

Семинар-практикум

« Использование современных инновационных технологий в развитии и коррекции обучающихся с интеллектуальными нарушениями и обучающимися с инвалидностью».

Тема сообщения: «Здоровьесберегающие технологии в коррекционной работе с детьми дошкольного возраста с ОВЗ».

Ширшова Марина Михайловна
воспитатель СП «Детский сад «Теремок»
ГБОУ школы-интерната с. Малый Толкай

(Слайд 2)

Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности.

Одной из основных задач каждого дошкольного учреждения является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Статистика утверждает, что здоровье ребёнка на 20% зависит от наследственных факторов, на 20% - от условий внешней среды, т. е. экологии, на 10% - от деятельности системы здравоохранения, а на 50% - от самого человека, от того образа жизни, который он ведёт. Если на первые 50% здоровья педагоги повлиять не могут, то другие 50% напрямую зависят от слаженной работы педагогов и родителей.

В укреплении и сохранении собственного здоровья определяющая роль принадлежит самому человеку. С этим неразрывно связано и его умение оценивать свое здоровье и свои физические возможности. Эффективность самооценки здоровья прямым образом зависит от знания себя. Оно для ребенка дошкольного возраста предусматривает:

- знание правил гигиены и ухода за своим телом;
- знание наиболее опасных факторов риска для здоровья и жизни;
- знание о том, как устроен человек, какие органы нуждаются в особой защите;
- знание о своем физическом развитии, уровне физической подготовленности.

Все дети, посещающие наше дошкольное учреждение, являются детьми с ОВЗ. Они, как правило, отличаются от своих сверстников по показателям физического и нервно-психического развития. Им свойственны эмоциональная возбудимость, двигательное беспокойство, неустойчивость и истощаемость нервных процессов, легкая возбудимость, заторможенность, отсутствие длительных волевых усилий и т.д. Это затрудняет восприятие,

ослабляет познавательную деятельность, снижает работоспособность, ориентацию в практической деятельности.

Понимая необходимость работы по формированию, укреплению и сохранению здоровья своих воспитанников, мной ведётся целенаправленная работа над созданием благоприятного здоровьесберегающего пространства, применяются методы и приемы, адекватные особенностям развития детей. В этом мне помогают здоровьесберегающие технологии.

(Слайд 3) Здоровьесберегающие технологии это один из видов современных **инновационных технологий**, которые направлены на сохранение и улучшение здоровья всех участников образовательного процесса. Это системно организованная совокупность приемов и методов организации образовательного процесса, не наносящего ущерба здоровью его участников.

(Слайд 4) Цель здоровьесберегающих технологий - становление осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умений оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

(Слайд 5) При использовании здоровьесберегающих технологий необходимо придерживаться следующих принципов:

1. «Не навреди!» – все применяемые методы и приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью.
2. Непрерывность и преемственность – работа ведется не от случая к случаю, а каждый день и на каждом занятии.
3. Соответствие содержания и организации обучения и воспитания возрастным и индивидуальным особенностям ребенка.
4. Комплексный, междисциплинарный подход – единство в действиях всех педагогов дошкольной организации. Стремление к комплексности понятно и оправдано, т.к. здоровый ребенок рассматривается в качестве целостного телесно-духовного организма, требующего индивидуально-дифференцированного подхода.

Осуществить комплексный подход в применении здоровьесберегающих технологий и добиться хороших результатов, помогает соблюдение режима дня и проведение декад здоровья. В ноябре мной был разработан проект – декада здоровья «Мы выбираем ЗОЖ!» и проведена работа по её реализации.

(Слайд 6) В работе с детьми применяю следующие здоровьесберегающие технологии:

- Технологии сохранения и стимулирования здоровья
- Технологии обучения здоровому образу жизни
- Коррекционные технологии.

Коротко остановлюсь на каждой из них.

(Слайд 7-8) Технологии сохранения и стимулирования здоровья.

Сюда входят:

Динамические паузы - это подвижные, хороводные игры, физкультурные минутки. Проводятся во время занятий в течение 2-5 мин., по мере утомляемости детей и выполняют следующие функции: коммуникативную, воспитательную, обучающую, развивающую, коррекционную, лечебно-профилактическую.

Игры малой, средней и высокой степени подвижности – проводятся ежедневно на прогулке, в групповой комнате, как часть физкультурного занятия. Игры подбираются в соответствии с возрастом детей, местом и временем ее проведения.

