

*Аникина Наталья Алексеевна,  
педагог дополнительного образования  
Филиал МАУ ДО «ЦДО» г. Мирный в п. Светлый*

### **«Применение элементов здоровьесберегающих технологий на занятиях по Лего-конструированию»**

Что такое здоровье? Наиболее всеобъемлющей и общепринятой формулировкой является формулировка, разработанная всемирной организацией здравоохранения: «Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия».

Здоровый образ жизни — это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях, дети могут оказаться в неожиданных ситуациях на улице и дома, поэтому главной задачей является развитие у них самостоятельности и ответственности. Одним из главных условий успешности работы в этом направлении является грамотная организация здоровьесберегающего процесса на занятиях.

Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в системе дошкольного образования, отражают две линии оздоровительно-развивающей работы :

- приобщение детей к физической культуре
- использование развивающих форм оздоровительной работы.

В настоящее время одной из наиболее важных и глобальных проблем является состояние здоровья детей.

Помочь родителям вырастить здорового ребенка – вот самое главное, что необходимо сделать нам, педагогам учреждений дополнительного образования. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Свою работу на занятиях, в студии «*Мир конструирования*» технической направленности выстраиваю педагогический процесс с учётом применения элементов здоровьесберегающих технологий

Программа «*Мир конструирования*» разработана для детей 5-10 лет. Программа включает средний и старший дошкольный возраст, и младший школьный возраст. Занятия по времени 2-х часовые, академический час 45 минут).

Дети с удовольствием конструируют из LEGO - конструктора. Увлекаясь постройкой, они порой отключаются от внешнего окружения и живут в «*своём мире*». Известно, что в процессе практической деятельности обучение проходит более успешно. Конструируя предметы из реальной жизни, дети “конструируют знания в своем сознании”. В процессе конструирования у детей активно работает мелкая моторика, головной мозг. Но, в тоже время напряжены мышцы рук, шеи, спины, глаз. Поэтому, в течение занятия, с детьми проводятся не меньше двух динамических пауз (физкультминуток, не считая перерыва между учебными часами).

Динамические паузы включают в себя: элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики, зарядку для всех частей тела (провожу либо сама, либо сами учащиеся по очереди проводят или включаю готовое видео, а все мы повторяем).

Во время перемены между учебными часами с детьми может быть проведена подвижная игра. Если, после проведения подвижных игр, дети ведут себя возбуждённо, проводится релаксация – включается спокойная музыка (*классическая, звуки природы, детские спокойные песни и т. д.*) Учебный кабинет обязательно проветривается. Выбирая из множества деталей нужный кирпичик для постройки, производится много шума, поэтому большое значение имеет минута тишины в учебном кабинете. По команде педагога «*Раз, два, три...быстро замри*», дети слушают тишину. Длится это всего одну минуту, а значение играет большое, дети успокаиваются, сосредотачиваются и продолжают дальше конструировать.

В конце занятия (*в зависимости от темы*) может быть организована сказкотерапия: сказку может рассказывать педагог, либо это может быть групповое рассказывание детей, где рассказчиком является не один человек, а группа детей, а остальные дети повторяют за рассказчиками необходимые движения, дети играют с построенными изделиями, включаются в роли. В конце занятия, после фотографирования выполненных работ, необходимо разобрать построенную модель, для учащихся 1 класса это не составляет проблемы, а вот для

дошкольника сломать модель – это целая трагедия, в этот процесс активно включаются родители, которые оценивают результат своего ребёнка и помогают ему привести рабочее место в порядок.

Периодически с родителями проводятся беседы по вопросам здоровьесбережения. После каждого занятия родителям озвучивается тема занятия, что мы с ними узнали интересного, как было построено занятие, как вел себя ребёнок на занятии. Обязательно каждому родителю говорится об успехах его ребёнка, чего он добился на занятии и на что родителям необходимо обратить внимание. Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

Физическое здоровье детей неразрывно связано с их психическим здоровьем, эмоциональным благополучием. Исходя из принципа “здоровый ребенок – успешный ребенок”, элементы здоровьесберегающих технологий применяются на каждом занятии и это способствует повышению результативности воспитательно-образовательного процесса, формированию как у педагогов, так и у родителей ценностных ориентаций, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей.

Применение элементов здоровьесберегающих технологий на занятиях способствует формированию здорового образа жизни и развитию детей.

Вот некоторые рекомендации:

1. Используйте благоприятную здоровьесберегающую среду для расширения знаний детей о здоровом образе жизни.

2. Применяйте беседы, игры и занятия по теме с помощью LEGO-конструирования для развития детей.

3. Используйте конструкторы LEGO как способ исследования и ориентации ребёнка в реальном мире, пространстве и времени.

4. Используйте терапевтическое воздействие LEGO-конструктора для улучшения восприятия цвета, формы, пропорций и развития творческих способностей.

5. Применяйте конструктивно-игровое средство LEGO для систематизации знаний и представлений о здоровом образе жизни.

Используемые в комплексе элементы здоровьесберегающих технологий в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

#### *Список литературы*

1. Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2017.
2. “Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях” /А. М. Сивцова //Методист. – 2021
3. Павлова М. А., Лысогорская М. В., Зоровьесберегающая система ДОУ/ Волгоград: Учитель, 2019 г.
4. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.