

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ВОЗРАСТА

THE USE OF HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN WORKING WITH YOUNG CHILDREN

**A. Mironova
E. Rykova**

Summary: The article reveals the features of the use of health-saving technologies in working with children of the first years of life. The main health-saving features of educational technology are described. It offers variable health-saving technologies that can be used in working with young children with disabilities.

Keywords: health-saving technologies, child development, early age, subject-developing environment, limited health opportunities.

Миронова Ангелина Валерьевна

старший преподаватель, ГАОУ ВО «Московский городской педагогический университет»
MironovaAV@mgpu.ru

Рыкова Елена Алексеевна

Ассистент, ГАОУ ВО «Московский городской педагогический университет»
elena-rykova@mail.ru

Аннотация: В статье раскрываются особенности использования здоровьесберегающих технологий в работе с детьми первых лет жизни. Описываются основные здоровьесберегающие признаки образовательной технологии. Предлагаются вариативные здоровьесберегающие технологии, которые могут быть использованы в работе с детьми раннего возраста с ограниченными возможностями здоровья.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, развитие ребенка, ранний возраст, предметно-развивающая среда, ограниченные возможности здоровья.

Здоровьесберегающие образовательные технологии являются одной из перспективных образовательных систем нашего времени. Это система мер по охране и укреплению здоровья детей, а также коррекции нарушений развития детей с ограниченными возможностями здоровья, которые все чаще внедряются в систему образовательной организации.

Вопросом изучения здоровьесберегающих технологий, разработкой и внедрением в учебно-образовательный процесс занимаются ведущие ученые современности: Е.А. Медведева, А.М. Митяева, Е.А. Овчаров, О.Г. Приходько, Е.З. Пужаева, Н.К. Смирнов, И.Ю. Соколова, И.В. Чупаха и др.

За последние годы существенно возросло количество детей с особенностями развития. В связи с этим назрела необходимость создания определенных условий для пребывания, обучения и развития всех детей в образовательных учреждениях. Использование здоровьесберегающих технологий позволяет сделать процесс обучения, развития и коррекции наиболее успешным и интересным.

Основные здоровьесберегающие признаки образовательной технологии заключаются в следующем:

- учет возрастных и физиологических особенностей ребенка;
- учет познавательных, речевых, двигательных и эмоциональных особенностей развития ребенка;
- индивидуальный подход в коррекционно-педагогическом и психологическом воздействии;

- непрерывное, согласованное, насыщенное использование различных сенсорных компонентов восприятия;
- использование интерактивных форм образования;
- творческий подход в образовательном процессе [2].

На сегодняшний день существует вариативное множество различных здоровьесберегающих технологий, которые можно использовать в работе с детьми раннего возраста с ограниченными возможностями здоровья:

- физкультминутки и динамические паузы (физические упражнения, направленные на восстановление работоспособности детей, переключения внимания с одной деятельности на другую, профилактики нарушений осанки и т.д.);
- ритмопластика (оздоровительная гимнастика, выполняющаяся под определенную ритмическую музыку с танцевальными движениями);
- логоритмика (коррекционная методика обучения и воспитания лиц с различными аномалиями развития, в том числе и с речевой патологией, средствами движения, музыки и слова);
- фонетическая ритмика (система двигательных упражнений, в которых различные движения корпуса, головы, рук, ног сочетается с произнесением определенного речевого материала);
- артикуляционная и мимическая гимнастика (совокупность специальных упражнений, направленных на развитие силы и укрепление мышц артикуляционного аппарата и мимической мускулатуры лица);

- пальчиковая гимнастика (комплекс упражнений, направленный на развитие и совершенствование функциональных возможностей кистей и пальцев рук);
- дыхательная гимнастика (комплекс упражнений, направленных на развитие и укрепление дыхательной системы организма);
- психогимнастика (двигательная экспрессия с помощью средств мимики, пантомимы);
- релаксация (глубокое мышечное расслабление, сопровождающееся снятием психического напряжения);
- фитотерапия (укрепление здоровья человека с помощью лекарственных растений) [3];
- ароматерапия (укрепление здоровья человека с помощью эфирных масел и масляных суспензий) [3];
- гимнастика для глаз (комплекс упражнений, направленный на профилактику нарушений зрения у детей);
- арт-терапия (направление в психотерапии и психологической коррекции, основанное на применении для терапии искусства и творчества);
- изотерапия (лечебное воздействие средствами изобразительного искусства);
- сказкотерапия (психокоррекционное воздействие средствами литературного произведения);
- игротерапия (психокоррекционное воздействие средствами игр);
- Монтессори-терапия (всестороннее свободно развитие ребенка посредством развития органов чувств, при помощи дидактических занятий и специально организованной среды);
- иппотерапия (метод реабилитации посредством лечебной верховой езды);
- анималотерапия (психокоррекционное воздействие посредством использования различных животных);
- мульттерапия (психокоррекционное воздействие посредством мультфильмов) и т.д.

