

Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение №105 г.Липецка

Консультация для воспитателей
«Здоровьесберегающие технологии в коррекционной
работе с детьми с
ограниченными возможностями здоровья»

Составила:
воспитатель
высшей квалификационной категории
Соломыкина Наталья Николаевна

Одна из задач Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования – охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) имеют нарушения центральной нервной системы различной степени, отклонения в психоэмоциональной сфере, нарушения в опорно-двигательной и дыхательной системе, имеют различные хронические и соматические заболевания. Это затрудняет восприятие, ослабляет познавательную деятельность, снижает работоспособность, ориентацию в практической деятельности.

Следовательно, одной из основных задач в работе с детьми с ОВЗ является такая организация и методика проведения всех оздоровительных и воспитательно-образовательных мероприятий, при которой не только сохраняется хороший уровень умственной работоспособности, происходит дальнейшее развитие, но и укрепление здоровья ребенка. Мероприятия выстраиваются в последовательную цепочку и проходят через все виды деятельности. Это здоровьесберегающие технологии.

Здоровьесберегающие технологии — это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

При использовании здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе необходимо соблюдать следующие принципы:

- «Не навреди!»
- Принцип непрерывности, т. е. систематически, постоянно;
- Индивидуальности - соответствие содержания и организации образовательной деятельности возрастным и индивидуальным особенностям ребенка с учетом сопутствующих заболеваний.

Работа с детьми с задержкой психического развития должна быть динамичной, эмоционально-приятной, не утомительной и разнообразной. А это объективно подталкивает к поискам как традиционных так и не традиционных приемов в коррекционно-оздоровительной работе с детьми. Очень важно учитывать индивидуальные особенности детей, так как каждый ребенок с задержкой психического развития воспринимает материал по – своему: один лучше запоминает услышанное, другой – увиденное, третий – проигранное. Следует так же отметить, что важно не однократное повторение излагаемого материала, иногда даже в одной той же интерпретации. Закрепление тем проводится в повседневной работе с детьми, включая элементы здоровьесберегающих технологий в режимные моменты.

Главным критерием результативности здоровьесберегающих педагогических технологий это их влияние на развитие личности ребенка, увеличения резервов его здоровья и, как следствие, легкая степень адаптации к школьным нагрузкам. Необходимо сформировать у дошкольников основы здорового образа жизни и добиться осознанного выполнения элементарных правил здоровьесбережения. Для достижения целей здоровьесберегающих технологий в дошкольном возрасте в своей работе я применяю следующие группы средств:

- 1.Пальчиковая гимнастика
- 2.Физкультминутки
- 3.Дыхательная гимнастика
- 4.Зрительная гимнастика
- 5.Кинезиологические упражнения
- 6.Самомассаж
- 7.Сказкотерапия
8. Психогимнастика
9. Музыкотерапия и звукотерапия

Важно поддерживать положительное эмоциональное состояние ребёнка. Для того, чтобы сформировать у ребенка желание заниматься, необходимо создание доброжелательной обстановки на занятии, благоприятного психологического климата в процессе обучения. Положительные эмоции активизируют деятельность головного мозга, улучшают память и работоспособность детей, являются необходимым условием психического здоровья.

1. Физкультминутки Большое значение в предупреждении утомления детей с ЗПР на занятии принадлежит физкультминуткам. Я стараюсь проводить физкультминутки при первых признаках утомления, в середине занятия. Комплексы физминуток подбираю согласно лексической теме недели.

Физминутки, проводятся в игровой форме. Они направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции.

2. Пальчиковая гимнастика По своей сути пальчиковые игры – это массаж и гимнастика для рук. Пальчиковые игры сами по себе дарят нашим детям здоровье, т.к. при этом происходит воздействие на кожные покровы кистей рук, где находится множество точек, связанных с теми или иными органами.

Проводится также согласно лексической теме недели. Провожу пальчиковую гимнастику в виде движений пальцев рук в сочетании их с речью. Это служит развитию не только мелкой моторики, но и развитию речи, развитию речевого слуха. Эта деятельность вызывает интерес у детей, вызывает эмоциональный настрой.

Использую различные упражнения на развитие мелкой моторики: графические диктанты, обводка шаблонов и штриховка изображений, и др.

Главная цель пальчиковых игр – переключение внимания, улучшение координации и мелкой моторики, что напрямую воздействует на умственное развитие ребенка. Кроме того, при повторении стихотворных строк и одновременном движении пальцами у детей формируется правильное звукопроизношение, умение быстро и четко говорить, совершенствуется память, способность согласовывать движения и речь.

