«Коррекционно-педагогическая работа как форма формирования представлений у детей о ЗОЖ»

Автор: Учитель – логопед

Бредихина О.П.

МАДОУ города Нижневартовска

ДС № 52 «Самолётик»

 Важнейшая задача педагога дошкольного образовательного учреждения - организовать педагогический процесс, сберегающий здоровье ребенка дошкольного возраста и воспитывающий ценностные отношения к здоровью.

 Перед педагогами стоит важная задача - дать ребенку информацию, которая сохранит свою значимость на всю жизнь. В дошкольном возрасте дети восприимчивы и послушны, поэтому есть уникальная возможность для выработки правильных привычек.

 Педагоги должны не только давать качественные знания, но и формировать у них сознательную установку на здоровый образ жизни, научить жить в гармонии с собой и окружающем миром. Должны понимать, что ребенок, изучая себя, особенности своего организма, психологически готовится к тому, чтобы осуществлять активную оздоровительную деятельность, формировать свое здоровье.

 Наш детский сад работает по программе «Радуга» Т.Н.Дороновой. Одной из основных задач программы является сохранение и укрепление здоровья дошкольников, формирование у них привычки к здоровому образу жизни.

Начиная свою коррекционно-педагогическую работу с детьми по формированию привычек к ЗОЖ, я поставила перед собой такие задачи:

1.Содействовать сохранению здоровья каждого ребенка.

2.Показать многогранную природу здоровья.

3.Сформировать у дошкольников представления об ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих.

4.Обеспечить детей необходимой информацией, позволяющей правильно выполнять упражнения и гимнастику для укрепления здоровья.

5.Сформировать основания для критического мышления по отношению к знаниям, навыкам и практическим действиям, направленным на сохранение здоровья.

6.Расширить и разнообразить взаимодействие детского сада и родителей в целях укрепления здоровья детей.

 Воспитание и обучение провожу преимущественно в игре. В свободной игровой деятельности, главным образом через подражание. В ходе предварительной работы с детьми я выяснила, что не у всех в полной мере сформированы навыки правильного поведения в различных жизненных ситуациях.

 Чтобы сформировать у ребят чувство ответственности за свое здоровье, научить их самих заботится о нем, изменять свое поведение, я в своей работе подбирала эффективные формы и методы обучения.

В старшей группе после изучения лексической темы: «Тело человека», вместе с детьми в игровой форме мы узнали, чем отличаются люди друг от друга (высокие - низкие, толстые - худые, старые - молодые, дети) и что общего у разных на вид людей (люди похожи друг на друга формой тела). Изучая органы чувств, или с помощью чего человек познает окружающий мир, я поставила цель: сформировать у детей первоначальные представления об органах чувств, с помощью которых человек познает мир; сообщить элементарные сведения; развивать зрительную, слуховую и моторную память, внимание, наблюдательность.

Использовала игру «Умеем ли мы видеть?», «Скажи наоборот» и др. В свободное от занятий время предлагаю воспитателям разучить пословицы и поговорки о здоровье: «От простой воды и мыла у микробов тают силы», «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу», «Береги платье снову, а здоровье смолоду», «Кто аккуратен, тот и людям приятен», «Прежде чем мне сесть за стол, я подумаю, что съесть».

 Детям очень нравятся уроки Мойдодыра и Айболита, которые помогают им быть здоровыми. С учетом возрастных особенностей дошкольников, в подготовительной к школе группе, знания усложняются, расширяется объем знаний. При знакомстве с произведениями художественной литературы мы вспоминаем сказки, в которых герои были очень доверчивы и неосторожны: «Сказка о мертвой царевне», «Белоснежка и семь гномов», «Приключения Буратино». Дети с удовольствием обыгрывают небольшие произведения, используя пальчиковый и перчаточный театр.

 Беседуя с детьми, я обращаю внимание на то, что следует заботиться не только о своем здоровье, но и о здоровье окружающих. Например, когда чихаешь, или кашляешь, надо прикрывать рот и нос платком. Рассказывая о болезнях, учу детей считаться с недомоганием и плохим физическим состоянием другого человека, инвалидностью. Такие беседы помогают воспитанию гуманного отношения к людям, сочувствия, сопереживания, желания помочь. И в тоже время такие беседы помогают ребенку задуматься о необходимости беречь себя, о мерах безопасности на улице и дома.

