

## ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

*Дядяшева Галина Ивановна*

воспитатель

МБДОУ «Д/С №61 «Семицветик»

г. Старый Оскол, Белгородская область

### ПРИМЕНЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДОУ ПО РАЗВИТИЮ РЕЧИ

*Аннотация:* автором отмечается, что речь является одной из важнейших психических функций человека и сложной функциональной системой, в основе которой лежит использование знаковой системы языка в процессе общения. В статье рассматривается применение здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности по развитию речи.

*Ключевые слова:* здоровьесберегающие технологии, образовательная деятельность, развитие речи.

Здоровье детей – главное достояние нации, критерий духовного, политического и социально-экономического развития общества. Одной из приоритетных задач нового этапа реформирования системы образования стало сбережение и укрепление здоровья воспитанников, выбор образовательных технологий, соответствующих возрасту, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье детей. Сегодня необходимо уделять этому как можно больше внимания.

Здоровьесберегающий педагогический процесс ДОУ – процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьесобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспи-

таннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. Применительно к взрослым – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья воспитателей ДООУ и валеологическому просвещению родителей [10].

*Применение здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности по развитию речи.*

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 отношения со сверстниками и взрослыми, тем активнее осуществляется его психическое развитие. Развитие речи, ее звуковой стороны, словарного состава, грамматического строя – одна из важнейших задач обучения дошкольника. Только комплексное воздействие на ребенка может дать успешную динамику речевого развития.

Речь является одной из важнейших психических функций человека и сложной функциональной системой, в основе которой лежит использование знаковой системы языка в процессе общения. Речевое общение создает необходимые условия для развития различных форм деятельности. Овладение ребенком речью способствует осознанию, планированию и регуляции его поведения. Показателем готовности ребенка к успешному обучению является правильная, хорошо развитая речь. Любое нарушение речи в той или иной степени может отразиться на деятельности и поведении ребенка.

В своей работе, на занятиях по развитию речи, я использую разнообразные здоровьесберегающие технологии: дыхательную гимнастику, артикуляционную

гимнастику, глазотерапию, музыкотерапию, пальчиковую гимнастику, психогимнастику, точечный массаж, самомассаж и т. д. Я применяю следующую схему построения образовательной деятельности (далее – ОД):

– в организационный момент включаю релаксационные и психофизические упражнения, психогимнастику;

– в ходе ОД предусматриваются мимические, голосовые, дыхательные и физические упражнения;

– в каждом виде ОД ведется работа над усвоением лексико-грамматического строя речи;

– физпаузы и физминутки несут дополнительную речевую нагрузку, обусловленную темой ОД, даются задания по словотворчеству детей;

– предусматриваются так же задания по коррекции психофизических функций (в зависимости от времени и количества детей).

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 ребенка отрицательно отражаются на его деятельности и поведении, а значит, на формировании личности в целом. Поэтому в течение всего учебного года в свою работу я включаю здоровьесберегающие технологии, которые способствуют интегрированному воздействию, а также достижению устойчивого, стабильного результата.

Представляю вам ряд здоровьесберегающих технологий, используемых мною в ходе ОД по развитию речи.

#### *Дыхательные упражнения в игровой форме.*

Развитие речевого дыхания играет большую роль в воспитании правильной речи. Дыхательные упражнения развивают продолжительный, равномерный выдох у детей, формируют сильную воздушную струю, тренируют ситуативную фразовую речь. Мотивирую интерес детей к дыхательным упражнениям сочета-

нием наглядности и веселых стихотворных форм. Вызывая тем самым положительные эмоции, повышают интерес к ОД, развивают память, внимание и способствуют положительной здоровьесберегающей обстановке в ходе ОД.

*Артикуляционная гимнастика* – способствует обучению ребёнка произносить сложные звуки и удерживать в необходимом положении губы и язык, совершать многократные переходы от одного движения к другому.

*Развитие мелкой моторики.*

Хорошо известно о взаимосвязи развития речи и тонких движений руки, или иначе говоря, ручной и речевой моторики. Рука, пальцы, ладони – едва ли не главные органы, приводящие в движение механизм мыслительной деятельности ребенка. Владея своими руками, дошкольник может сделать много полезных и нужных вещей, и самое главное – развитая моторика рук способствует развитию речи. При планировании работы над развитием руки я придерживаюсь целого комплекса упражнений, в который входят: разнообразные пальчиковые игры и упражнения, пальчиковый театр, графические упражнения, игры с прищепками, ниткография.

