



МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
Ханты-Мансийский автономный округ-Югра

ГОРОД ОКРУЖНОГО ЗНАЧЕНИЯ НИЖНЕВАРТОВСК

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №67 «УМКА»

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

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

Г. НИЖНЕВАРТОВСК, 2021

Подрастающее поколение живет в мире электронной культуры и подчас лучше нас разбирается в нем. Их мир игры – это компьютерные игры, электронные игрушки, игровые приставки. Дети воспринимают информацию посредством телевидения, телефона, персонального компьютера и других гаджетов. И поэтому электронная информация более интересна и близка им, она создает у детей бодрое настроение, облегчает преодоление трудностей в усвоении учебного материала.

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 используем:

➤ 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 игр 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.

Для организации активной учебно – познавательной деятельности, формирование у детей готовности к непрерывному развитию и самообразованию использую **интерактивный пол с программным обеспечением «Алма»** - это интерактивная платформа (программное обеспечение) позволяющее педагогу превратить обычное занятие в интересное, захватывающие, интригующие. При использовании «Алма» полностью раскрывается потенциал ребенка, каждый вовлечен в процесс обучение и получает от него удовольствие, каждый мотивирован на получение новых знаний.

Программное обеспечение «Алма»



В разработке программы «Алма» принимали участие ведущие отечественные педагоги, психологи и логопеды, обладающие высоким уровнем квалификации, многолетним опытом работы, необходимыми практическими знаниями и навыками.

➤ Познавательные 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



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.

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.

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.) После проведения занятия с компьютерной техникой следует проводить гимнастику для глаз.

Основные принципы здоровьесбережения:

- 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.

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 подрастающего поколения.