



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НИЖНЕВАРТОВСКА

**РЕСУРСНЫЙ МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
«ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ
СТАНДАРТ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

**СЕКЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЕЙ ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЙ ГОРОДА НИЖНЕВАРТОВСКА ПО НАПРАВЛЕНИЮ
«ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ»**

**Тема: «Формирование представлений воспитанников о
сохранении и укреплении здоровья по средствам ИКТ –
технологий»**

*Зайцева Ольга Александровна,
воспитатель МБДОУ ДС № 67 «Умка»*



Г. НИЖНЕВАРТОВСК, 2016



Здравствуйтесь уважаемые коллеги!

Тема моего выступления представлена на слайде.

Конечным результатом в политике любого государства является здоровье нации, именно здоровье выступает как мера качества жизни. Здоровье детей является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны, а также одной из характеристик национальной безопасности. Среди важнейших социальных задач, которые сегодня стоят перед образованием – забота о физическом и психическом здоровье детей.

Здоровьесберегающие технологии

- Здоровьесберегающие образовательные технологии – это психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни

Информационно - коммуникационные технологии

- Информационно - коммуникационные технологии – это комплекс методов, способов и средств, обеспечивающих хранение, обработку, передачу и отображение информации и ориентированных на повышение эффективности воспитательно-образовательного процесса.

Поэтому электронная информация более интересна и близка им, она создает у детей бодрое настроение, облегчает преодоление трудностей в усвоении учебного материала.

- В соответствии с Законом РФ «Об образовании», здоровье человека отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования. Важным условием сохранения и укрепления здоровья детей является комплексное внимание к нему со стороны педагогов, родителей.
- «Компьютерные технологии призваны в настоящий момент стать не дополнительным «довеском» в обучении и воспитании, а неотъемлемой частью целостного образовательного процесса, значительно повышающей его качество» (Из Концепции долгосрочного социально-экономического развития РФ на период до 2020 года).

ИКТ - это полезный инструмент для организации и проведения занятий и в том числе по формированию здорового образа жизни у воспитанников.

На занятиях и в совместной деятельности по формированию ценностей здорового образа жизни использую:

➤ Интерактивные дидактические игры



Для ребенка дошкольного возраста игра – это ведущая деятельность, в которой не только проявляется, но, прежде всего, формируется и развивается личность ребенка. Интерактивные игры, для детей старшего дошкольного возраста разрабатываю с учетом возможности ребенком самому контролировать правильности выполнения задания. Интерфейс игры направляет детей, указывает верное или неверное

решение они приняли. Широко применяю приемы внешнего поощрения в интерактивной игре. Например: при правильном решении игровых задач дети слышат веселую музыку, либо, видят печальное лицо, если задача

неправильно решена.

Дети ждут оценку, эмоционально реагируют на ее характер. У них отмечается яркое эмоциональное положительное отношение к занятиям. Использование интерактивного оборудования при обучении старших дошкольников, помогает закрепить, уточнить конкретное содержание учебного материала, повышению эффективности обучения детей, развитию интеллектуальных и творческих возможностей («Здоровые ножки», «Витамины», «Поваренок», «Полезные продукты», «Прогулка» и др.)

➤ **Познавательные презентации**

Презентации

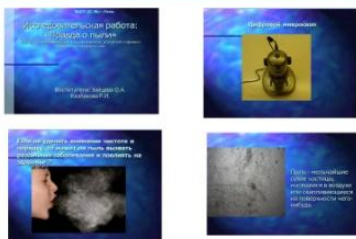


Презентации, являются одним из основных средств расширения детских представлений. Это наглядность, которая позволяет выстроить объяснение на занятиях логично, научно и вместе с тем интересно. При такой организации материала включаются три вида памяти детей: зрительная, слуховая, моторная. Презентация дает возможность рассмотреть сложный материал поэтапно, обратиться не только к