 Чтобы научить ребенка владеть голосом, надо прежде всего научить его правильно дышать: и та и другая функция выполняются одними и теми же органами. Без правильного дыхания, для которого характерны короткий, глубокий вдох, и плавный длительный выдох, невозможна хорошо звучащая речь. Это условие в большинстве случаев представляет трудность для многих детей, страдающих расстройством речи. С такими детьми проводится целенаправленная работа, которая заключается в проведении специальных дыхательных упражнений.

 Цель дыхательных упражнений - увеличить объём дыхания, нормализовать его ритм, выработать плавный, длительный, экономный выдох. Существует определенная система, которой желательно придерживаться при работе над дыханием. Начинать занятия следует с развития физиологического дыхания. Прекрасным средством для этого являются общеразвивающие и логопедические игры и упражнения, которые включаются в комплексы утренней и оздоровительной гимнастики, а также на физкультурные и музыкальные занятия. Наиболее важными при развитии физического дыхания являются так называемые классические упражнения. Их цель: координация ротового и носового дыхания, выработка нижнереберного типа дыхания при активном участии диафрагмы. В своей работе я использую такие игры и упражнения: «Вдох и выдох через нос», «Вдох через нос, выдох через рот», «Вдох через рот, выдох через нос», «Вдох и выдох через рот», «Комбинированный вдох».

После этого только начинается работа по развитию речевого дыхания, которая проводится последовательно: без участия речи, на материале гласных звуков, слогов, слов, предложений и фраз.

Игры и упражнения на развитие речевого дыхания без участия речи:

Цель: Развитие длительного плавного выдоха, активизация мышц губ. «Цветочек», «Одуванчик», Узнай по запаху», «Свеча», «Чей пароход дольше гудит?», «Не разбуди игрушку», «Погрей руки» и др. Эти игры и упражнения представлены в журнале «Дошкольное воспитание» - №3 за 2008год автор А.Дуплинская.

 Развитие мелкой моторики рук я уделяю особое внимание, так как такие упражнения необходимы ребенку для его общего физического и психического развития. С целью улучшения памяти, умственных способностей ребенка в работе я использую пальчиковую гимнастику. Регулярно проводимая пальчиковая гимнастика развивает речь, нормализует деятельность сердечно-сосудистой и пищеварительной системы, развивает координацию движений, силу и ловкость рук, поддерживает жизненный тонус.

Современные здоровьесберегающие технологии

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

• Ритмопластика;

• Динамические паузы;

• Подвижные и спортивные игры;

• Релаксация;

• Технологии эстетической направленности;

• Гимнастика пальчиковая;

• Дыхательная гимнастика;

• Гимнастика для глаз.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни:

• Фронтальное занятие;

• Подгрупповые занятия;

• Индивидуальные занятия;

• Проблемно-игровые ситуации;

• Коммуникативные игры;

• Занятия из серии «Здоровье»

• Биологическая обратная связь (БОС).

3. Коррекционные технологии:

• Арттерапия;

• Технологии логопедического воздействия;

• Технологии музыкального воздействия;

• Технологии воздействия цветом;

• Технологии коррекции поведения;

• Психогимнастика;

• Фонетическая ритмика.

 Зная основы здорового образа жизни дети будут сознательно относиться к собственному здоровью и использовать доступные способы его укрепления. Здоровый ребенок будет успешно учиться в школе, здоровый ребенок - это счастье, это радость каждой семьи. Поэтому проблема формирования привычки к здоровому образу жизни ребенка, укрепление его здоровья, снижение заболеваемости является актуальной задачей дошкольного учреждения. Если воспитатели, специалисты ДОУ и родители будут взаимодействовать, то мы сохраним молодое поколение, здоровым. Поэтому хочется надеяться, что предложенный опыт поможет тем, кто искренне желает внести свой посильный вклад в формирование здорового образа жизни ребенка.