

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

#### <u>Комплекс мер и основные</u>

#### РЕКРЕАЦИЯ – <mark>Задачи</mark>

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



### Психическое здоровье

Музыка

спокойствие, защищённость

#### <u>РЕЛАКСАЦИЯ –</u>

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



## **Духовно-нравственное здоровье**

Состояние души (образ мыслей)
Слово

спонтанность, творчество

#### KATAPCUC -

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

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



## 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 художественноэмоционального языка: деятельностью с помощью рисунков, ассоциаций, музыки и других средств искусства.





Юматова Дина Борисовна

- 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;



Юматова Дина Борисовна



## Система логоритмических занятий

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





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

2-й этап – логоритмика. Образдвижение

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

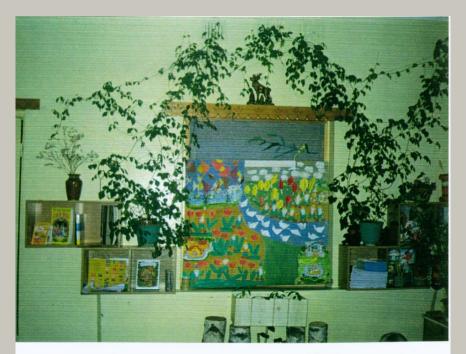




«Когда я превращался в дерево, я чувствовал доброту, солнышко придавало мне энергию» (Коля Ж

энергию коляж деревом, я чувствовала солнце и свет». Ира Д. <sub>Юматова Дина Борисовна</sub>





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. Юматова Дина Борисовна

(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.labirint.ru/books/551906/

«Беру»

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

«Библио-Глобус»

https://www.bgshop.ru/catalog/getfulldescription?id=10319206&typ

<u>e=1</u>

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