

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ПО ДЕЛАМ МОЛОДЁЖИ И СПОРТА АДМИНИСТРАЦИИ
СЕЧЕНОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД «МАЛЫШ» КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА

ОПИСАНИЕ ОПЫТА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ТЕМУ:

«ПРИМЕНЕНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

В ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ РАБОТЕ»

АВТОР РАБОТЫ:

ДЕЕВА Н. А.

УЧИТЕЛЬ-ЛОГОПЕД

ВЫСШАЯ КВ. К.

Оглавление

1. Актуальность опыта	3
2. Теоретическая база опыта.....	3
3. Ведущая педагогическая идея опыта.....	4
4. Этапы накопления и систематизации опыта.....	4
6. Адресность опыта.....	5
7. Область применения.....	5
8. Технология опыта.....	5
9. Результативность опыта.....	12
Литература.....	13
Приложение	

1. Актуальность опыта

Предметом острой общественной тревоги становится резкое ухудшение физического, психоневрологического, нравственного здоровья детей. За последние годы состояние здоровья детей ухудшается. На сегодняшний день в дошкольном возрасте здоровые дети составляют 3-7% (2-3% имеют 1 группу здоровья). Рождение здорового ребёнка стало редкостью, растёт количество детей с врождёнными аномалиями, недоношенных детей, детей с речевыми нарушениями. Среди ведущих факторов, вызывающих устойчивую тенденцию к снижению показателей физического здоровья и психического развития детей дошкольного возраста обычно называют ухудшение социально-экономических и экологических условий жизни, неполноценное питание, уменьшение двигательной активности. Причины ухудшения здоровья зависят и от неправильного отношения взрослых к своему здоровью и здоровью детей, наследственных факторов, нарушение здорового образа жизни. В последнее время в ДОУ и в семьях большое внимание уделялось умственному развитию в ущерб физическому. В период технического прогресса и наступления информационных технологий многократно ускоряются и усложняются способы коммуникации и информационного обмена в обществе. Изменяется и сам способ общения: наряду со звуковым языком усиливаются позиции письменной речи, интернет-культуры. Возникает опасность потери целостности аналитико-синтетических механизмов речи и сознания, перегрузка левополушарной активности мозга вызывает сбои в состоянии здоровья детей. Явления в обществе способствовали изменению мотивации деятельности у детей разного возраста, снизили их творческую активность, замедлили их физическое и психическое развитие. В силу этих причин, проблемы сохранения здоровья детей становятся наиболее актуальными не только для медиков, но и педагогов и родителей.

2. Теоретическая база опыта

Дети с нарушениями речи относятся к детям с ограниченными возможностями здоровья, так как они нуждаются в специальной коррекционной помощи. Количество детей с речевыми нарушениями катастрофически растёт. С каждым годом дефекты речи усложняются. У детей нарушены не только звуки, но и грамматика, связная речь, не соответствует возрасту и словарь. Если раньше, в основном, группу посещали дети с 3 уровнем речевого развития, то сейчас - со 2 и 1 уровнями речевого развития (это не говорящие дети или речь на уровне непонятных слов). Часто речевое развитие сочетается с рядом неврологических и психопатологических синдромов. У таких детей выражены нарушения памяти, внимания, восприятия, снижена работоспособность. Повышенная отвлекаемость сочетается у них с малой познавательной активностью, личностной незрелостью, трудностями в обучении. У многих детей выявляются не резко выраженные двигательные нарушения. Они характеризуются изменениями мышечного тонуса, нарушениями

равновесия, координации движения, недостаточностью дифференцированной моторики пальцев рук, несформированностью общего и орального праксиса. Им присущи неуверенность в выполнении дозированных движений, снижение скорости и ловкости выполнения. Наибольшие трудности вызывают выполнения движений по словесной инструкции, в выполнении двигательного задания по пространственно – временным параметрам, ритмические движения.

Здоровьесберегающая деятельность в группах компенсирующей направленности для детей с ТНР (ОНР) осуществляется в различных формах, поэтому планируется разными специалистами по всем видам здоровьесбережения и затем «синхронизируется» на малом педсовете.

