

Мастер-класс для педагогов  
«Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми дошкольного  
возраста с нарушениями речи»

Мацнева О. В., учитель-логопед  
МБДОУ ДС №67 «Аистёнок»,  
г. Старый Оскол, Белгородская область

Цель: Распространение педагогического опыта по применению здоровьесберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста с нарушениями речи

Задачи:

- раскрыть значение здоровьесберегающих технологий;
- познакомить с методикой их проведения;
- поделиться личным опытом работы по сохранению здоровья дошкольников;
- распространить педагогический опыт по применению здоровьесберегающих технологий;
- познакомить педагогов с элементами здоровьесберегающих технологий с целью повышения их профессиональной компетентности.

**Ход мастер – класса**

Здравствуйте! Я представляю Вам свой мастер класс на тему «Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми дошкольного возраста с нарушениями речи»

*Что такое «здоровье?»*

*По данным Всемирной Организация Здравоохранения - здоровье- это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.*

Здоровые дети - в здоровой семье,  
Здоровые семьи - в здоровой стране,  
Здоровые страны - планета здорова,  
Здоровье - какое прекрасное слово!  
Так пусть на здоровой планете  
Растут здоровые дети!

Забота о здоровье - это важный труд педагога. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

Пришло время новых технологий, назначение которых – объединить педагогов, родителей и самое главное – самих детей на сохранение, укрепление здоровья. Эти технологии получили название «здоровьесберегающие». Что же такое «здоровьесберегающие технологии»?

Здоровьесберегающие технологии – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и медицинского работника.

Цель доровьесберегающих образовательных технологий - обеспечить дошкольнику возможность не только сохранения здоровья, но и его укрепления.

Вспомним технологии организации здоровьесберегающей работы:

1. Утренняя гимнастика
2. Пальчиковая гимнастика
3. Физкультурные занятия
4. Артикуляционная гимнастика
5. Гимнастика для глаз.
6. Физкультминутки
7. Бодрящая гимнастика
8. Корректирующая гимнастика
9. Физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами.
10. Физкультурные прогулки.
11. Динамические паузы
12. Релаксация.
13. Массаж ладоней и пальцев рук
14. Массаж по методу Су-Джок терапии.
15. Кинезиология
16. Игровой самомассаж ложками
17. Технология музыкального воздействия
18. Сказкотерапия

*Сегодня на мастер-классе мы будем говорить только о некоторых формах здоровьесберегающих технологий, которые я часто использую в работе.*

#### 1. Массаж ладоней и пальцев рук

«Истоки способностей и дарования детей – на кончиках их пальцев. От пальцев, образно говоря, идут тончайшие нити – ручейки, которые питают ум ребенка. Другими словами, чем больше мастерства в детской руке, тем умнее ребенок». (В. Сухомлинский)

Такой массаж мы выполняем, например, с прищепками.

Берем бельевые прищепки и прищепляем ногтевые фаланги (кроме большого) на каждый ударный слог (Внимание! Предварительно проверьте силу «кусания» на себе!)

Левая рука

5 4 3 2 Вот проснулся, встал гусёнок,

3 4 5 Пальцы щиплет он спросонок.

Правая рука

5 4 3 2 — Дай, хозяйка, корма мне

2 3 4 5 Раньше, чем моей родне!

Когда дети впервые выполняют этот массаж, они сначала немного боятся, но в процессе выполнения им очень нравится, они увлекаются, повторяют снова и снова, даже иногда сами придумывают различные сюжеты.

2. Следующая форма здоровьесберегающих технологий - массаж по методу Су-Джок терапии.

Су-Джок терапия – это достижение восточной медицины. В переводе с корейского языка Су – кисть, Джок – стопа.

Цель такого массажа- воздействовать на биологически активные точки, стимулируя речевые зоны коры головного мозга. Данный массаж выполняется специальным массажным шариком. Сейчас мы с вами выполним такой массаж, я буду проговаривать текст, и показывать движения, а вы повторяйте за мной.

Пальчиковая игра «Ёжик». (с шариком)

*Упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.*

Ёжик, ёжик, хитрый ёж, на клубочек ты похож.	<i>(катаем Су-Джок между ладонями)</i>
На спине иголки очень-очень колкие	<i>(массажные движения большого пальца)</i>
Хоть и ростом ёжик мал,	<i>(массажные движения указательного пальца)</i>
нам колючки показал,	<i>(массажные движения безымянного пальца)</i>
А колючки тоже	<i>(массажные движения мизинца)</i>
на ежа похожи.	<i>(дети катают Су-Джок между ладонями)</i>

Массаж пальцев эластичным кольцом.

