

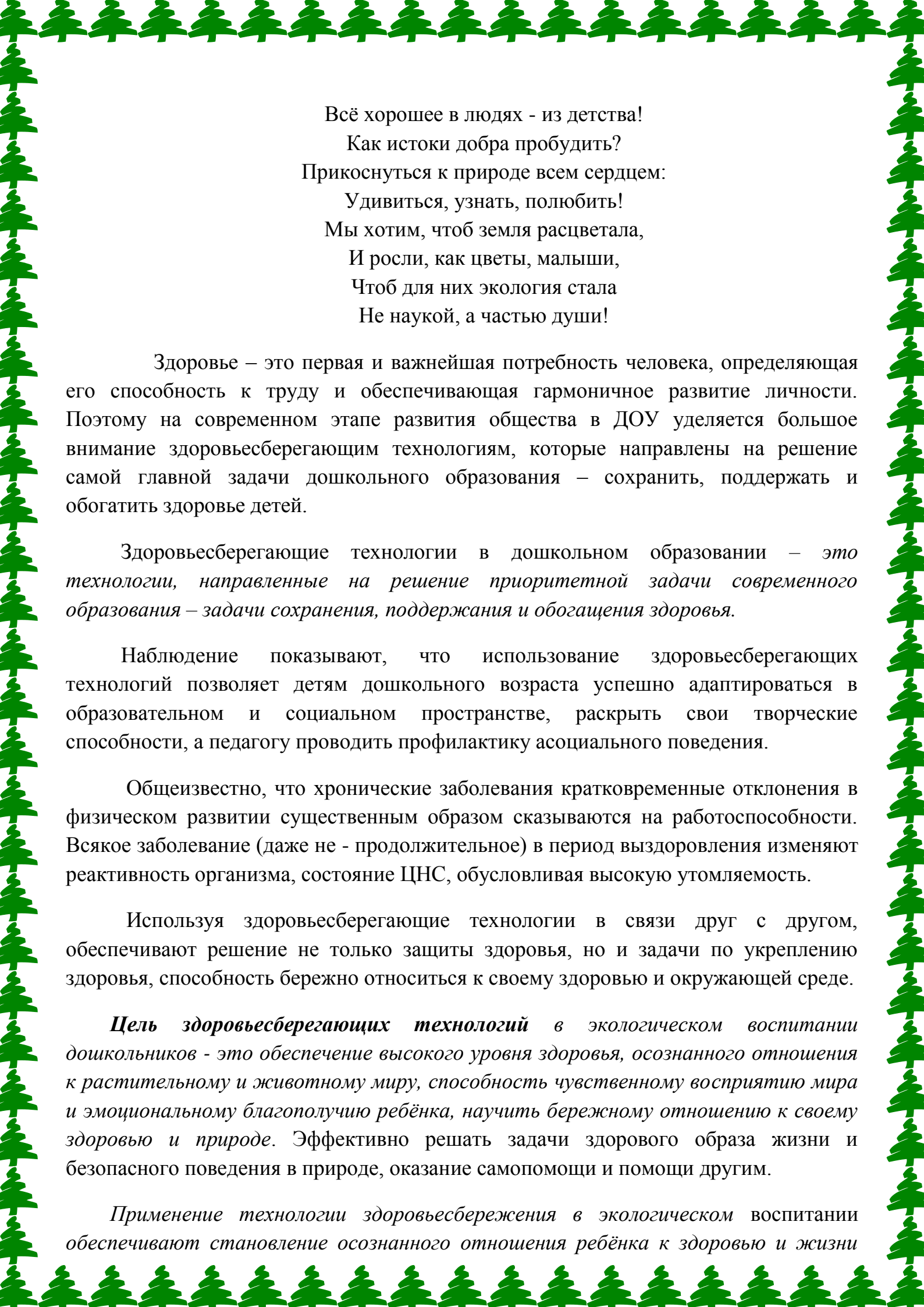
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 18 «Изюминка» г. Йошкар-Ола

**«Здоровьесберегающие технологии в
ЭКОЛОГИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ
ДОШКОЛЬНИКОВ»**

Консультация для воспитателей

Подготовила:
Просвирякова Е.Ю., воспитатель высшей
квалификационной категории

Йошкар-Ола
2020 г.



Всё хорошее в людях - из детства!
Как истоки добра пробудить?
Прикоснуться к природе всем сердцем:
Удивиться, узнать, полюбить!
Мы хотим, чтоб земля расцветала,
И росли, как цветы, малыши,
Чтоб для них экология стала
Не наукой, а частью души!