На основе анализа оздоровительных технологий Б. Б. Егорова, Ю. Ф. Замановского, Н. Н. Ефименко, С. К. Ильиной, В. К. Кудрявцевой, Л. И. Латохиной были отобраны технологии, наиболее эффективные в работе с детьми с речевыми расстройствами.

Роль учителя-логопеда логопедической группы состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье дошкольника, в применении здоровьесберегающих и здоровьеформирующих технологий в логопедической работе. Кроме этого логопед координирует работу специалистов по оздоровлению детей. Здоровьесберегающая среда в общепринятом понятии - это, прежде всего, санитарно-гигиенические нормы, чистота и порядок в окружающей ребёнка среде, выполнение требований к подбору игрушек, мебели, соблюдение режима проветривания помещений, в которой находятся дети, и многое другое. Но в последнее время признана первостепенной задачей физиологическая, психологическая и морально-нравственная реабилитация детей.

3. Ведущая педагогическая идея опыта

Использование здоровьесберегающих технологий в логопедической работе с детьми с речевыми нарушениями способствует сохранению и укреплению здоровья, повышает качественный уровень физической подготовки, развивает личностные и творческие способности и возможности дошкольника, положительно влияет на успех логопедического воздействия.

4. Этапы накопления и систематизации опыта

Работа начата в 2009 году.

1-й этап — подготовительный.

Цель:

Изучение имеющегося состояния работы по сохранению здоровья воспитанников, запросов и потребностей учреждения, всех участников образовательных отношений. 2-й этап — внедренческий.

Цель:

Формирование целостной системы сохранения и укрепления здоровья детей с общим недоразвитием речи, практическое освоение здоровьесберегающих технологий, методик оздоровления.

5. Новизна выполненного педагогического опыта заключается в том, что педагогом

разработана система использования здоровьесберегающих технологий, которая дает возможность компенсировать нарушения речи у детей с общим недоразвитием речи, и внедрена в логопедическую коррекционно – развивающую работу через образовательную и индивидуальную деятельности, взаимодействие с родителями (законными представителями).

6. Адресность опыта

Представленный материал адресован, прежде всего, учителям-логопедам, но может быть полезен специалистам, работающим с детьми с речевыми нарушениями при решении коррекционно - развивающих и воспитательно-образовательных задач, а также воспитателям и родителям.

7. Область применения

Педагогический опыт можно использовать в работе с детьми старшего дошкольного возраста, имеющими речевые нарушения различной степени тяжести во время организованной образовательной деятельности, в ходе режимных моментов, свободной деятельности детей.

8. Технология опыта

«Здоровьесберегающие технологии – это комплекс средств и мероприятий, направленных на укрепление психофизического и психологического здоровья детей» (Виноградова Н.И.)

Цель: создание системы работы по сохранению и укреплению здоровья детей с общим недоразвитием речи через использование здоровьесберегающих технологий для повышения эффективности и качества коррекционного воздействия.

Задачи:

- Разработать комплекс организационных, методических и практических мероприятий на основе использования здоровьесберегающих технологий;

- Создать «Банк данных» по проблеме, отобрать и систематизировать тематические материалы;
- Организовать предметно - пространственную развивающую среду, расширить возможности «зоны оздоровления»;
- Создать информационно-консультативное пространство по вопросам использования здоровьесберегающих технологий для всех участников образовательных отношений: воспитанники – педагоги – родители (законные представители).

Доказано, что полноценное развитие всех средств речи и её основных функций в период дошкольного детства служит залогом сохранения нервно-психического здоровья и социализации детей, так как недоразвитие речи на этапе школьного старта распространяется на успешность в усвоении программ не только родного языка и чтения, но и остальных предметов.

Задача учителя-логопеда в логопедическом воздействии подобрать такие формы и методы обучения детей-логопатов, которые будут целенаправленно стимулировать двигательную и речевую активность дошкольников, влиять на коррекцию речевого и психофизического развития.