*Поочередно прокатываем массажные кольца по каждому пальцу, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики.*

Раз – два – три – четыре – пять, *(разгибать пальцы по одному)*

Вышли пальцы погулять,

Этот пальчик самый сильный,

самый толстый и большой. *(прокатывать кольцо по пальцу)*

Этот пальчик для того,

чтоб показывать его. *(прокатывать кольцо по пальцу)*

Этот пальчик самый длинный

и стоит он в середине. *(прокатывать кольцо по пальцу)*

Этот пальчик безымянный,

он избалованный самый. *(прокатывать кольцо по пальцу)*

А мизинчик, хоть и мал,

очень ловок и удал. *(прокатывать кольцо по пальцу)*

Дети с огромным удовольствием выполняют такой игровой массаж.

3.Ещё одна из **технологий** называется кинезиология- наука о развитии головного мозга через определённые двигательные упражнения.

Давайте попробуем поиграть, сначала я даю условные обозначения (зайчик-колечко-цепочка, а сейчас буду называть эти слова, а вы их показывать, сначала выполняем одной рукой медленно, потом двумя - быстрее. Поэтому принципу мы играем в такие игры как: кулак-ребро-ладонь, камень-ножницы-бумага и др.

4. Ещё одна из форм здоровьесберегающих технологий - это игровой самомассаж - нетрадиционный вид упражнений, помогающий естественно развиваться организму ребенка, функционально совершенствоваться его

отдельным органам и системам. И для этого мы используем обычные пластиковые ложки.

Массаж ложками изобрёл доктор Рене Кох. Он разработал уникальную методику массажа с помощью обычных ложек. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Применение такого массажа дает еще и развитие мелкой моторики у ребенка, ребенок, делая массаж, легко усваивает названия частей лица.

Давайте и мы с вами сделаем такой игровой массаж лица, проговаривая слова, повторяем движения.

*Лоб погладили мы нежно*

*И расслабили прилежно...*

*(круговые движения по середине лба)*

*Как погладить щеки нам,*

*Не сдвигая кожу там,*

*(круговые движения по щекам)*

*Растереть свои височки,*

*Надавив в последней точке, ...*

*Повернуть боками ложки,*

*Вытирать со щёчек крошки.*

*(краями ложек собирать «крошки»)*

*После складочки скребём –*

*(краями ложек «скребем» над верхней губой)*

*Нажимаем их потом.*

*(частое нажатие кончиками ложек по носогубным складкам)*

*Поскребём по губкам тоже –*

*Забывать о них негоже.*

*(скребущее движение по верхней и нижней губе кончиками ложек)*

*И нажмем концами ложек,*

*Как нажать их мог бы ёжик.*

*(частые нажатия кончиками ложек по всей длине губ)*

*Разомнем получше щёки,*

*Круг рисуя там глубокий*

*Там, где губок уголки,*

*Крутим мелкие кружочки*

*Щёки можно посдвигать*

*Вверх и вниз, и вверх опять.*

*И у мышц жевательных  
Покружить желателью.*

*И у подбородка  
Круг рисуем чётко.*

*Гладим личико. Опять  
Начинаем разминать.*

Я благодарю участников мастер-класса и хотела бы задать Вам вопрос: «Как Вы считаете, могли бы Вы в своей работе использовать данные приемы и где?»

Уважаемые коллеги, я поделилась с вами вариативностью использования в своей работе разнообразных методов и приёмов для сохранения и укрепления здоровья дошкольников. Я могу с уверенностью сказать, что они оказывают положительное воздействие на здоровье моих воспитанников во всех смыслах этого слова, у детей повышается работоспособность, улучшается качество образовательного процесса, они всегда в хорошем настроении, а это для меня самое главное.

И в завершении мастер-класса я предлагаю вам немного расслабиться (*проводится под спокойную музыку*).

Давайте улыбнёмся и подарим друг другу немного света и тепла своего сердца. А мне остаётся только поблагодарить Вас за внимание и за работу. Если есть вопросы, я готова ответить на них