текущему материалу, но и повторить предыдущую тему. («Мы здоровью скажем да», «Кто курит тот, здоровье губит», «Гигиена друг здоровья», «Правильное питание», «Если хочешь быть здоров», «Поговорим о здоровье», «Зимние виды спорта», «Спорт – источник здоровья», «Олимпийские виды спорта»)

➤ **Проектная деятельность**

Проектная деятельность



Информационно - коммуникационные технологии успешно используются в проектной деятельности. Проекты с использованием ИКТ по ЗОЖ уже становятся частью образовательной среды ДОУ. При создании проектов нам просто необходим: компьютер, фотоаппарат, видеокамера, а для проведения исследовательских проектов - цифровой микроскоп. При презентации проектов мы

пользуемся проектором и доской. Разработаны проекты по здоровьесбережению с привлечением всех участников образовательного процесса – дети, педагоги, родители. («Молоко и молочные продукты», «Здоровая улыбка», «Опасная пыль», «Я хочу быть здоровым»)

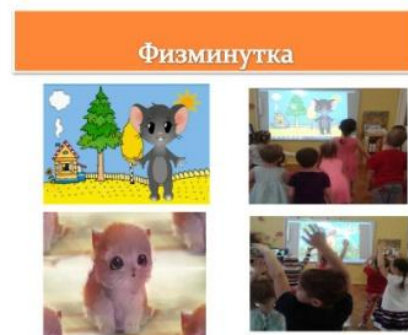
Так же работа по формированию ценностей здорового образа жизни ведется при проведении: физкультминуток; пальчиковых, зрительных, дыхательных гимнастик; самомассажей.

➤ Пальчиковая гимнастика и физкультминутка.



Пальчиковая гимнастика и физкультминутка с использованием информационных технологий способствуют повышению интереса к выполнению упражнений направленных на повышение общего тонуса, моторики, тренировке подвижности нервных процессов, развитию внимания и памяти.

Физкультминутки, которые проходят в игровой форме, с музыкальным сопровождением, создают положительный эмоциональный настрой и снимают психоэмоциональное напряжение.



Зрительная гимнастика



Гимнастика для глаз также увлекательно проводить с воспитанниками с использованием информационных технологий. Она снимает зрительное напряжение, повышает зрительную работоспособность, улучшает кровообращение и способствует предупреждению нарушений зрения и развития глазных заболеваний, а также

более быстрому восстановлению работоспособности и эффективному усвоению учебного материала.

Упражнения для глаз одинаковы для всех возрастных групп, но дозировка должна постепенно увеличиваться.



Дыхательная гимнастика

Дыхательная гимнастика – это комплекс специализированных дыхательных упражнений, направленных на укрепление физического здоровья ребенка. При

помощи ИКТ проводим дыхательную гимнастику для развития у ребенка органов дыхания, постановки различных видов дыхания, а также профилактики заболеваний верхних дыхательных путей.

Самомассаж.



Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, с музыкальным сопровождением, дети получают радость и хорошее настроение.

При проведении массажа учу детей не надавливать с силой на указанные точки, а массировать их мягкими движениями пальцев.

Очень большое значение для сохранения внимания и интереса детей имеет подбор музыкального сопровождения, а также интонационное разнообразие речи педагога. Нужно суметь и музыкой, и речью, и мимикой создать сказочную, волшебную атмосферу. И вы сами убедитесь, увидите, каким восторгом загорятся глаза ваших воспитанников.

Упражнения, которые интересны детям, которые выполняет с удовольствием, способствуют формированию сознательного стремления к здоровью, развивая навыка собственного оздоровления.

Признавая, что информационно коммуникационные технологии – это мощное средство для развития детей, необходимо помнить заповедь “НЕ НАВРЕДИ!”. Использование ИКТ в дошкольных учреждениях требует тщательной организации, как самих занятий, так и всего режима в целом в соответствии с возрастом детей и требованиями Санитарных правил.

Требования СанПиН 2.4.1.2660-10. (При проведении занятий с использованием компьютерной техники.)

