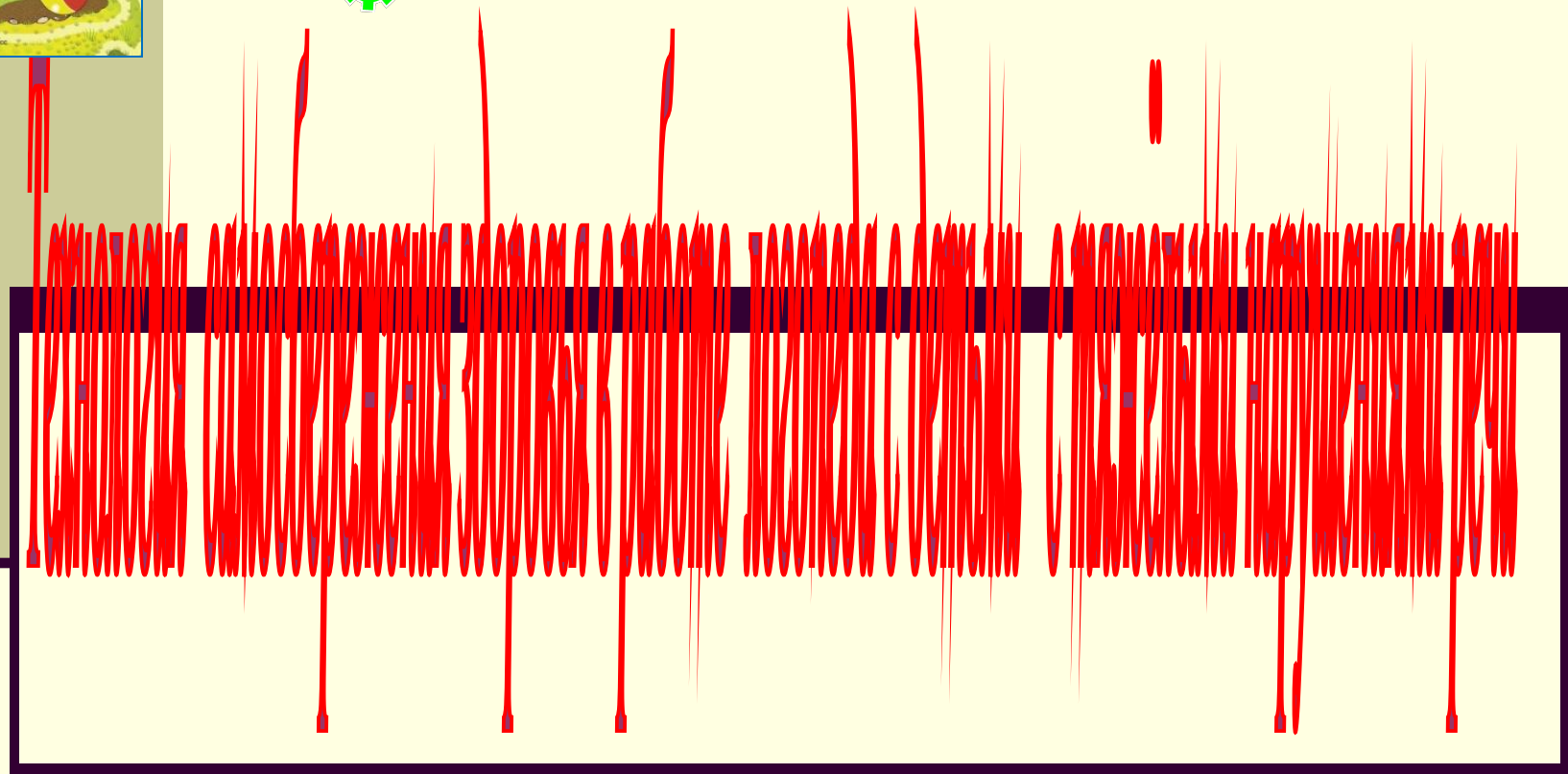


# Методическое пособие Д. Юматовой «Культура здоровья дошкольника. Цикл игр-путешествий»



Юматова  
Дина Борисовна

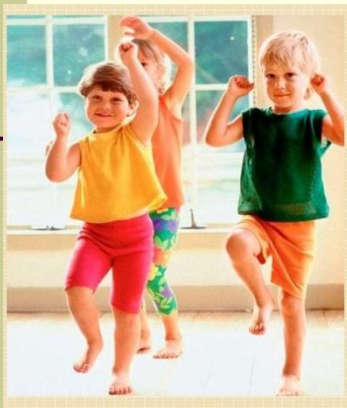


# Технология самосбережения здоровья дошкольника

**Технология самосбережения здоровья** - это система получения позитивного жизненного опыта, направленного на повышение адаптационных возможностей организма ребёнка в тесной связи с **физическим**, **психическим** и **нравственным** компонентами здоровья, определяющих его способность к обучению и преодолению речевых нарушений, отношение к окружающему миру.



