**Здоровьесберегающие технологии на занятии по изобразительной деятельности в детском саду.**

 Самый драгоценный дар, который человек получает от природы – здоровье. Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства. Наблюдающееся в последние годы значительное ухудшение здоровья населения России, особенно детей, стало общегосударственной проблемой. Во многих документах Министерств образования РФ подчеркивается, что одним из необходимых условий достижения нового, современного качества общего образования является создание в учебных учреждениях условий для сохранения и укрепления здоровья школьников. Процесс организации здоровьесберегающего обучения должен носить комплексный характер, поскольку, согласно данному Всемирной организацией здравоохранения определению, здоровье представляет собой «состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». Поэтому для формирования, сохранения и укрепления этих составляющих целостного здоровья человека в деятельность нашего образовательного учреждения, в частности, мою, как преподавателя изобразительного искусства, внедряются здоровьесберегающие технологии, которые помогают решить важнейшие задачи.

 Здоровьесберегающие технологии реализуются на основе личностно-ориентированного подхода. Осуществляемые на основе личностно-развивающих ситуаций, они относятся к тем жизненно важным факторам, благодаря которым учащиеся учатся жить вместе и эффективно взаимодействовать. Предполагают активное участие самого обучающегося в освоении культуры человеческих отношений, в формировании опыта здоровьесбережения, который приобретается через постепенное расширение сферы общения и деятельности учащегося, развитие его саморегуляции (от внешнего контроля к внутреннему самоконтролю), становление самосознания и активной жизненной позиции на основе воспитания и самовоспитания, формирования ответственности за свое здоровье, жизнь и здоровье других людей.

 Чтобы ребята не уставали на моих уроках, уходили с них бодрыми, веселыми и захотели снова посетить их стараюсь создать условия для здорового развития учащихся:

- соблюдение организационно-педагогических условий проведения урока: плотность, чередование видов учебной деятельности (объяснение с вопросами, показ с играми, упражнениями, практическую деятельность с юмористическими минутками, шутками, если это не мешает настрою детей; учащиеся по мере необходимости могут вставать из-за парт для смены воды, что также способствует смене деятельности, небольшому отдыху);

 - проведение разминок перед началом художественной творческой деятельности, упражнений для зрения, гимнастики мозга, точечного массажа, физкультминуток (причем тексты к рифмованным физкультминуткам, соответствующие теме урока, придумываю сама, они не только помогают ребятам отдохнуть, подвигаться, но и поддерживают интерес к теме урока),

 - обеспечение двигательной активности (по мере возможности провожу подвижные дидактические игры, например, «Встань, если догадался», «Отнеси картинку к определенной форме», «Построй фигуру» и т.д);

 - поза учащегося (постоянно слежу за осанкой детей, предлагаю им работать стоя, если им так удобно, и если это возможно);

 - соблюдение психологического климата в изостудии (взаимоотношения на занятии: комфорт, сотрудничество, учет возрастных особенностей); наличие эмоциональных разрядок (шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, афоризм, музыкальная минутка, стихотворное приветствие собственного сочинения в начале урока, подбадривающие слова и стихи в процессе выполнения задания);

 - наличие мотивации деятельности учащихся на занятии (внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный момент; стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу);

 - соблюдение правил техники безопасности, которые направлены на предупреждение травматизма, и санитарно-гигиенических требований (слежу за чистотой, температурой и свежестью воздуха, освещением кабинета изостудии).

**Физкультминутки для малышей**

**Тема: Гуашь. Прием работы от пятна. «Золотая рыбка».**

Рыбка по морю плыла (Правой рукой движения, имитирующие движение рыбки.)

И подружку там нашла. (Левой рукой движения, имитирующие движение рыбки.)

Вместе долго веселились, (Двумя руками движения, имитирующие движение рыбок.)

Плавали вдвоем, резвились.

Влево, вправо, взад, вперед, (Наклоны.)

А потом наоборот.

Шевелили плавниками (Движения пальцами.)

И красивыми хвостами. (Движения тазовой частью.)

Вот наплавались сполна (Хлопки двумя руками.)

И уснули до утра. (Ладошка к ладошке и под голову.)

**Тема: Разные формы крон деревьев. Гуашь «Улыбки осени».**

Ветер дунул свысока – Поднимаем руки вверх.

Разогнал все облака. Через стороны опускаем руки вниз.

На деревья посмотрел – Руки на поясе, наклоняемся то влево, то вправо.

Поиграть вдруг захотел. Хлопаем в ладоши.

Дунул слева, дунул справа, Руки на поясе, наклоняемся то влево, то вправо.

