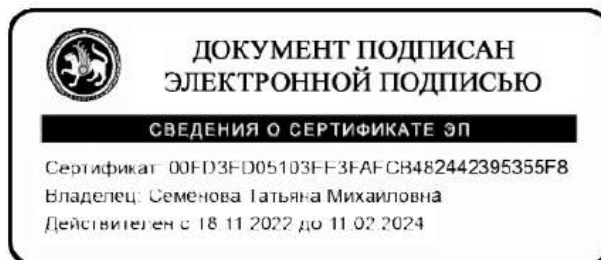


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества» муниципального образования  
«Лениногорский муниципальный район» Республики Татарстан

**РАССМОТРЕНО:**  
на методическом совете  
МБУДО «ДДТ» МО «ЛМР» РТ  
Протокол № 10 от 23 мая 2023 года



**Методическое пособие к дополнительной общеобразовательной программе  
социально-гуманитарной направленности «Пчёлка»**

**ПРИМЕНЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ  
ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

*подготовила: педагог дополнительного образования МБУДО «Дом детского  
творчества» МО «ЛМР» РТ*

*Кушилкова Ирина Евгеньевна*

*г. Лениногорск, 2023 год*

## **ПРИМЕНЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

Самый драгоценный дар, который получает человек от природы – это здоровье. Согласно статистики, в последние годы происходит ухудшение здоровья детей: увеличилось количество хронических заболеваний, увеличилось количество детей с нарушением зрения, с нарушениями осанки. Одним из факторов, разрушающих здоровье детей, является долгая сидячая поза ребёнка. Значительное ухудшение здоровья детей стало общегосударственной проблемой. Как никогда остро стоит вопрос разработки и проведения действенных мероприятий по здоровьесбережению.

Термин «здоровьесберегающие образовательные технологии можно рассматривать как совокупность тех принципов и методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаками здоровьесбережения. По мнению профессора Н.К.Смирнова, здоровьесберегающие технологии – это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся.

На сегодняшний день в арсенале педагогов, занятых воспитанием и обучением детей имеется обширный практический материал, включающий как традиционные методы и способы коррекции, так и нетрадиционные технологии. Одной из нетрадиционных технологий является Су-Джок терапия. Су-Джок терапию можно использовать в работе с детьми наряду с пальчиковыми играми, штриховкой, лепкой, рисованием. Упражнения с использованием Су-Джок развивают тактильную чувствительность, мелкую моторику пальцев рук, опосредованно стимулируют речевые области в коре головного мозга, а так же способствуют общему укреплению организма и повышению потенциального энергетического уровня ребенка. Кроме того, они помогают организовать занятия интереснее и разнообразнее, создают благоприятный психофизиологический комфорт детям во время занятия.

Современный мир, наполненный обилием компьютеров, айпадов, различных гаджетов, не требует от детей ручных усилий, и поэтому моторные навыки ослабевают: дети плохо держат карандаш, кисточку, ножницы, отчего и происходят постоянные зажимы кисти, что ведет к нарушению даже эмоционального состояния. Все чаще в своей работе, мы сталкиваемся с детьми, имеющие речевые нарушения, проблемы с моторикой, координацией движения. А все это в дальнейшем сказывается на восприятии и усвоении любого обучающего материала и на здоровье. Для преодоления этих нарушений, прекрасно подходит методика «Кинезиологические мячи и мешочки». В основе этой методики лежит понимание необходимости интеграции деятельности различных отделов мозга в целостную функциональную систему. Упражнения позволяют улучшить зрительно-моторную координацию, (координации глаз – рука), повысить концентрацию

внимания, согласованные движения рук. Программа упражнений состоит из: захвата мешочка, осевых упражнений на удержание мешочка, комплекса круговых упражнений, вестибулярного блока, межполушарного блока. Этапы разучивания упражнений с кинезио мешочками: 1-й этап — начальное разучивание двигательного действия; 2-й этап — углубленное разучивание; 3-й этап — закрепление и совершенствование двигательного действия.

От тактильных ощущений напрямую зависит развитие речи и чем лучше они развиваются, тем быстрее и активнее развивается речь ребенка. Сенсорные мешочки - это мешочки, в которые помещаются мелкие предметы. Играя с ними, ребенок понимает, что на первый взгляд похожие предметы могут быть разные на ощупь, по-разному весить, издавать разные звуки, быть разного цвета. Ребенок учится анализировать, сравнивать и находить подобное и различное. В процессе игр с мешочками происходит развитие тактильного, зрительного и слухового восприятия, внимания, интеллектуальных способностей, речи, мелкой моторики. Такие тактильные мешочки подарят ребенку новые тактильные ощущения.

Таким образом, здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как одну из самых перспективных систем XXI века. Только здоровый ребёнок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех её свойств и качеств.

Соловьёва И.В. (2023) Применение Су-джок терапии с детьми дошкольного возраста// <https://solncesvet.ru/opublikovannyye-materialyi/primeneniya-su-djok-terapii-s-detmi-dosh.2142599/>