Важное место в работе по сохранению и укреплению здоровья детей с ОНР занимает развитие **моторной сферы**: развитие общей моторики, развитие пальцевой моторики, развитие моторики артикуляционного аппарата. Коррекция особенностей моторного развития детей с нарушениями речи осуществляется путём специальных упражнений и общепринятых способов физического воспитания. Коррекционная работа направлена на нормализацию мышечного тонуса, развитие статистической выносливости, исправление неправильных поз, координации речи и движения, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции, развитие тонких двигательных координаций, необходимых для формирования навыков письма.

Развитие общей моторики осуществляется на всех видах занятий. На занятиях по обучению грамоте используется «**Алфавит телодвижений**» (разработан С.И.Веневцевым) - это комплекс упражнений, представляющих образы букв алфавита. Он состоит из 33 двигательных поз, образно представляющих буквы алфавита. Дети на слух или зрительно воспринимают названия буквы и, используя мышечные движения, изображают эту букву. И, наоборот, анализируя ту или иную позу, называют изображаемую букву. В данном случае соединяются абстрактное представление буквы с мышечными ощущениями, благодаря чему укрепляются условные связи в коре головного мозга и впоследствии легко воспроизводятся. Движения, которые выполняются при показе той или иной буквы являются хорошо знакомыми и доступными детям: движения головы, рук, ног, наклоны туловища, полуприседы, приседы. В результате у детей возрастают показатели двигательной памяти и фонематического слуха, а также улучшаются

показатели двигательной сферы у детей с ОНР. Вот несколько примеров упражнений для формирования двигательного изображения букв. «Голубь» - кисти рук скрестить и взмахами ладоней «облети» букву, «Протопай букву» на полу, «Боксёр» - сожми пальцы в кулак и кулаком вырисовывай букву за буквой, «Воздушное письмо», «Массаж спины».

Важное место в развитии моторных способностей у детей с ОНР занимают *динамические паузы и подвижные игры*. Они хорошо развивают психоэмоциональную устойчивость и физическое здоровье, повышают деятельность мозга и тонизирует весь организм. На каждом занятии при изучении определённой лексической темы подбираются подвижные игры и физкультминутки, соответствующие тематике (Н.В.Нищева): тема «Осень. Овощи» - «Дождик», «У Лариски две редиски», «Урожай»; тема «Одежда» - «Гномики-прачки»; тема «Животные»- «Игра в стадо», «Водопой», «Есть у каждого свой дом» и т.д.

Двигательная активность как переключение на новую деятельность обеспечивает активный отдых, повышает работоспособность, предупреждает переутомление, способствует развитию подвижности нервных процессов. Создаёт у детей уравновешенное нервно-психическое состояние.

На логопедических занятиях использую *кинезиологические упражнения*.

Кинезиология – наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Кинезиологические упражнения повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, память и внимание, облегчают процесс обучения чтению и письму, снижают утомляемость, повышают способность к произвольному контролю.

Особое внимание в логопедической работе уделяется развитию *мелкой моторики пальцев рук*. Установлено, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Исследования М. М. Кольцовой доказали, что влияние «импульсации с мышц руки так значительно только в детском возрасте, пока идёт формирование речевой моторной области».

Развитию мелкой моторики служат пальчиковые игры, которые подбираются соответственно изучаемой лексической теме (Н.В. Нищева, В.В.Цвынтарный, М.С.Рузина). Они проводятся на занятиях, в утренние, вечерние часы, родителями дома. У дошкольников преобладает конкретно-образное движение, поэтому содержание и ритм стиха максимально приближены к характеру самого движения.

Немалую роль в развитии движений играет предметно-развивающая среда. В группе организован уголок развития мелкой моторики и творчества (различные губки, массажные мячи, природный и бросовый материал, различные трафареты, различные пальчиковые тренажёры, фланелеграф, шнуровки, крупы, мозаики и многое другое).

Детей обучаю и **приёмам самомассажа** кистей и пальцев рук. Дети обучаются таким приёмам самомассажа как поглаживание, растирание, разминание, выжимание, активные и пассивные движения. Для самомассажа часто используются массажные мячи, грецкие орехи, карандаши.