И деревья закачало. Поднимаем руки вверх и раскачиваемся из стороны в сторону

Дунул сверху, и тогда Поднимаем руки вверх.

Затрепетала вся листва. Опускаем руки в стороны, шевеля всеми пальчиками.

Наигравшись с листвой, Опускаем руки вниз, продолжая шевелить пальцами.

Улетел к себе домой. Садимся на свои места.

**Тема: Акварель. Основные и составные цвета. Упражнение «Радуга».**

Я на радугу-дугу Руки вверх и в стороны.

Наглядеться не могу. Покачиваем головой влево, вправо.

Мост от неба до земли Круговое движение правой рукой

Удивительной красы. Круговое движение левой рукой

Буду по мосту шагать, Шаги на месте

В небе тучки разгонять. Движение руками верх, в стороны и вниз.

К солнышку найду дорожки, Шаги на месте.

Поиграю с ним в ладошки. Хлопки в ладоши.

А потом пойду опять Шаги на месте.

Я по радуге гулять.

**Тема: Пластилин вместо карандашей. Рисуем пластилиновыми жгутиками «Цветик-семицветик».**

В садике волшебном Сидя на корточках,

Рос цветок на грядке. медленно поднимаемся.

Легкий ветерочек Закрываем глаза ладошкой

Любил играть с ним в прятки. и поворачиваемся то влево, то вправо.

Если ветерочек Потираем ладошка о ладошку.

Друга находил,

С ним игру другую Хлопаем в ладоши.

Быстро заводил.

Слева или справа Покачиваемся то влево, то вправо,

Дунет на цветочек, имитируя, будто дуем.

Затрепещет сразу Руки в стороны

Каждый лепесточек. Двигаем пальчиками.

Наигравшись вдоволь Руки в сторону

Улетал из сада. Имитируем движения крыльями.

Весело и ветру, Хлопаем в ладоши.

И цветку отрада.

**Тема: Рисовать можно пятнами. Упражнение «Дорисуй пятно».**

Раз пятно, два пятно, Круговые движения руками справа

И не видно ничего. Круговые движения руками слева.

Будем в пятнышки играть, Хлопки в ладоши.

Их в предметы превращать. Наклоняемся чуть вперед и разводим руки в стороны.

Вот из пятнышка зайчишка Имитируем ушки на макушке.

Побежал на луг вприпрыжку. Прыжки на месте.

Из другого вышел слон, Кулачками постукиваем по передней части бедра.

Кто огромнее, чем он? Круговые движения руками

Эти пятна не просты, Покачиваем головой из стороны в сторону.

Превращаем их в цветы. Поднимаем руки вверх и немного в стороны.

Волшебство теперь повсюду Руки стороны.

Я творить из пятен буду. Хлопки.

**Тема: Выполнение конкурсного рисунка на противопожарную тему.**

Мы – огоньки веселые, Из положения «сидя на корточках» поднимаемся,

Искримся и растем. выпрямляемся, выполняя руками движение «фонарики».

Красоту, тепло и радость Хлопаем в ладоши.

Часто людям мы несем. Хлопаем в ладоши.

Но шутить с нами опасно! Поворот туловища вправо, «грозим» пальцем правой руки.

Это всем должно быть ясно! Поворот туловища влево, «грозим» пальцем левой руки.

Вместо радости, друзья, Обхватив голову руками, покачиваем ею из стороны

Случается порой беда. в сторону.

С огнем внимательным ты будь Поворот туловища вправо, «грозим» пальцем правой руки

Слова мои не позабудь. Поворот туловища влево, «грозим» пальцем левой руки.

**Тема: Волшебные превращения геометрических фигур в предметы.**

Класс сегодня наш, друзья, Поднимаем руки через стороны вверх

Посетила ребятня, Опускаем руки через стороны в низ

Необычная, смешная, Хлопаем в ладоши

Очень сильно заводная. Кружимся на месте

Прикатился ровный круг, Показываем круговые движения руками впереди себя

И затих смущенно вдруг. Опускаем руки

А за кругом и овал Поскоки на месте

В класс веселый прискакал. Поскоки на месте

Промаршировал квадрат, Ходьба на месте

Вдруг как истинный солдат. Ходьба на месте

Прихромал прямоугольник, Переминаемся с ноги на ногу, покачиваясь

Он ужасный самовольник. Покачиваем головой из стороны в сторону

Вот пришли и удивились, Ходьба на месте

Что средь нас здесь очутились. Приподнимаем руки впереди себя и разводим их в стороны

Посмеялись, пошутили, Хлопаем в ладоши

Восвояси укатили. Растираем ладоши