12.21. Непосредственно образовательную деятельность с использованием компьютерной техники для детей 5 - 7 лет следует проводить не более одного в течение дня и не чаще трех раз в неделю в дни наиболее высокой работоспособности: во вторник, в среду и в четверг. После работы с детьми проводят гимнастику для глаз. Непрерывная продолжительность работы с компьютером в форме развивающих игр для детей 5 лет не должна превышать 10 минут и для детей 6 - 7 лет - 15 минут. Для детей, имеющих хроническую патологию, часто болеющих (более 4 раз в год), после перенесенных заболеваний в течение 2 недель продолжительность непосредственно образовательной деятельности с использованием компьютера должна быть сокращена для детей 5 лет до 7 минут, для детей 6 лет - до 10 мин.

Для снижения утомляемости детей в процессе осуществления непосредственно образовательной деятельности с использованием компьютерной техники необходимо обеспечить гигиенически рациональную организацию рабочего места: соответствие мебели росту ребенка, достаточный уровень освещенности... (Освещение рекомендуется оборудовать слева по отношению к ребенку. Нельзя допускать, чтобы дети наблюдали за изображением в условиях бликования или слабой освещенности экрана.) Непосредственно образовательную деятельность с использованием компьютеров проводят в присутствии педагога или воспитателя (методист). После проведения занятия с компьютерной техникой следует проводить гимнастику для глаз.

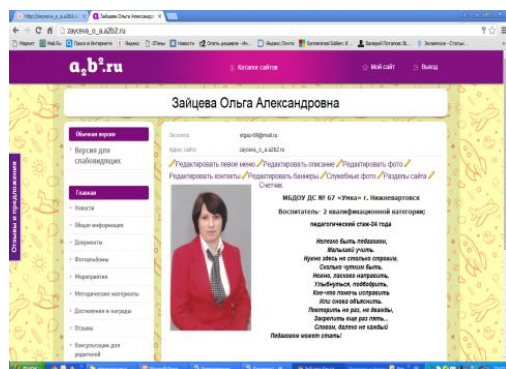
Основные принципы здоровьесбережения состоят в следующем:

1. *Непрерывность и преемственность* — работа ведется не от случая к случаю, в каждый день.
2. *Субъект-субъектные взаимоотношения* — ребенок является непосредственным участником здоровьесберегающих мероприятий и в содержательном, и в процессуальном аспектах.
3. *Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям детей* — объем учебной нагрузки, сложность материала должны соответствовать возрасту воспитанников.
4. *Комплексный, междисциплинарный подход* — единство в действиях педагогов, психологов и врачей.
5. *Успех порождает успех* — акцент делается только на хорошее; в любом поступке, действии сначала выделяют положительное, а только потом отмечают недостатки.

На слайде представлены основные принципы здоровьесбережения состоят в следующем:

1. *Непрерывность и преемственность* — работа ведется не от случая к случаю, а каждый день.
2. *Субъект-субъектные взаимоотношения* — ребенок является непосредственным участником здоровьесберегающих мероприятий и в содержательном, и в процессуальном аспектах.
3. *Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям детей* — объем учебной нагрузки, сложность материала должны соответствовать возрасту воспитанников.
4. *Комплексный, междисциплинарный подход* — единство в действиях педагогов, психологов и врачей.
5. *Успех порождает успех* — акцент делается только на хорошее; в любом поступке, действии сначала выделяют положительное, а только потом отмечают недостатки.

Эти условия помогают избежать усталости и сделать общение детей с компьютером более безопасным для здоровья.



Нами разработаны памятки для педагогов и родителей, где рассказываются о проблемах игровой и компьютерной зависимости, о способах профилактики и борьбы с этими явлениями. Они представлены на моей страничке http://zayceva_o_a.a2b2.ru

Итак, при условии грамотного использования, **ИКТ становятся** для педагогов **помощниками** в деле здоровьесбережения воспитанников и создания системы здоровьесбережения. Опыт работы показывает, что «ИКТ» и «здоровье» это не два взаимоисключающих понятия, что ИКТ при их грамотном использовании могут служить инструментом и помощником в деле сохранения и приумножения здоровья детей.