Для достижения наилучших результатов по постановке звуков проводится **артикуляционная гимнастика** (Нищева Н.В., Е.Косинова, Т.Куликовская, В.Цвынтарный, Т.В. Будённая). Она проводится ежедневно в утренние и вечерние часы воспитателями, учителем-логопедом на индивидуальных и фронтальных занятиях, в свои занятия включает и музыкальный руководитель. Артикуляционные упражнения развивают моторику речевого аппарата, улучшается амплитуда движений, переключаемость, улучшается состояние мышц языка. Артикуляционные упражнения выполняются в сопровождении стихотворного текста («Прогулочная сказка», «В гостях у бабушки», «Зарядка для язычка» и др.).

При необходимости выполняю **логопедический массаж** (Томилина С.М.), который способствует нормализации произносительной стороны речи и эмоционального состояния ребёнка с речевыми нарушениями.

Для достижения лучших результатов по постановке звуков, чтобы процесс был более занимательным и увлекал детей, применяю метод **биоэнергопластика** - это содружественное взаимодействие руки и языка.

Одной из главных задач формирования речи является развитие **речевого дыхания**, которое включает в себя выработку длительного и достаточной силы ротового выдоха, умения беззвучно и своевременно добирать воздух в процессе высказывания. Проводя игровые дыхательные упражнения «Забей мяч в ворота», «Листопад» осенью, «Снегопад» зимой, «Чья лодочка дальше уплывёт?» весной и много других на занятиях, в свободной деятельности, мы рекомендуем и родителям эту работу продолжать дома. Для улучшения речевого дыхания разучиваем с детьми чистоговорки, загадки, пословицы, которые учимся произносить на одном выдохе.

Основой речевого дыхания является диафрагмальное дыхание. Поставить диафрагмальное дыхание помогает инновационная методика «БОС- здоровье» Сметанкина А.А.

Все игровые упражнения даны в компьютерном варианте, что привлекает детей к этим видам упражнений.

В коррекционной работе с детьми, страдающими различными дефектами речи, большую положительную роль играет *логопедическая ритмика*, которая представляет собой объединение на основе замысла системы движений, музыкального фона и словарного наполнения. Развитие речи идёт с помощью синтеза слова, движения и музыки. Движение помогает осмыслить слово. Слово и музыка организуют и регулируют двигательную сферу детей, что активизирует их познавательную деятельность, эмоциональную сферу. Большую роль в слове, движении, музыке играет ритм. Логопедическая ритмика создаёт благоприятные условия для развития нейрофизиологических процессов у детей с речевой патологией благодаря точной дозировке раздражителей, темпу, ритму, динамике музыки и слова. Детям нравятся и логоритмические упражнения без музыкального сопровождения (Алябьева Е.А.) по методике «Расскажи стихи руками», которые включаются в разные виды занятий, бытовую деятельность, в процесс наблюдений в природе, в качестве физкультминутки.

Работа по развитию общей двигательной активности проводится совместно с *развитием зрительно-пространственной активности*. Как отмечал И.М. Сеченов, пространственно-поисковой активности органа зрения принадлежит важная роль в формировании высших психических функций человека.

При проведении занятий с детьми используем упражнения:

- разглядывание разнообразных траекторий, по которым дети «бегают» глазами;
- мимические и артикуляционные упражнения; рассматривание лёгких предметов, подвешенных на стенах;
- игры в «весёлых человечков», изображающих выполнение различных гимнастических упражнений: в процессе игры дети рассматривают человечка и выполняют его движения;
- периодическое рассматривание за оконного пейзажа и разно удалённых от глаз предметов.

Использование указанных приёмов повышает перцептивные возможности детей, способствует более успешной коррекции нарушений познавательной деятельности, опережающему развитию ряда функций, связанных с переработкой зрительной информации.

Чем выше двигательная активность детей, тем лучше развивается его речь. Взаимосвязь общей и речевой моторики изучена и подтверждена исследованиями многих учёных, таких как И.П. Павлов, А.А. Леонтьев, А.Р. Лурия. Когда ребёнок овладевает двигательными умениями и навыками, развивается координация движений. Формирование движений происходит при участии речи. Точное динамичное выполнение упражнений для рук, ног, туловища, головы подготавливает совершенствование движений артикуляционных органов: губ, языка, нижней челюсти и т. д.