Впервые в России интерес к здоровьесберегающим технологиям, а именно к музыкально-терапевтическим эффектам во взаимосвязи музыки и медицины, был проявлен в 1913 году В.М. Бехтеревым. Исследования В.М. Бехтерева, И.М. Догеля, С.С. Корсакова, И.М. Сеченова, Г.П. Шипулина и других ученых показали положительное влияние музыки на организм человека [1].

Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми может проводиться как в процессе индивидуальной работы, так и в процессе групповой работы. Приведем пример использования здоровьесберегающих технологий при проведении группового занятия с детьми раннего возраста в условиях групп кратковременного пребывания.

Коррекционно-образовательный процесс строится с

учетом основных линий развития ребенка (социальная, двигательная, познавательная и речевая) [6]. Групповое занятие предусмотрено для детей в возрасте от 1 года до 3 лет совместно с родителями и состоит из нескольких частей общей длительностью от 1 часа до 1 час 30 минут: «круговое занятие 1», творческая (продуктивная) деятельность, свободная игра, «круговое занятие 2».

«Круговое занятие 1» – комплексное структурированное игровое занятие, основной целью которого, является формирование навыков взаимодействия и общения. Круговое занятие 1 состоит из нескольких частей:

Приветствие – звуковой сигнал (например, звук колокольчика) и «песенка - приветствие», которые являются неизменными и постоянными на каждом занятии. Во время проведения данной части занятия все дети здороваются друг с другом, каждого ребенка и взрослого приветствуют все участники группового занятия. Каждый называет друг друга по имени, что помогает детям вспомнить имена других детей и подтверждает важность участия каждого ребенка в занятии.

Двигательная часть – обязательная часть занятия. В данной части могут использоваться такие здоровьесберегающие технологии как логоритмика или физкультурные минутки и динамические паузы. При проведении двигательной части используется различный спортивный инвентарь: сенсорные дорожки, тоннели, мячи разных размеров, сухой бассейн, маты, скакалки и др. Например, детям предлагают перешагнуть на разной высоте (от пола и выше) через яркую скакалку, пройти под музыку в разном темпе по сенсорным дорожкам и т.д.

Пальчиковые игры (или пальчиковая гимнастика), стимулируют развитие функциональных возможностей кистей и пальцев рук и позволяют сопровождать речь различными жестами. Например, «Мы капусту рубим-рубим», «Каша-малаша» и т.д. На заучивание пальчиковых игр уходит от 3 до 6 занятий. Новые темы подбираются, исходя от быстроты их усвоения детьми.

Игры на взаимодействие, во время которых у детей формируются первые навыки общения. Здесь могут использоваться такие здоровьесберегающие технологии как ритмопластика, динамические паузы и т.д. К играм на взаимодействие относятся, например, музыкальные хороводные игры, состоящие из песни с несложными движениями; прятки за ширмой; игры в мяч и т.д.

Следующим в структуре занятия идет *творческая (продуктивная) деятельность*, во время которой практикуются различные виды арт-терапии (изотерапия, игротерапия и др.), которые ориентированы на взаимодействие взрослого и ребенка. При этом ребенок активизирует собственный потенциал личности через продукт собственной художественной деятельности и выступает в роли самопознающего и самовыражающегося субъекта [1]. Занятия обычно проходят за большим овальным столом, за которым могут разместиться дети

совместно с родителями. Главная цель данной части занятия – получение нового сенсорного опыта средствами изотерапии при работе с различными материалами (пластилин, тесто, краски, карандаши, различные крупы и др.). В работе можно использовать нетрадиционные техники изобразительной деятельности, такие как, например, рисование пальчиками, оттиск печатками из овощей и фруктов, оттиск поролоном, рисование при помощи восковых мелков, рисование веревочкой, кляксография и т.д. [4]. Благодаря использованию в работе педагога арт-терапевтических методик у детей развивается память, внимание, воображение, совершенствуется зрительное восприятие, развивается зрительно-моторная координация, формируется плавность, ритмичность и точность движений, а также развиваются тонкие функциональные возможности кистей и пальцев рук [5].