*Пальчиковые игры и упражнения*, систематически используемые на занятиях, оказывают стимулирующее влияние на развитие речи детей. Они способствуют ориентировке в пространстве, развитию координации движений и даже постановке звуков. Кроме того, вызывают у детей положительный эмоциональный отклик.

В пальчиковых играх развитие речи происходит сразу в двух направлениях:

Во-первых, импульсы от рецепторов, которые находятся на ладошках идут к головному мозгу и раздражают его часть, отвечающую за развитие речи. Это можно назвать пассивным развитием речи.

Во-вторых, ребенок слышит стихи, песенки, запоминает их и через некоторое время сам повторяет отдельные слова, а потом и стих целиком. Если ребенок совсем маленький, он учится распознавать звукосочетания, отдельные слова, а также ритм речи и мелодику языка.

В своей работе я использую следующие пальчиковые игры: «Дружные пальчики», «Игрушки», «Осенние листья», «Рыбка» и др.

Пальчиковые игры усиливают деятельность речевых зон, способствуют развитию воображения и памяти, при этом развивается гибкость кисти рук и пальцев.

*Игры с прищепками в ходе ОД по развитию речи.*

В ОД по развитию речи, а также в свободное время прищепки «превращаются» в различных животных и птиц, помогая мне развивать у детей не только мелкую моторику рук, но и сенсорные и пространственные представления, коммуникацию, а главное-речь и воображение.

Также «прищепки» можно использовать для автоматизации произношения звуков в стихотворных текстах-диалогах.

Сочетание таких упражнений, как пальчиковая гимнастика, самомассаж с упражнениями по коррекции звукопроизношения и формированию лексико-грамматических категорий, позволяют значительно повысить эффективность ОД, а также оптимизировать выполнение упражнений в домашних условиях.

Таким образом, здоровьесберегающие технологии, используемые в работе с детьми, позволяют своевременно скорректировать имеющиеся нарушения речи у ребенка и в дальнейшем окажут существенное влияние на качество школьного обучения.

Процесс формирования речи осуществляется на основе интегрированного подхода, который позволяет в комплексе решать логопедические и психологические вопросы развития речи детей. Ведь здоровье – это бесценный дар.

И важно понимать, что забота о здоровье наших детей сегодня – это полноценный трудовой потенциал нашей страны в ближайшем будущем. Это важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее.

### *Список литературы*

1. Алямовская В.Г. Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении / В.Г. Алямовская // Дошкольное образование. – 2014.
2. Ахаев А.В. Управление здоровьесберегающим образовательным процессом: Учебно-методическое пособие / А.В. Ахаев. – Усть-Каменогорск: Издательство ВКГУ имени С. Аманжолова, 2014.
3. Волошина Л. Организация здоровьесберегающего пространства // Дошкольное воспитание. – 2004.
4. Гудонис В.П. Здоровье как необходимое основание детства // Мир психологии. – М.: Воронеж. – 2000. – №1. – С. 108–121.
5. Зедгенидзе В.Я. Формирование здоровья ребенка / В.Я. Зедгенидзе // Современный детский сад. – 2007. – №1. – С. 25–30.
6. Здоровый ребенок в здоровом социуме: Научно-практический сборник инновационного опыта. – Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 1999. – 320 с.
7. Кудрявцев В.Т. Инновационное дошкольное образование: опыт, проблемы и стратегия развития // Дошкольное воспитание. – 2010. – №12. – С. 92–100.
8. Новые здоровьесберегающие технологии в образовании и воспитании детей / С. Чубарова, Г. Козловская, В. Еремеева // Развитие личности. – 2008.
9. Сивцова А.М. Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях / А.М. Сивцова // Методист. – 2007.
10. Терновская С.А. Создание здоровьесберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении // Методист. – 2005.
11. Винокурова М.А. Здоровьесберегающие технологии на занятиях по развитию речи в ДОУ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.secreti.info/23-2p.html>