



Юго – Восточное управление министерства образования и науки Самарской области государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр» с. Алексеевка муниципального района Алексеевский Самарской области

структурное подразделение, реализующее основную общеобразовательную программу дошкольного образования – детский сад «Солнышко», расположенный по адресу 446640 Самарская область, муниципальный район Алексеевский, с.Алексеевка, ул. Советская, 39

Окружной этап Областного конкурса профессионального мастерства педагогических работников, работающих с детьми с ограниченными возможностями здоровья дошкольного возраста, в 2014году

«Использование здоровьесберегающих технологий в системе оздоровления дошкольников с общим недоразвитием речи»

Автор-составитель:  
Тишакова Валентина Анатольевна,  
воспитатель группы  
компенсирующей направленности «Сказка»  
СП-детский сад «Солнышко»  
ГБОУ СОШ с.Алексеевка

## **Использование здоровьесберегающих технологий в системе оздоровления дошкольников с общим недоразвитием речи**

Человек, безусловно,- абсолютная ценность общества, а его здоровье- гарантия гармоничного развития социума.

Проблема здоровья детей как никогда актуальна. По данным статистики в нашей стране из года в год снижается индекс здоровья и увеличивается общая заболеваемость детей. Актуальность здорового образа жизни вызвана возрастанием и изменением характера нагрузок на организм человека в связи с усложнением общественной жизни, увеличением рисков экологического, психологического, электронно-лучевое, «метало- звуковое» облучение детей (компьютерные игры, длительное пребывание перед телевизором, просмотр видеофильмов.) Данная тема является наиболее актуальной, так как забота о здоровом образе жизни - это основа физического, психического и нравственного здоровья.

Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если мы будем примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеется, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально, духовно. Поэтому актуален поиск новых средств сохранения и укрепления здоровья детей. Отсюда возникает необходимость использования новых социально - педагогических технологий по оздоровлению детей. Представители философско - социологического направления (П.А. Виноградов, Б.С. Ерасов, О.А. Милынтеин, В.А. Пономарчук, В.С., В.И. Столяров и др.) рассматривают здоровый образ жизни как глобальную социальную проблему, составную часть жизни общества в целом. В психолого - педагогическом направлении (Г.П. Аксенов, В.К. Бальсевич, М.Я. Виленский, Р.Дитлс, И.О. Мартынюк, Л.С. Кобелянская и др.) здоровый образ жизни рассматриваются с точки зрения сознания, психологии человека, мотивации. Однако разработанность

научного вопроса соизмеримости здоровья и образа жизни с сензитивностью дошкольного детства в научных теориях не регулируют условия процесса формирования первичных представлений о здоровом образе жизни в современной системе дошкольного образования. Многочисленные авторы - М.А. Антропова, Л.Ф. Бережков, М.М.Безруких и др. считают, что наиболее важным фактором, влияющим на умственную работоспособность ребенка, является здоровье, которое в свою очередь непосредственно зависит от организации воспитательно-образовательного процесса. Поэтому в дошкольных организациях необходимо использовать все, что может помочь в решении этой проблемы.

Здоровьесберегающие технологии - система мер по охране и укреплению здоровья обучающихся дошкольного возраста, учитывающая важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействующие на здоровье детей.

Я работаю воспитателем в СП-детский сад «Солнышко» ГБОУ СОШ с. Алексеевка в компенсирующей группе с детьми ОВЗ. Мои наблюдения за деятельностью дошкольников показали, что в непосредственно-образовательной деятельности у обучающихся повышается утомляемость, плохое настроение, беспокойный непродолжительный сон. В этой группе дети соматически ослабленные. Занимаясь с детьми, я пришла к выводу, что главное для меня - помочь детям выработать собственные жизненные ориентиры в выборе здорового образа жизни, научить оценивать свои физические возможности, видеть перспективы их развития, осознать ответственность за свое здоровье с помощью применения здоровьесберегающих технологий.

