического процесса - обучающие, тренировочные, контролирующие, познавательные, воспитательные, развивающие, диагностические.

3. По характеру игровой методики - игры с правилами; игры с правилами, устанавливаемыми по ходу игры; игры, где одна часть правил задана условиями игры, а устанавливается в зависимости от её хода.

4. По содержанию - музыкальные, математические, социализирующие, логические.

5. По игровому оборудованию - настольные, компьютерные, театрализованные, сюжетно-ролевые, режиссёрские.

Значение игровой технологии не в том, что она является развлечением и отдыхом, а в том, что при правильном руководстве она становится способом обучения, деятельностью для реализации творчества.Играя, улучшаю общее психологическое состояние каждого ребёнка, обучаю социальным нормам поведения. С помощью подвижных, музыкальных, танцевальных игр, игр - эстафет повышаю двигательную активность, развиваю координацию движений, силу, ловкость и сноровку. Используя коммуникативные, сюжетно-ролевые игры - развиваю у воспитанников умение взаимодействовать друг с другом, способствую созданию близких отношений общения, коммуникации, социализации ребёнка в обществе. Игровые занятия провожу очень живо, в эмоционально благоприятной психологической обстановке, в атмосфере доброжелательности, свободы, равенства, при отсутствии изоляции пассивных детей. Игровые технологии помогают дошкольникам раскрепоститься, стать самоувереннее в себе. Как показывает опыт, действуя в игровой ситуации, приближенной к реальным условиям жизни, ребятишки легче усваивают материал любой сложности.

В своей практике для использую сказкотерапию: народные и авторские сказки, т.к. в них есть много поучительного. Сказки не только читаю, но и обсуждаю с детьми, инсценируем, драматизируем, придумываем новые. В группе созданы условия для формирования у дошкольников интереса к театральной деятельности. Имеются кукольный, пальчиковый, плоскостной театры, атрибуты для ролевых игры, костюмы для перевоплощения ребятишек в разных сказочных героев.

Помогаю каждому ребёнку открыть в себе артиста, воспитываю желание творить. В процессе театральной деятельности совершенствую творческие способности, эмоциональную сферу, всестороннее развитие. Дети очень любят заниматься этой деятельностью, «олицетворять» сказки, обыгрывают их. Это повышает самоуверенность у воспитанников, формирует навыки общения и взаимодействия в коллективе, умения овладения своими эмоциями. Развивает самодисциплину и чувство ответственности. Сказкотерапия способствует снижению социальной изоляции ребёнка, совершенствует интонационную выразительность речи.

Использую в работе изотерапию, потому что она является компонентом развития базовых и творческих способностей ребёнка, важнейшим средством умственного, художественно-эстетического развития и нравственного воспитания. Позволяет развивать у детей изобразительные умения и навыки, способствует развитию мелкой моторики и координации движений рук, необходимых для успешного овладения в школе различными графическими деятельностями, и, прежде всего письмом. Рисуем с детьми мятой бумагой, губками, зубными щетками, ушными палочками, зубочистками, нитками, коктейльными соломинками, листиками, кубиками. При применении изотерапии помогаю каждому ребенку ощутить и понять самого себя, освободиться от сильных переживаний. Побуждаю выражать свободно в рисунке свои мысли и чувства, мечты и надежды. При проведении занятий создаю такие условия, при которых ребенок не испытывал бы затруднения для создания изображения с помощью предлагаемой техники. Стараюсь, чтобы занятия были интересны, оригинальны, приятны ребенку, интересным и привлекательным был бы результат.

**Вывод:**

Использование коррекционных здоровьесберегающих технологий помогает организовать жизнедеятельность детей интереснее и разнообразнее. Поддержать заинтересованность дошкольников на протяжении всего обучения, а так же обеспечить быстроту запоминания, понимания, и усвоения программного материала в полном объеме. В процессе работы у детей повышается мотивационный интерес к занятиям, более интенсивно и гармонично происходит развитие познавательных и образовательных процессов. Организовывать такие занятия с детьми легко, поскольку приемы работы очень интересны, и само занятие проходит в непринужденной обстановке и игровой форме.

На мой взгляд, нетрадиционные методы являются перспективным средством развивающей работы с детьми. Эти методы терапии помогают достигать максимально возможных успехов в преодолении речевых трудностей у дошкольников. Но нужно помнить, что современные, инновационные технологии, хороши не сами по себе, а лишь как дополнение к общепринятым, проверенным временем технологиям.