

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА
ОКТЯБРЬСКОГО РАЙОНА Г. СТАВРОПОЛЯ

Методическая разработка:

**Применение здоровьесберегающих технологий
на занятиях тестопластики
в объединении " Колобок "**

Разработала:
педагог дополнительного
образования

Плофис С.В.

Ставрополь, 2020

Под здоровьесберегающими образовательными технологиями в расширенном смысле можно понимать все технологии, использование которых в образовательном процессе идет на пользу здоровья обучающихся: педагогические приемы, методы, направленные на сохранение физического, психологического здоровья детей, профилактику различных заболеваний и формирование потребности в здоровом образе жизни. Одной из важных задач педагога дополнительного образования является создание условий для включения ребенка в процесс творчества и поиск методов, адекватных его психофизиологическим особенностям, помогающих формированию позитивного мышления ребенка и его способности к “конструированию” собственного здоровья.

Применение на занятиях различных видов деятельности, таких как, например: самостоятельная работа с различными изобразительными средствами, беседы, просмотр видеоматериалов, лепка, рассматривание наглядных пособий позволяет детям избежать переутомления. Обязательное применение на занятиях физкультурных и динамических пауз позволяет снять усталость, напряжение и сохранить физическое здоровье.

Применение игровых технологий на занятиях в комплексе с другими методами и приемами организации занятий укрепляет мотивацию, помогает увидеть индивидуальность детей, поддерживать интерес, увлеченность процессом, вызвать положительные эмоции, то есть создать благоприятный эмоциональный настрой занятия. Для обучающихся игры – это способ самореализации, самовыражения, повышение самооценки.

Игровые технологии на занятиях разнообразны: подвижные игры (физкультминутки, игры в животных, игры на внимание); игры-соревнования (дети делятся на группы, команды и выполняют условия игры);диалоги с героями книг, сказок, мультфильмов.

Приведем пример физминуток:

Для снятия усталости

Мы семь раз в ладоши хлопнем,

Восемь раз ногами топнем.

Прибавляем три к семи–

Столько мы присесть должны

(7 хлопков, по 4 раза тапнуть каждой ногой, 10 приседаний)

Шеей крутим осторожно-

Голова кружиться может.

Влево смотрим-раз, два, три.

Так. И вправо посмотри. (Вращение головой вправо и влево)

А теперь, ребята, встали,

Быстро руки вверх подняли-

В стороны, вперёд, назад.
Повернулись вправо, влево,
Тихо сели, вновь за дело.(дети садятся за парты)

Гимнастика для глаз

Взгляд в процессе выполнения упражнения должен двигаться: вверх-вниз, влево-вправо, по часовой стрелке и против неё, по траектории восьмёрки. Упражнения выполняются только стоя.

Кинезиологическая гимнастика (упражнения для межполушарного развития)

"Колечко"

Поочерёдно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу)и в обратном (от мизинца к указательному) порядке.Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, а затем вместе.

На занятиях также применяются здоровьесберегающие приёмы:

–дети свободно передвигаются по кабинету в ходе выполнения практической работы (налить воды в стакан, вымыть кисточки руки и т.д.)

–элементы релаксации (улыбкотерапия, упражнения "послушай и нарисуй", "роняем руки").

–ранжирование учебного материала по степени сложности, новизны, актуальности.

Правильно организованные (с позиции здоровьесбережения) и интересно проводимые занятия играют большую роль не только в сохранении физического здоровья, но и в духовном развитии обучающихся и в формировании их мировоззрения.