В результате была определена цель работы - это охрана и укрепление здоровья воспитанников, воспитание потребности в здоровом образе жизни, создание здоровьесберегающей среды, разработка непосредственно-образовательной деятельности в игровой форме и двигательной, вовлечение родителей в активную деятельность по воспитанию дошкольников. Большую

помощь в работе мне оказала методическое пособие Л.В. Гаврючиной, где раскрываются механизмы реализации здоровьесберегающих технологий и представлен опыт организации системы работы, направленной на формирование у дошкольников представлений о здоровом образе жизни, а также пособие Н.И.Крыловой, где представлены здоровьесберегающие проекты, интересные и полезные материалы, направленные на сохранение и укрепление здоровья.

На основе диагностических данных и рекомендаций ПМПК и региональных ПМПК была составлена комплексная система воспитания и оздоровления детей с учетом рекомендаций медицинских работников и индивидуальных особенностей детей.

**В группе я провожу профилактическую и оздоровительную работу:**

- ежедневно проводится утренняя гимнастика;
- строго слежу за рациональной одеждой детей (в групповых комнатах дети находятся в облегченной одежде, одежда для прогулок соответствует времени года и характеру погоды);
- организую ежедневное пребывание детей на открытом воздухе.

**В летний период провожу такие мероприятия:**

- хождение босиком по траве;
- игры детей с водой;
- проведение двигательной деятельности на свежем воздухе.

В своей деятельности использую следующие оздоровительные технологии:

- Методика дыхательной гимнастики А.Н.Стрельниковой:

- использование элементов дыхательной гимнастики для развития грудобрюшного типа дыхания.

- Методики, направленные на развитие двигательной активности:

- ритмическая гимнастика является одной из разновидностей оздоровительной гимнастики.

- Методики, направленные на профилактику ОРЗ:

- закаливание водой, воздухом и солнцем.

- Методики, направленные на развитие речевого аппарата:

- пальчиковые игры;
- логоритмика.

В группе рационально используются физкультурный уголок, «сухой» бассейн, дорожки «здоровья», разнообразное оборудование для силовых упражнений (штанги, тренажеры, гири), развития ручной моторики и зрительно-моторной координации, глазомера (серсо, кольцобросы, мячи и другое).

Особое место в своей педагогической деятельности придаю развитию движений через подвижные игры, как в образовательной деятельности, так и в повседневной жизни.

В процессе образовательной деятельности даю детям представление о способах и методах здоровьесбережения, формирую у них навыки здорового образа жизни, а также способствую их рациональному использованию.

Работу по оздоровлению детей планирую проводить поэтапно, сочетая теоретические знания и практические навыки.

Во-первых, дети получают информацию о своем здоровье, о факторах, оказывающих влияние на организм, о способах предотвращения последствий негативного влияния.

Во-вторых, обучаю детей элементам психогимнастики, релаксации. Воспитанники научились слушать свой организм, замечать любые изменения в нем и оценивать свое состояние, самочувствие. Несомненно, важнейшая роль принадлежит и вовлечению семьи в данный процесс (в соответствии с 44 статьёй Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»). Семья и детский сад – это микроклимат, в котором живет ребенок дошкольного возраста. В процессе организации единого здоровьесберегающего пространства ДОО и семьи я использую разнообразные формы работы:

- открытые просмотры образовательной деятельности с детьми для родителей;

- общие и групповые родительские собрания;
- выставки детских работ, изготовленных вместе с родителями;
- Дни открытых дверей;
- участие родителей в подготовке и проведении праздников, досугов;
- анкетирование;
- Дни здоровья.

Результаты использования новых педагогических технологий в системе оздоровления дошкольников свидетельствуют о его эффективности - улучшение здоровья детей и их психофизического здоровья, заметно уменьшилось число часто болеющих детей, что способствует успешной социализации обучающихся. Как показала практика, планомерная работа по использованию технологий приводит к улучшению здоровья воспитанников, повышению их самооценки, воспитанию уверенности в себе, расширению кругозора.