Здоровье – это первая и важнейшая потребность человека, определяющая его способность к труду и обеспечивающая гармоничное развитие личности. Поэтому на современном этапе развития общества в ДОУ уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании – это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья.

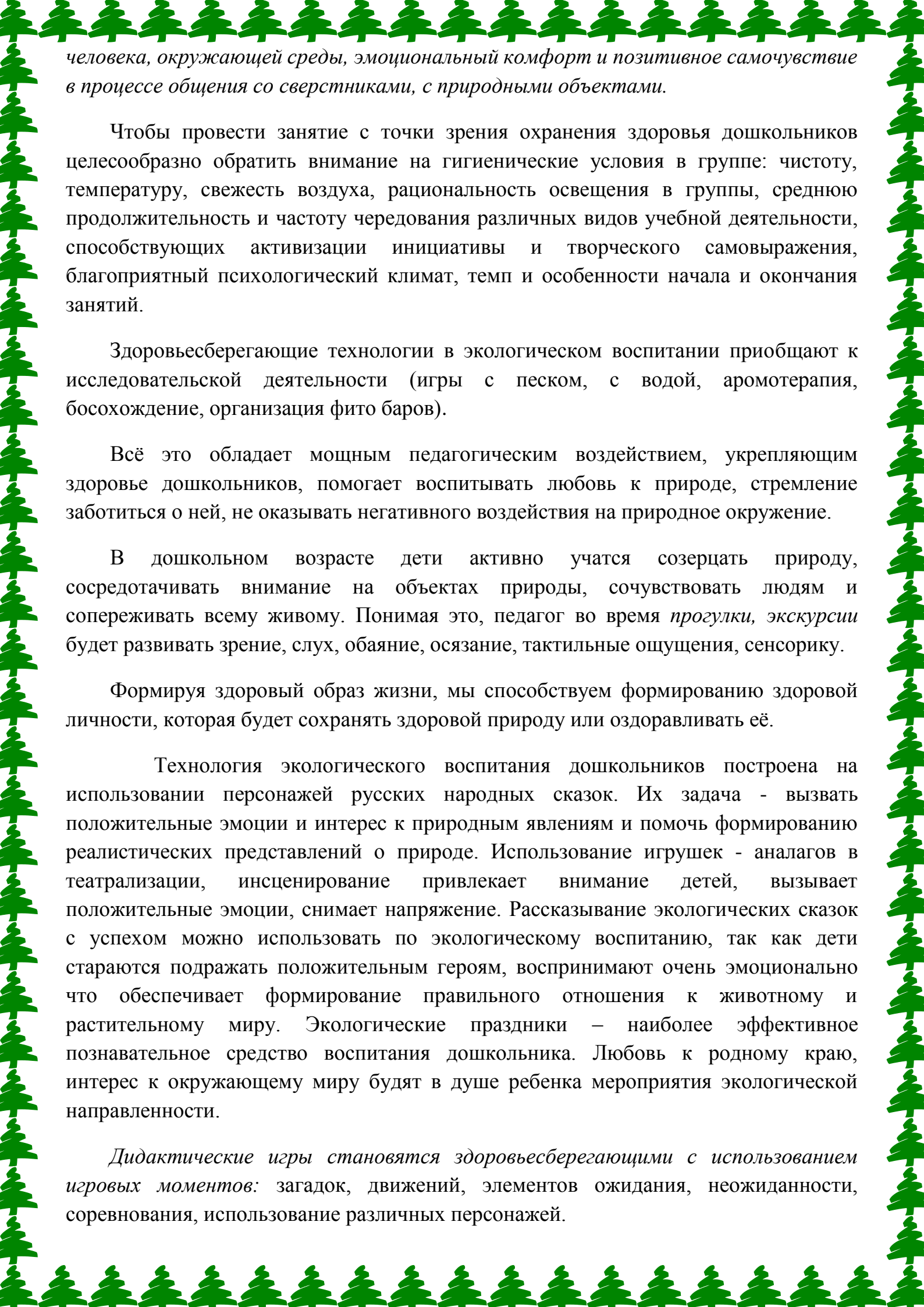
Наблюдение показывают, что использование здоровьесберегающих технологий позволяет детям дошкольного возраста успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а педагогу проводить профилактику асоциального поведения.

Общеизвестно, что хронические заболевания кратковременные отклонения в физическом развитии существенным образом сказываются на работоспособности. Всякое заболевание (даже не - продолжительное) в период выздоровления изменяют реактивность организма, состояние ЦНС, обуславливая высокую утомляемость.

Используя здоровьесберегающие технологии в связи друг с другом, обеспечивают решение не только защиты здоровья, но и задачи по укреплению здоровья, способность бережно относиться к своему здоровью и окружающей среде.

