

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 15 комбинированного вида  
ГО Богданович**

**Статья**

**Тема: «Использование современных здоровьесберегающих  
технологий, как условие формирования навыков  
здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраста  
с тяжёлыми нарушениями речи»**

**Зибенгар Елена Владимировна  
воспитатель  
МАДОУ комбинированного вида  
детский сад № 15**

**г. Богданович  
Свердловская область  
декабрь 2022**

**«Использование современных здоровьесберегающих технологий, как условие формирования навыков здорового образа жизни детей старшего дошкольного возраста с тяжёлыми нарушениями речи»**

*Успешный ребенок-здоровый ребенок*  
**Ж-Ж Руссо**

Актуальная тема во все времена – это здоровье человека. Здоровье нельзя удержать лекарствами. Только здоровый ребёнок 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 её свойств и качеств.

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.

Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. Но в последние годы выявляется устойчивая тенденция к существенному снижению показателей здоровья и темпов развития детей дошкольного возраста.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г № 1155, направлен на охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; формирование общей культуры личности детей, ценностей здорового образа жизни; обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах охраны и укрепления здоровья детей.

В связи с этим все более востребованными становятся такие педагогические технологии, которые помимо педагогического эффекта предполагают сбережение здоровья детей, ибо только здоровый ребёнок 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 её свойств и качеств.

1

Поэтому сегодня в дошкольных образовательных учреждениях в работе воспитателя уделяется особое внимание вопросу применения здоровьесберегающих технологий.

Особенно актуально это звучит для групп компенсирующей направленности, ибо хорошая речь - важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей. Чем богаче и правильнее у ребенка речь, тем легче ему высказать свои мысли, тем шире его возможности в познании окружающей действительности, содержательнее и полноценнее развитие.

Дети с нарушениями речи - это дети, имеющие отклонения в развитии речи при нормальном слухе и сохранном интеллекте. Нарушения речи многообразны, они проявляется в нарушении произношения, грамматического строя речи, бедности словарного запаса, а также в нарушении темпа и плавности речи.

Дети с речевыми недостатками, отличаются от своих сверстников по показателям физического и нервно - психического развития, эмоционального благополучия.

Плохо говорящие дети, начиная осознавать свой недостаток, становятся молчаливыми, застенчивыми, нерешительными; затрудняется их общение со сверстниками, снижается познавательная активность. Всякая задержка, любое нарушение в ходе развития ребёнка отрицательно отражаются на его деятельности и поведении, а значит, на формировании личности в целом, поэтому работа с детьми в логопедической группе, предполагает коррекцию не только речевых расстройств, но и личности детей в целом.

У большинства детей с тяжёлыми нарушениями речи недостаточная устойчивость внимания на занятиях, в совместной и продуктивной деятельности, ограниченные возможности его распределения.

Среди детей с проблемами в речевом развитии высок процент тех, у кого, при относительной сохранности смысловой памяти, снижена вербальная память, страдает продуктивность запоминания; отмечается низкая активность, которая может сочетаться с задержкой в формировании психических процессов - внимания, памяти, восприятия, мышления; имеются проблемы с развитием общей и мелкой моторики. Отмечается отставание в развитии словесно-логического мышления, с трудом овладевают анализом и синтезом, сравнением и обобщением.

Анализ психолого-педагогической литературы показывает, что не все дети одинаково успешно овладевают в раннем детстве речевым развитием, поэтому Федеральный Государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) нацеливает на необходимость учёта особенностей развития и специфических образовательных потребностей каждой категории детей, на создание необходимых условий коррекции нарушений развития и социальной адаптации методами и способами, в максимальной степени способствующими получению дошкольного образования, условий реализации Программы, которые обеспечивали бы полноценное развитие воспитанников во всех основных образовательных областях, в том числе – речевой.

Возникло противоречие между возросшими требованиями государства к качеству дошкольного образования и ухудшением уровня развития связной речи детей, включая увеличение числа детей с речевой патологией, когда речевые возможности, в силу органических и психофизических причин, не позволяют ребёнку осваивать полноценно возрастные нормы.

Исследования, проведенные психологами, педагогами, лингвистами - Л.С. Выготским, А.Н. Леонтьевым, И.П. Павлов, А.А. Леонтьева, А.Р. Лурия), Д.Б. Элькониным, К.Д. Ушинским, Е.И. Тихеевой и другими - показали, что поражение речевого аппарата нередко сочетается с отклонением в физическом, психическом и социально- личностном развитии и создали

предпосылки для комплексного подхода к решению задач речевого развития дошкольников.

Установлено, что наибольшая продуктивность в овладении речью достигается при условии, когда дети вовлечены в активную речевую деятельность во всех видах непрерывного образования через сохранение и приумножение здоровья. Тем самым мы даем значительное увеличение возможностей для участия в речевом общении каждого ребенка.

В связи с этим обозначена проблема: комплексный подход к коррекции речевого и психического развития через формирование основ здорового образа жизни, поскольку правильная речь – это важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей.