Достаточная по объёму двигательная активность благоприятно сказывается на функциональном состоянии головного мозга, увеличению работоспособности, повышению произвольности в выполнении различных действий. При автоматизации поставленных звуков часто использую двигательные упражнения: «пройди по синей дорожке и назови слова с твёрдым звуком Р», набивание мяча по типу игры «я знаю..», разматывание клубочков пряжи одновременно с произношением слов на определённый звук и т.д.

На логопедических занятиях применяю **психогимнастику**: специальные упражнения, этюды, направленные на расслабление и коррекцию эмоционально-волевой сферы. Психогимнастика, как особая часть психотерапии, помогает скорректировать различные сферы психики детей-логопатов, которые, как правило, склонны к повышенной утомляемости, вспыльчивы, замкнуты, несамостоятельны в поведении и выражении своих мыслей. Упражнения на развитие мимики и пантомимики помогают предотвратить перерастание эмоций в патологические чувства, обеспечить необходимую разрядку.

На индивидуальных логопедических занятиях использую **элементы песочной терапии**. В одних случаях игра с песком выступает в качестве ведущего метода коррекционного воздействия. В других случаях выступает в качестве вспомогательного средства, позволяющего стимулировать ребёнка, развивать его сенсомоторные навыки. В любом случае использование песочной терапии даёт положительные результаты.

У детей с различными речевыми нарушениями изменён тонус, поэтому включение упражнений на **активное расслабление и напряжение мышц** необходимо в работе с данной категорией детей. Как указывают исследователи, мышечная и эмоциональная раскованность - важное условие для естественной речи. Детям нужно дать почувствовать, что мышечное напряжение по их воле может смениться расслаблением. Установлено, что эмоциональное возбуждение ослабевает, если мышцы расслаблены.

Учитывая недоразвитие эмоционально-волевой сферы у детей с ОНР, особенно важно соблюдать принцип **обеспечения индивидуальной комфортности и эмоционального благополучия воспитанников**. Так каждый ребёнок во время работы с материалами имеет личное пространство, в котором он работает сидя или лёжа на коврик, за индивидуальным столом. В группе совместно с воспитателями оформлен уголок уединения, где ребёнок может отдохнуть, побыть один. Имеются ёмкости с сыпучими продуктами (горох, фасоль), которые помогают снять напряжение, расслабиться, успокоиться.

По ВОЗ «Здоровье-это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и других физических дефектов». В группе

компенсирующей направленности, где уровень развития детей может резко отличаться, а нестандартность поведения - дело обычное, важна максимальная индивидуализация обучения и воспитания. Учёт особенностей, способностей, возможностей ребёнка важно обеспечивать в каждом занятии.

Большое значение для нормального развития ребёнка имеет гармонизация его притязаний и реальных возможностей. Ребёнок, переоценивающий себя, заносчив, нетерпим к критике. Ребёнок, который недооценивает себя, не уверен, скован, пессимистичен. Эти два типа могут привести к психологическим расстройствам. Чтобы этого не произошло, учим детей оценивать свою работу и работу товарищей. Если самооценка оказывается завышенной, а другого ребёнка заниженной, осторожно подводим ребёнка к неправомерности его выводов. Это даёт возможность детям, неуверенным в себе, почувствовать уверенность, а детям с завышенной самооценкой, не испытывать в дальнейшем стресс при неудачном выполнении задания.

Принцип создания мотивации обеспечивает постоянный интерес ребёнка к коррекционному обучению. Поддерживать **положительную мотивацию** помогает создание проблемных и игровых ситуаций, использование на занятиях сказочных и игровых персонажей, включение сюрпризных моментов, заданий соревновательного характера («Волшебная шкатулка», «Подарки от белочки», «Путешествие в зоопарк», «Проход по синей (зелёной) дорожке», «Кто больше?» и др.) Игра - самый эффективный метод обучающего воздействия взрослого на ребёнка. Практика показывает, что навыки, умения, знания легче приобретаются, если они даются в игровой форме или с движением.

При коррекции ОНР, особенно в 1 год обучения, важно как можно чаще применять **поощрение**, как одного из методов психотерапии. Ребёнка хвалю постоянно, даже если у него ничего не получается, а при малейшей удаче тем более. При таком подходе у ребёнка появляется уверенность в собственные силы, он занимается с большим удовольствием, а это в свою очередь положительно влияет на успех.