# Технология самосбережения здоровья дошкольника в работе логопеда



## Физическое здоровье

Движение

*Мышечная радость от движения*

Комплекс мер и основные

### РЕКРЕАЦИЯ – задачи

Укрепление костно-мышечного аппарата, развитие общей и речевой моторики, формирование осанки, двигательных навыков и умений



## Психическое здоровье

ЭМОЦИИ

Музыка

*спокойствие, защищённость*

### РЕЛАКСАЦИЯ –

Снятие нервно-психического и мышечного напряжения, овладение элементами саморегуляции (развитие дыхания, эмоций)



## Духовно-нравственное здоровье

Состояние души (образ  
мыслей)

Слово

*спонтанность, творчество*

### КАТАРСИС –

Оздоровительное воздействие на *духовную сферу* ребёнка через *игру*. Развитие организаторских способностей, умения выразить мысль словом



Юматова Дина Борисовна



# Технология самосбережения здоровья дошкольника в работе логопеда

Занятия в составе группы дают стойкий и продолжительный результат по преодолению речевых нарушений

Форма организации групповых занятий -

## Логопедическая ритмика

Логопедическая ритмика –  
одна из форм активной терапии  
с детьми с ТНР,  
основанной на связи  
движения, музыки, слова



Технология самосбережения здоровья интегрирует все компоненты

# Технология самосбережения здоровья может быть реализована на занятиях логоритмики путем:

- *моделирования проблемных ситуаций, требующих проявления интеллектуальной и нравственной активности ребенка;*
- *использования активной рекреационной нагрузки: подвижных игр, в которых необходимы согласованные действия, взаимопомощь, коллективные усилия;*
- *применения различных дыхательных упражнений для снятия психоэмоционального напряжения;*



Юматова Дина Борисовна

- *использования элементов психофизических игр (игр-погружений, игр-перевоплощений, спонтанных танцев);*
- *употребления возможностей релаксации для снятия эмоционального и телесного напряжения, формирования этических установок;*
- *задействования возможностей театра;*
- *выражения чувств различными видами художественно-эмоционального языка: деятельностью с помощью рисунков, ассоциаций, музыки и других средств искусства.*



- *задействования элементов самомассажа для активизации биологически активных точек;*
- *использования возможностей голосового аппарата по снятию напряжения и формированию инерции успешной деятельности;*
- *активизации самостоятельной деятельности детей (ролевые игры, беседы, драматизации);*
- *использования возможностей коллективной совместной творческой деятельности, создающей единое групповое поле;*





# Система логоритмических занятий

## Игра-путешествие к деревьям (из опыта работы)



1-й этап – предварительная деятельность "Образ-знакомство"

2-й этап – логоритмика. Образ-движение

3-й – закрепляющий итоговый результат игры (фиксация полученного опыта) Образ-творчество.



«Когда я превращался в дерево, я чувствовал доброту, солнышко придавало мне энергию» (Коля Ж.)

«Когда я была деревом, я чувствовала солнце и свет». (Ира Д.) Юматова Дина Борисовна



Карта путешествия по сказке «Дюймовочка», выполненная детьми  
Дубки, выращенные детьми



# *Результаты применения технологии самосбережения здоровья*

- положительная динамика снижения уровня заболеваемости детей;
- снижение эмоциональной напряжённости, психологический комфорт и позитивные чувства;
- приобретение детьми начальных навыков психической саморегуляции и восстановления психоэмоционального равновесия,
- уменьшение невротических реакций и других проблем психогенного характера;
- развитие сенсорной чувствительности и умение контролировать свою речь;
- доверие ребенка к логопеду, стремление к контакту с ним, интерес к занятиям.

---

*(высказывания детей по окончании курса занятий логопедической ритмикой)*

- *наш организм*
- *красота*
- *это наша жизнь, наша культура,  
наше доброе дело*
- *Здоровье нужно, чтобы другим  
людям приносить радость*

По материалам методического пособия Д. Юматовой  
«Культура здоровья дошкольника. Цикл игр-путешествий»  
изд-во Детство Пресс, 2017 г.



Данное методическое пособие можно приобрести в  
интернет-магазинах

«Лабиринт», <https://www.labyrinth.ru/books/551906/>

«Беру»

<https://beru.ru/product/iumatova-d-b-kultura-zdorovia-doshkolnika-t-siki-igr-puteshestvii-fgos/519474124?ncrnd=2162>

«Библио-Глобус»

<https://www.bgshop.ru/catalog/getfulldescription?id=10319206&type=1>

«УчМаг» <https://www.uchmag.ru/estore/e526104/> и др.