*«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым»*

**Жан Жак Руссо**

Следует помнить, что в группах детей с тяжелыми нарушениями речи основной целью коррекционной работы является преодоление речевых нарушений. Поэтому в основе всех форм двигательной деятельности детей лежит принцип «логопедизации», который реализуется в разных видах ЗСТ: подвижных играх, логоритмических упражнениях, физминутках с использованием речевого материала в соответствии с изучаемой лексической темой, которые и становятся средством решения обозначенных задач и без которых немислима педагогическая деятельность современного дошкольного учреждения.

В связи с этим в последние годы среди логопедов и воспитателей групп компенсирующей направленности получила широкое применение практика использования здоровьесберегающих технологий по формированию правильного речевого дыхания у детей с тяжелыми нарушениями речи, направленных на оздоровление детей с речевой патологией.

Исходя из принципа «здоровый ребёнок – успешный ребёнок», для преодоления этих трудностей в работе с детьми с тяжёлыми нарушениями

речи, здоровьесберегающих технологий используемых на занятиях, в совместной деятельности с детьми и в ходе режимных моментов, и здесь важно, чтобы каждая из технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное развитие.

Вопросы здоровьесберегающих технологий в ДОУ раскрываются в работах Е.С.Полат, И.З.Берсеновой, Е.М.Белостоцкой, Е.Н.Вавиловой, В.А.Волковой, Л.В.Гаврючиной, В.А.Гордеевой, Т.В.Кротовой, М.Н.Кузнецовой, Л.И.Лукиной, М.А.Руновой, В.Г.Кудрявцев, Н.К.Смирнов и др.

Понятие «здоровьесберегающие технологии» дискуссионно и у разных авторов встречаются разные трактовки.

Н. К. Смирнов, как родоначальник понятия «здоровьесберегающие образовательные технологии», утверждал, что их можно рассматривать как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики, как совокупность форм и методов организации обучения детей без ущерба для их здоровья, как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию её воздействия на здоровье ребёнка и педагога.

По определению В.Г.Кудрявцева, «здоровьесберегающие образовательные технологии – это технологии, программы и методы, которые направлены на воспитание у детей культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на здоровый образ жизни».

### **Тезаурус:**

**Технология** (от греческих слов «*techne*» - искусство, умение и «*logos*» - учение, наука) - совокупность знаний и способов деятельности.

«**Технология**» - это, прежде всего, системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения знаний с учетом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящий

своей задачей оптимизацию форм образования (ЮНЕСКО).

**«Педагогическая технология»** - строго научное прогнозирование (проектирование) и точное воспроизведение педагогических действий, которые обеспечивают достижение запланированных результатов (В.А. Сластенин).

**«Здоровьесберегающая технология»** - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

**Цель здоровьесберегающих образовательных технологий** - обеспечить ребенку в условиях комплексной информатизации образования возможность сохранения здоровья, сформировать необходимые знания, умения и навыки не только общеобразовательного характера, но и здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

**Основные задачи ЗСТ** в работе с детьми с речевыми нарушениями:

- способствовать максимально полноценному раскрытию общих и речевых возможностей детей в русле развивающей педагогики оздоровления;
- создать в ДОУ предметно-пространственную среду психолого-педагогического и логопедического сопровождения дошкольника;
- содействовать успешной социализации детей посредством развития коммуникативных умений и навыков;
- повышать психолого-педагогическую культуру и воспитательную компетентность родителей по общему и речевому развитию дошкольников;
- воспитывать у детей ценностное отношение к себе, своему здоровью, окружающему миру и людям.

Изучая педагогический опыт коллег, я встретила различное описание системы применения подобных технологий. Наиболее удобным считаю деление здоровьесберегающих технологий на три категории:

- технологии сохранения и стимулирования здоровья;
- технологии обучения здоровому образу жизни;
- коррекционные технологии.

### **Технологии сохранения и стимулирования здоровья:**

*Динамические паузы, физминутки* – направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции. Сочетание речи с определёнными движениями даёт ряд преимуществ для детей, посещающих логопедические занятия.

*Подвижные игры* – основной целью подвижных игр является развитие в ребенке скорости, выносливости, ловкости, силы, координации движений и развитие речи.

*Релаксация* – произвольное или непроизвольное состояние покоя, расслабленности, связанное с полным или частичным мышечным расслаблением. Возникает вследствие снятия напряжения, после сильных переживаний или физических усилий. Бывает непроизвольной (расслабленность при отходе ко сну) и произвольной, вызываемой путем принятия спокойной позы, представления состояний, обычно соответствующих покою, расслабления мышц, вовлеченных в различные виды активности.

*Гимнастика пальчиковая* – является действенным способом повышения сопротивляемости детского организма простудным заболеваниям. Известному педагогу В. А. Сухомлинскому принадлежит высказывание: «Ум ребенка находится на кончиках его пальцев».