Одно из направлений оздоровительной работы - это **формирование представлений о здоровом образе жизни**. Здоровый образ не формируется с помощью отдельных мероприятий. Каждая минута в детском саду должна способствовать решению этой задачи. Я как учитель-логопед, решаю эту задачу, в основном, на коррекционных занятиях. Например, при изучении темы «Части тела» формируем представление о строении собственного тела, «Продукты» - что полезно и что вредно для организма, «Транспорт» - обучение правилам дорожного движения и др.

Одним из основных направлений деятельности по формированию физически и психически здорового ребёнка является *работа с родителями*. Если мы хотим вырастить нравственно и психически здоровое поколение, то должны решать эту проблему «всемирно»: семья, детский сад, общественность.

Для себя мы определили следующие задачи работы с родителями:

- Повышение педагогической культуры родителей;
- Вооружение родителей основами логопедических, психолого-педагогических знаний через тренинги, консультации, семинары;
- Установка на совместную работу с целью решения всех психолого-педагогических проблем развития ребёнка;
- Валеологическое просвещение родителей;
- Вовлечение родителей в коррекционно-образовательный процесс.

Согласованное и заинтересованное взаимодействие взрослых - важнейшее условие успешного развития детей. Основная цель взаимодействия - создание насыщенного гармоничного образовательного пространства, полноценного для развития детей, их духовного, нравственного, физического здоровья и всесторонней подготовки к успешному обучению в школе.

9. Результативность опыта

В результате применения здоровьесберегающих технологий в логопедической работе у детей улучшилось состояние здоровья в целом, повысилась двигательная активность, улучшилось состояние речи (*Приложение*).

Возросли показатели двигательной памяти, выразительности речи и фонематического восприятия, а значит, применение педагогики оздоровления в коррекционной работе является достаточно эффективной, так как способствовало решению главной задачи в логопедической группе - исправлению речи детей. Современное представление о здоровье человека неразрывно связано с его речевым развитием, коммуникативными возможностями и способностью найти вербальное выражение своим мыслям, чувствам, стремлениям. Правильная речь - это золотой запас успешного общего развития ребёнка, основа нормального физического и умственного взросления. Хорошая речь - это визитная карточка человека.

Литература

1. Акименко В.М. Новые логопедические технологии – Ростов-на-Дону.: Феникс, 2008.
2. Беляковская Н.Н., Засорина Л.Н., Макарова Н.Ш. Учим ребёнка говорить: здоровьесозидающие технологии. Методическое пособие для педагогов ДОУ и родителей/ Под ред. Л.Н. Засориной. – М.:ТЦ Сфера, 2009.
3. Бушлякова Р.Г. артикуляционная гимнастика с биоэнергопластикой. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО_ПРЕСС», 2011.
4. Дедюхина Г.В. Работа над ритмом в логопедической практике: метод. пособие/ Г.В. Дедюхина. – М.: Айрис-пресс, 2006.
5. Коррекция нарушений речи у дошкольников: Программно-методическое пособие. – Н.Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 2002.
6. Кудинова М.А. Здоровьесберегающие технологии в системе коррекции речи дошкольников. – Журнал Логопед, № 2, 2010.
7. Мальгавко Н.В. Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми с ОНР – Журнал Логопед, № 1, 2012.
8. Овчинникова Т.С. Подвижные игры, физминутки и общеразвивающие упражнения с речью и музыкой в логопедическом детском саду. – СПб.: КАРО, 2006.
9. Павлова М. А., Лысогорская М. В. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения. – Волгоград: Учитель, 2009.
10. Панфёрова И.В. Здоровьесберегающие технологии в логопедической практике. – Журнал Логопед, № 2, 2011.
11. Сократов Н.В. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей. – М.: ТЦ Сфера, 2005.
12. Формы оздоровления детей 4-7 лет: кинезиологическая и дыхательная гимнастики, комплексы утренних зарядок/ авт.-сост. Е.И. Подольская. – Волгоград: Учитель, 2009.