Использование здоровьесберегающих технологий с детьми с речевыми нарушениями позволило:

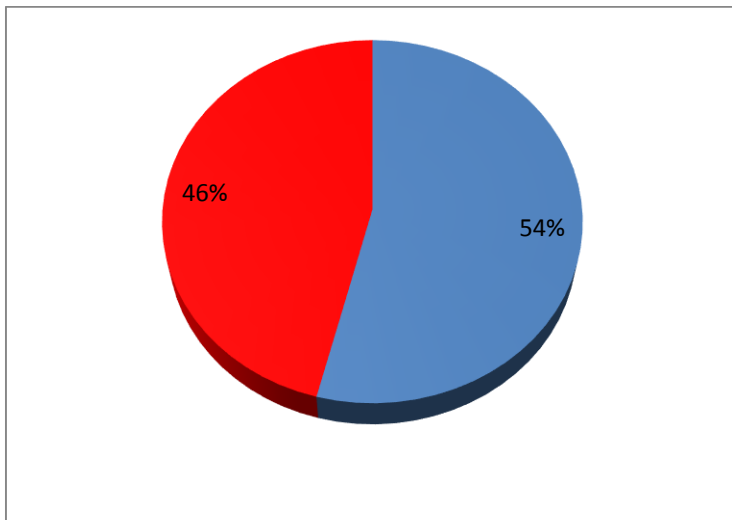
- значительно повысить самостоятельную активность детей;
- развить творческие способности, потребности в здоровом образе жизни;
- навыки коммуникативного общения;
- создать предпосылки для развития практического и умственного экспериментирования, символического моделирования;
- речевому развитию: умению разными способами находить информацию об интересующем предмете или явлении и использовать эти знания для создания новых объектов действительности.

Анализируя результаты проводимой работы, можно сделать вывод, что применение здоровьесберегающих технологий с детьми ОВЗ оказались успешными.

## Мониторинговые исследования оздоровления детей

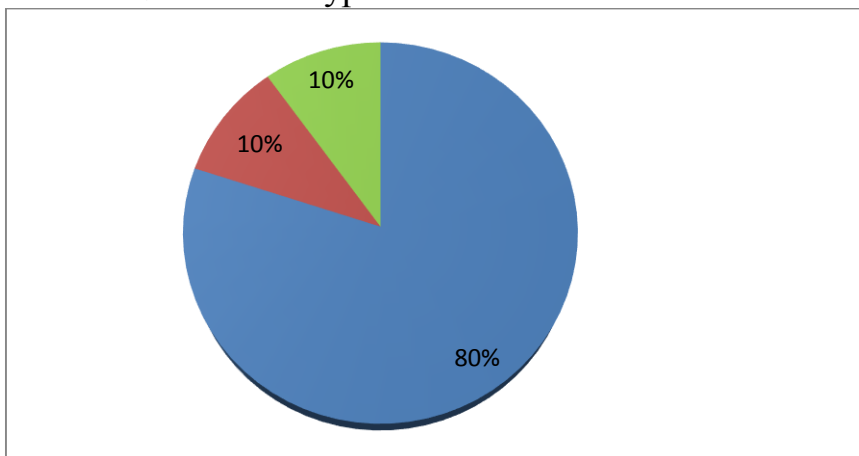
(на начало 2012-2013 учебного года)

1. 54 % - средний уровень
2. 46% - низкий уровень



(на конец 2012-2013 учебного года)

1. 10% -высокий уровень
2. 80%- средний уровень
3. 10% - низкий уровень



## **Библиография**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».-0-13 Москва: Проспект,2013.-160с.
2. Гаврючина Л.В., И.М. Здоровье сберегающие технологии в ДОУ. Методическое пособие. М, 2007 г.
3. Крылова Н.И. Здоровьесберегающее пространство в ДОУ. Издательство «Учитель», 2008 г.
4. Пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. М, 2007 г.
5. Картушина М.Ю. Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет. М, 2008 г.
6. Горбатенко О.Ф., Кардальская Т.А., Попова Г.П. Физкультурно-оздоровительная работа. Волгоград. «Учитель», 2008 г.