3. Дыхательная гимнастика - правильное дыхание обеспечивает работу мозга, наполняет его кислородом, стимулирует дыхательную, сердечно-сосудистую систему. Именно поэтому после двигательной нагрузки использую элементы дыхательной гимнастики, обращаю внимание на носовое дыхание детей. Дети увлеченно выполняют дыхательные упражнения со звукоподражанием, любят сдувать снежинки или листочки.

Использую дыхательные упражнения с удлиненным, усиленным выдохом и вдохом через нос. Например «Хомячок». Ребенок изображает хомячка - надувает щеки и так проходит несколько шагов. Затем оборачивается, хлопает себя по щекам, выпуская воздух.

4. Кинезиологические упражнения.

Они влияют не только на развитие умственных способностей и физического здоровья, данные упражнения позволяют выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы возможностей его мозга.

Кинезиологические упражнения направлены на совершенствование высших психических функций мозга, развитие подвижности нервных процессов, и синхронизации работы двух полушарий коры головного мозга. У ребенка формируется быстрота нервных импульсов от рецепторов руки к центру речи головного мозга. В результате реализуется внутренняя потребность отражать свою речь в движении, т.е. помогать выразить свою мысль в речи и дополнить эмоциональное состояние движением руки, тела, взглядом, кистью и т.п. Здесь я использую такие упражнения, как «Кулак-ребро-кулак», «Ухо-нос», «Колечко», «Лезгинка», «Дом – ёжик - замок» и др. Например кинезиологическое упражнение «Ухо – нос – хлопок» - левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой за противоположное ухо. Одновременно

отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук с «точностью до наоборот».

5. Зрительная гимнастика: Гимнастика для глаз полезна всем в целях профилактики нарушений зрения. Для того чтобы, гимнастика для глаз была интересной и эффективной, необходимо учитывать особенности развития детей дошкольного возраста, она проводится в игровой форме, в которой дети могут проявить свою активность. Гимнастику можно проводить по словесным указаниям, с использованием стихов, потешек.

Детям нравится выполнять простые упражнения: поморгать, зажмуриться, широко открыть глаза и посмотреть вдаль, интересно следить за пальчиком, который, то приближается к носу, то отдаляется от него, рисовать глазами фигуры в воздухе.

6. Самомассаж – это массаж, выполняемый самим ребенком. При систематическом массаже усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами, нормализуется мышечный тонус, происходит стимуляция тактильных ощущений. Массаж позволяет активизировать и синхронизировать работу обоих полушарий мозга. Что не мало важно для детей с ЗПР.

7. Психогимнастика. У детей с ЗПР снижена выносливость, поэтому они не могут длительное время противостоять физическому и психоэмоциональному напряжению, поэтому по советам психолога детского сада подобран комплекс элементов психогимнастики, который помогает формированию эмоционально-волевой сферы дошкольников. Особенностью использования элементов психогимнастики, является создание образа (кошечки, гномики и т.д.), находясь в котором ребенок через движение показывает его характер, настроение. Это способствует тому, что дети имеют возможность управлять своими эмоциями и действиями.

8. Музыкотерапия и звукотерапия (лечение звуками природы) заключается в музыкальном сопровождении режимных моментов и занятий. Технология музыкального воздействия позволяет корректировать эмоциональный фон ребенка. Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей и влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает, вызывает различные эмоциональные состояния от умиротворенности, покоя и гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии).

9. Сказкотерапия. для детей играет особую роль в развитии ребенка, так как в дошкольный период закладываются основы постижения окружающего мира. Чем привлекательнее, безопаснее и счастливее этот мир для ребенка в детстве, тем более счастливым и уверенным он будет ощущать себя во взрослой жизни.

Данный психотерапевтический способ при работе с детьми выполняет несколько основных функций: развлекательную, обучающую и успокаивающую. Его воздействие на детей часто оказывается более эффективным, чем просьбы родителей.

Цель сказкотерапии:

- снятие эмоционального и мышечного напряжения;
- снижение импульсивности, тревоги;
- развитие навыков взаимодействия детей друг с другом, создание игровой доверительной атмосферы в группе;
- развития внимания, восприятия, речи, воображения.

В процессе коррекционного обучения используются сказки, в которых есть яркие красочные иллюстрации, сопровождаемые крупным шрифтом, и доступным текстом. С опорой на картинки дети упражняются в различении голосов животных, звучаний музыкальных инструментов, ритмической структуры знакомых слов, пространственного расположения предметов, их количества. Сказка – наш друг и помощник, именно она помогает нам найти ту важную дорожку к сердцу ребёнка с ограниченными возможностями здоровья

Вывод: использование здоровьесберегающих технологий при проведении коррекционно-образовательной работы с детьми с ОВЗ способствует:

- повышению работоспособности, выносливости детей;
- развитию психических процессов;
- формированию, развитию двигательных умений и навыков;
- развитию общей и мелкой моторики;
- способствует социальной адаптации детей с ОВЗ