*Гимнастика для глаз* – целью проведения зрительной гимнастики является формирование у детей дошкольного возраста представлений о необходимости заботы о своем здоровье, о важности зрения, как составной части сохранения



и укрепления здоровья. Для того чтобы, гимнастика для глаз была интересной и эффективной, необходимо учитывать особенности развития детей дошкольного возраста, она проводится в игровой форме, в которой дети могут проявить свою активность. *Гимнастика дыхательная* – способствует развитию и укреплению грудной клетки. Дыхательная гимнастика корректирует нарушения речевого дыхания, помогает выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. Ведётся работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Кроме оздоровительного значения, выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей работы над коррекцией звукопроизношения. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Она дает возможность зарядиться бодростью и жизнерадостностью. Дыхательная гимнастика используется в физминутках, на физкультурных занятиях, дидактических и подвижных, психологических играх, в индивидуальной работе.

*Гимнастика пробуждения* – направлена на постепенный переход детей ото сна к бодрствованию.

### **Технологии обучения здоровому образу жизни**

*Коммуникативные игры* – это вид игр который помогает развивать коммуникативные навыки и умение разрешать конфликты. Развивают умение вступать в разговор, обмениваться чувствами, переживаниями, эмоционально и содержательно выражать свои мысли, используя мимику и жесты. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.

*Занятия из серии «Здоровье»* - дают представления о строении тела, назначении органов, о том, что полезно и вредно для человеческого организма, а также прививаются элементарные навыки по уходу за собой и оказанию первой помощи. Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития.

*Точечный самомассаж* - это массаж, выполняемый самим ребёнком, страдающим речевой патологией, это динамические артикуляционные упражнения, вызывающие эффект, сходный с массажным. Самомассаж органов артикуляции активизирует кровообращение в области губ и языка. Ребёнок сам выполняет приёмы самомассажа, которые показывает ему взрослый.

### **Коррекционные технологии**

*Технология музыкального воздействия* – один из методов, который укрепляет здоровье детей, доставляет детям удовольствие. Музыка способна изменить душевное и физическое состояние человека. Мелодии, доставляющие человеку радость, благотворно влияют на организм. Умение расслабиться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение, расслабить мышцы, что необходимо для исправления речи. Используются мелодии на занятиях, во время принятия пищи, перед сном и во время сна. Музыкаотерапия используется с целью эмоционального настроя, релаксации. Музыкаотерапия используется при отходе ко сну, на любых занятиях, в утренней гимнастике.

*Сказкотерапия* – нацелена на развитие самосознания ребёнка и обеспечивает контакт как с самим собой, так и с другими, способствуя построению взаимопонимания между людьми и усвоению необходимых моделей поведения и реагирования, новых знаний о себе и мире.

*Технологии воздействия цветом* – оказывает положительное влияние цвета на мозг ребенка, благодаря которому можно достичь значительных результатов в коррекции поведения детей, а также помочь им в управлении своими эмоциями. Правильно подобранные цвета интерьера в нашей группе снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка.

*Логоритмика*- это система двигательных упражнений, в которых различные движения (корпуса, головы, рук, ног) сочетаются с произнесением конкретного речевого материала. Все упражнения направлены на нормализацию речевого дыхания, формирование умения изменять силу и

высоту голоса, правильное воспроизведение звуков и их сочетаний, воспроизведение речевого материала в заданном темпе.

*Активный отдых* - оказывает разностороннее влияние на организм. В ходе разнообразных форм двигательной деятельности развиваются глазомер, точность и быстрота движений, мышечную силу, способствует развитию сердечно - сосудистой, нервной, дыхательной систем, улучшению обмена веществ, укреплению опорно-двигательного аппарата.

Все перечисленные выше ЗСТ основаны на социо-игровых подходах, и направлены на поддержку детской инициативы и самостоятельности в формировании здорового образа жизни и воспитания интереса к культуре здоровья и здоровому образу жизни.

### **Заключение.**

Главное достоинство здоровьесберегающих технологий заключается в том, что в логопедическо-оздоровительной работе с детьми с речевыми нарушениями они способствуют:

- повышению уровня речевого развития и творческих способностей детей;
- улучшению внимания, памяти, восприятию, преодолению психологических трудностей;
- развитию умения видеть, слышать, рассуждать, красиво говорить;
- пробуждению интереса к занятиям, снятию эмоционального напряжения и тревожности;
- стабилизации эмоционального благополучия каждого ребенка.

Применение технологий здоровьесбережения повышает мотивацию обучения, активизирует мыслительную и речевую деятельность воспитанников и способствует успешной интеграции детей с ТНР в среду нормально развивающихся сверстников,

укрепляет здоровье детей, способствует формированию культуры здоровья и мотивацию на здоровый образ жизни.

Список использованной литературы:

1. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2008.
2. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2008.
3. Жигалева, А.Н. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании / А.Н. Жигалева // Воспитатель ДОУ – 2017. - №8. С. 13-20.