Здоровье сберегающие технологии в ДОУ применяемые

На занятиях по изобразительной деятельности.

В.А. Сухомлинский утверждал, что «…забота о здоровье ребенка – это не просто комплекс санитарно – гигиенических норм и правил… и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это, прежде всего забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».

Задача любого педагога, в том числе и педагога по изобразительной деятельности, состоит в следующем: создать условия для включения ребенка в процесс творчества и найти методы, адекватные его психофизиологическим особенностям, помогающие формированию позитивного мышления ребенка и его способности к «конструированию» собственного здоровья.

Занятия по изобразительной деятельности в ДОУ особенны тем, что их нельзя проводить так же, как другие виды деятельности, поскольку важно передать опыт творческой деятельности и эмоционально – ценностное отношение к миру.

Само занятие – это релаксация. Творческая атмосфера диктует строго продуманный план , где цели: эстетическое, духовно-нравственное развитие, формирование качеств, отвечающих представлениям истинной человечности. На занятиях приходится читать, говорить, запоминать, слушать, выполнять творческие задания, поэтому педагог должен уделять особое внимание здоровьесберегающим технологиям.

Так, в процессе НОД «ХЭР (ИЗО) используются разные техники – это и некоторые виды монотипий, роспись природных материалов (камешки, тесто), лепка игрушки и многое другое. Самое важное, что они позволяют эффективно развивать творческие способности ребенка – тем самым, осуществляя работу по формированию здорового образа жизни. Дети могут работать с различными материалами. И не надо бояться, что они испачкаются – нужно прививать аккуратность в работе.

Применение игровых технологий в художественной деятельности в комплексе с другими методами и приемами организации учебных занятий, дает мне возможность укрепить мотивацию на изучение , поддерживают интерес, увлеченность процессом, вызвать положительные эмоции, то есть создать благоприятный эмоциональный настрой, позволяют увидеть индивидуальность детей. Игра одна из форм релаксации, которая приводит к быстрому восстановлению работоспособности, сопровождается положительными эмоциями. Она наиболее согласуется с детской психикой и обеспечивает условия для самовыражения и реализации. Игра должна основываться на свободном творчестве и интересах детей:

* вызывать положительные эмоции;
* привлекать своим содержанием;
* иметь элемент соревнования;
* учитывать возрастные особенности;
* цель игры должна быть достижимой;
* оформление должно быть красочным.

Для детей игра – это способ самореализации, самовыражения, самооценки. Игровые формы разнообразны:

* подвижные игры (физкультминутки, игры в животных, игры на внимание);
* диалоги с героями книг, сказок, мультфильмов

Но как бы велико ни было значение сказки для поддержания душевного мира детей, не одна она используется в качестве терапевтического средства на занятиях по изобразительного деятельности. Т к художественная деятельность соединяет воедино многие искусства.

Огромные возможности для поддержания душевного здоровья детей имеет музыкотерапия.

Музыкотерапия является интереснейшим и перспективным направлением, которое используется во многих странах в лечебных целях. Экспериментально доказано, что музыка может успокоить, но может привести в крайне возбужденное состояние, может укрепляться иммунная система, что приводит к снижению заболеваемости, улучшается обмен веществ, активнее идут восстановительные процессы, и человек выздоравливает. Многие взрослые были бы уравновешеннее, спокойнее и доброжелательнее, если бы в раннем детстве засыпали под колыбельную песню. Звучание музыки на занятиях дает ребенку возможность успокоиться, снять раздражительность, нервное напряжение.

Учёт психического и физического здоровья ребенка; психологических особенностей детей. Стимулирование мотивации на успешность в обучении, оказание поддержки и помощи ребенку. Использование чередования интенсивности в обучении и релаксации.

**Созданию эмоционально положительного фона в обучении, придаёт цветотерапия**.

КРАСНЫЙ цвет психологически действует раздражающе – возбуждающе, в зависимости от человека и обстановки он либо активизирует, придает сил, делает более жизнерадостным и способствует общению, либо вызывает беспокойство и нервозность.

ЖЕЛТЫЙ цвет является хорошим цветом для поднятия настроения и борьбы с депрессией. У него есть свойство возбуждать внимание и повышать готовность человека к общению и принятию новой информации.

СИНИЙ цвет обладает успокаивающим и расслабляющим свойствами. Синее окружение помогает лучше справиться с душевными проблемами. Этот цвет любят, поскольку из него излучается чистота и покой.

ЗЕЛЁНЫЙ цвет воздействует спокойно и нейтрально, он успокаивает, но не так сильно, как синий. В психологическом смысле зеленый цвет вызывает чувство чистоты, свежести и обновления.

Художественно эстетическая деятельность должена осуществляется в условиях комфортности:

развитие интереса к предмету;

* сочетание систематического контроля над изобразительной деятельностью воспитанников с педагогически целесообразной помощью им;
* воспитание веры в свои силы, в свои творческие способности;
* последовательное усложнение изобразительной деятельности, обеспечение перспектив развития художественного творчества;
* обучение языку изобразительного народного декоративно-прикладного искусства;
* целенаправленное, систематизированное использование бесед, активизирующих внимание ребёнка, работу его мыслей, его эмоциональную и эстетическую отзывчивость;
* подбор произведений изобразительного искусства для рассматрива;
* использование на занятиях технических средств обучения;
* введение в НОД творческих импровизационных и проблемных задач;
* применение разнообразных художественных материалов и техник работы ими;
* смена видов изобразительной деятельности в течение учебного года; графика, живопись, лепка, конструирование, декоративная работа и др.;
* сочетание индивидуальных и коллективных форм работы;
* межпредметные связи;

Введение в структуру НОД игровых элементов и художественно – дидактических игр, использование элементов соревнования.

Для снятия усталости и повышения работоспособности целесообразно проводить физкультминутки. Т же целесообразно проводить разрядку в виде упражнений для глаз. Дыхательные упражнения способствуют углублению дыхания, помогают повысить возбудимость коры больших полушарий, активизировать детей (упражнение «Шарик»).

Важно, чтобы через весь процесс обучения проходила установка на успех. Необходимо учить воспитанников анализировать своё эмоциональное состояние, контролировать его, ведь отрицательные эмоции мешают достижению творчества. Как итог – каждый ребёнок должен быть здоровым и успешным.

ПДО ИЗО Бобылева И К