Цель здоровьесберегающих технологий в экологическом воспитании дошкольников - это обеспечение высокого уровня здоровья, осознанного отношения к растительному и животному миру, способность чувственному восприятию мира и эмоциональному благополучию ребёнка, научить бережному отношению к своему здоровью и природе. Эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения в природе, оказание самопомощи и помощи другим.

Применение технологии здоровьесбережения в экологическом воспитании обеспечивают становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни



человека, окружающей среды, эмоциональный комфорт и позитивное самочувствие в процессе общения со сверстниками, с природными объектами.

Чтобы провести занятие с точки зрения охраны здоровья дошкольников целесообразно обратить внимание на гигиенические условия в группе: чистоту, температуру, свежесть воздуха, рациональность освещения в группы, среднюю продолжительность и частоту чередования различных видов учебной деятельности, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения, благоприятный психологический климат, темп и особенности начала и окончания занятий.

Здоровьесберегающие технологии в экологическом воспитании приобщают к исследовательской деятельности (игры с песком, с водой, ароматерапия, босохождение, организация фито баров).

Всё это обладает мощным педагогическим воздействием, укрепляющим здоровье дошкольников, помогает воспитывать любовь к природе, стремление заботиться о ней, не оказывать негативного воздействия на природное окружение.

В дошкольном возрасте дети активно учатся созерцать природу, сосредотачивать внимание на объектах природы, сочувствовать людям и сопереживать всему живому. Понимая это, педагог во время *прогулки, экскурсии* будет развивать зрение, слух, обаяние, осязание, тактильные ощущения, сенсорику.

Формируя здоровый образ жизни, мы способствуем формированию здоровой личности, которая будет сохранять здоровую природу или оздоравливать её.

Технология экологического воспитания дошкольников построена на использовании персонажей русских народных сказок. Их задача - вызвать положительные эмоции и интерес к природным явлениям и помочь формированию реалистических представлений о природе. Использование игрушек - аналогов в театрализации, инсценирование привлекает внимание детей, вызывает положительные эмоции, снимает напряжение. Рассказывание экологических сказок с успехом можно использовать по экологическому воспитанию, так как дети стараются подражать положительным героям, воспринимают очень эмоционально что обеспечивает формирование правильного отношения к животному и растительному миру. Экологические праздники – наиболее эффективное познавательное средство воспитания дошкольника. Любовь к родному краю, интерес к окружающему миру будят в душе ребенка мероприятия экологической направленности.

Дидактические игры становятся здоровьесберегающими с использованием игровых моментов: загадок, движений, элементов ожидания, неожиданности, соревнования, использование различных персонажей.

Так же можно использовать элементы сюжетно-ролевой игры для обучения дошкольников и формирования осознанно-правильного отношения к растениям, животным и людям как к части природы.

Здоровьесберегающие технологии обеспечивают накапливание конкретных представлений о предметах, явлениях природы, учат различать предметы и объекты природы, с которыми они взаимодействуют, познают сенсорные свойства – форму, цвет, величину, степень твёрдости, характер поверхности, гуманное отношение к живым существам.

Нельзя забывать и про подвижные экологические игры с имитацией движений, звукоподражанием, которые помогают успешно усваивать экологические знания и развиваться физически, формируют волевые качества, укрепляют здоровье, обучают правилам безопасного поведения в природе.

При возникновении утомления необходимо повышение двигательной активности разными способами:

-проводить физминутки. Проведение физминуток способствует активизации внимания, повышения работоспособности, возможности сбросить накопившийся груз. Во время проведения НОД можно использовать хождение по массажным коврикам, аутотренинг, релаксации, точечный массаж, элементарные приёмы самомассажа.

-применять оздоровительные паузы (двигательная гимнастика, самомассаж, пальчиковая игра; дыхательная гимнастика; ортопедическая (например: «Помоги бельчонку переправиться на другое дерево» - ходьба по канату, «Помоги ёжику собрать грибы» - упражнения на «захват» стопой), корригирующая гимнастика. Для достижения поставленной цели помогают динамические паузы. Ребятам нравится самомассаж и проговаривание четверостиший, минутки релаксации под звуки природы)

Использование «хромотерапии», т. е лечение цветом можно применять в оформлении календаря природы, группы как мощное профилактическое мероприятие, как один из видов природного лечения.

Правильная организация экологического воспитания дошкольников, оптимальное чередование разных здоровьесберегающих технологий оказывает огромное влияние на работоспособность, утомляемость и в целом на функциональное состояние всего организма, способствует овладению новых знаний, дает практическую модель правильного поведения на природе, развивают эмоциональную отзывчивость, помогают обрести уверенность в себе.