Следующий этап – это проведение *свободной игры*, во время которой применяется Монтессори-терапия. Дети совместно с родителями расходятся по специально выделенным зонам в помещении, которые выделяются и организовываются специалистом заранее и остаются неизменными в пространстве. Например, зона упражнений в практической жизни, зона упражнений с водой, зона развития мелкой моторики, зона развития сенсорных эталонов, зона развития речи, музыкальная зона, зона развития мышления. Дети самостоятельно выбирают предметно-развивающий материал для работы (например, блоки цилиндров или шумовые коробочки). После работы с материалом ребенок должен положить его на место, после чего только может выбрать другой предметно-развивающий материал. Главное правило группы – не мешать другим детям [8].

«Круговое занятие 2» состоит из следующих частей:

музыкальная часть, театрализованное представление (сказкотерапия), прощание.

Музыкальная часть включает в себя совместные игры педагога с детьми на музыкальных инструментах (бубен, металлофон, маракасы, трещотки, шоркунки и др.). На данном этапе занятия могут использоваться следующие здоровьесберегающие технологии: логоритмика, ритмопластика и др. Дети под музыку выполняют различные задания: играют на музыкальных инструментах совместно с педагогом или по отдельности, играют в определенном ритме тихо или громко. В музыкальной части могут использоваться упражнения по методике С. Железнова и Е. Железновой.

Театрализованное представление (сказкотерапия) способствует освоению детьми новых способов взаимодействия с окружающими. При ее проведении используются кукольные сказки за ширмой, сказки с использованием пальчиковых игрушек, кукол бибабо, а также сказки на песке. При этом в сюжете могут сочетаться как реальные, так и вымышленные события, персонажами могут быть герои любимых книг, мультфильмов, знакомые всем детям. Дети погружаются в волшебный мир сказки, наполненный чудесами, подражают мимике, жестам и интонациям героев, активно участвуя в представлении [5].

Прощание всегда неизменно и проходит в конце занятия. Дети с родителями, сидя на ковре, по очереди задувают свечу и прощаются друг с другом [7].

Использование здоровьесберегающих технологий в групповой работе с детьми раннего возраста с ограниченными возможностями здоровья способствует формированию у детей умения фантазировать, общаться и получать удовлетворение от возможности общения, что крайне важно, как для детей, так и для взрослых.

ЛИТЕРАТУРА

1. Арт-педагогика и арт-терапия в специальном образовании: Учебник для вузов / Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова, Т.А. Добровольская. – М.: Академия, 2001. – 248 с.
2. Волошина Л.А. Организация здоровьесберегающего пространства // Дошкольное воспитание. – 2004. – №1. – С. 114-117.
3. Нетрадиционные методы в коррекционной педагогике / Сост. М.А. Поваляева. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 349 с.
4. Никитина А.В. Рисование веревочкой. Практическое пособие для работы с детьми дошкольного возраста на занятиях по изобразительной деятельности в логопедических садах. – СПб.: КАРО, 2010. – 96 с.
5. Ткач Р.М. Сказкотерапия детских проблем. – СПб.: Речь, 2011. – 118 с.
6. Приходько О.Г. Предметно-развивающая образовательная среда для детей первых лет жизни с ограниченными возможностями здоровья / В сборнике: Раннее и дошкольное образование в системе непрерывного сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья. Сборник научных статей по материалам научно-практической конференции. – М: Парадигма, 2017. – 140 с.
7. Рыкова Е.А. Организация работы с детьми раннего возраста в условиях детско-родительских групп кратковременного пребывания. М.: Вестник Московского университета МВД России, №8. – С. 32-34.
8. Югова О.В., Миронова А.В., Рыкова Е.А. Организация развивающей предметно-пространственной среды для детей раннего возраста в семье и образовательном учреждении // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Гуманитарные науки. №5., 2020, – С. 157-161.

© Миронова Ангелина Валерьевна (MironovaAV@mgpu.ru), Рыкова Елена Алексеевна (elena-rykova@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»