Релаксация – проводится для снижения тонуса скелетной мускулатуры, мышечного расслабления. Расслабляясь, возбужденные, беспокойные дети становятся более уравновешенными, внимательными и терпеливыми. Выполнение таких упражнений очень нравится детям, т. к. в них есть элемент игры.

Пальчиковая гимнастика - проводится ежедневно в любой удобный отрезок времени, индивидуально либо с подгруппой детей. Способствует овладению навыкам мелкой моторики, помогает развивать речь, повышает работоспособность коры головного мозга, развивает психические способности: мышление, память, воображение, снимает тревожность

Гимнастика для глаз – 1-2 мин. во время НОД, в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки. Улучшает циркуляцию крови и внутриглазной жидкости глаз, укрепляет мышцы глаз, улучшает аккомодацию (это способность глаза человека к хорошему качеству зрения на разных расстояниях). Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.

Дыхательная гимнастика. Способствует полноценному физическому развитию детей, является профилактикой заболеваний дыхательной системы. С целью систематического использования дыхательные упражнения включены в комплексы оздоровительной гимнастики после сна, утреннюю гимнастику и физкультурные занятия. Основу дыхательных упражнений

составляет упражнение с удлинённым и усиленным выдохом на фоне общеукрепляющих и общеразвивающих физических упражнений. Этого можно достичь с произнесением гласных звуков (а-а-а, у-у-у, о-о-о) шипящих согласных (ж и ш) и сочетаний звуков (ах, ух). Эти дыхательные упражнения желательно проводить в игровой форме (жужжит пчела, гудит самолет, стучат колеса поезда и т. д.).

Бодрящая гимнастика – ежедневно после дневного сна, 5-7 мин. состоит из упражнений в кровати, закаливающих мероприятий.

Гимнастика корригирующая – в различных формах **физкультурно-оздоровительной работы**. Форма проведения зависит от поставленной задачи, применяемых с целью устранения дефектов осанки, укрепления мышц спины, предупреждения плоскостопия.

Закаливание - обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышает его устойчивости к воздействию постоянно изменяющихся условий внешней среды. Закаливающие мероприятия гармонично вписываются во все режимные моменты. Из всего богатого выбора существующих *форм закаливания* можно выделить наиболее доступные:

- нахождение детей в групповой комнате в облегченной одежде в течение дня;
- проведение физкультурных занятий на свежем воздухе в течение года;
- **прогулка** - является одной из самых действенных закаливающих процедур. Способствует повышению выносливости и устойчивости детского организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям. На прогулке дети играют, много двигаются. У них вырабатываются двигательные умения и навыки.

(Слайд 9-10) Технологии обучения здоровому образу жизни:

Утренняя гимнастика - проводится ежедневно 6-8 мин., возможно включение музыкального сопровождения. У детей при этом формируются ритмические умения и навыки.

Физкультурные занятия – проводятся 20-25 мин. в соответствии программой. Это ведущая форма организованного систематического обучения детей двигательным умениям и навыкам. Регулярные занятия физкультурой укрепляют организм ребёнка, способствуют повышению иммунитета.

Проблемно-игровые технологии – применяются в свободное время, можно во второй половине дня. Занятие может быть организовано незаметно для ребёнка, посредством включения в процесс игровой деятельности. («Накормим гостей», «Искупаем куклу Катю», «Научим Катю умываться», «Научим Зайку правильно держать ложку»)

Занятия и беседы из серии «Здоровье» - ежедневно, во время выполнения гигиенических процедур, приёма пищи, прогулки.

Например: «Витамины и здоровый организм», «Тело человека», «Все ребятам надо знать, как по улице шагать», «Здоровье в порядке, спасибо зарядке!» и др.

(Слайд 11) Коррекционные технологии:

Артикуляционная гимнастика. Использую упражнения для тренировки органов артикуляции (губ, языка, нижней челюсти), необходимые для правильного звукопроизношения.

Технология музыкального воздействия. Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния. Использую в качестве вспомогательного средства как часть других технологий, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения, для сопровождения учебной деятельности дошкольников (н-р на занятиях по изо деятельности, ознакомлению с окружающим миром). Также музыку использую перед сном, чтобы помочь с трудом засыпающим детям успокоиться и расслабиться.

Сказкотерапия – это метод «лечения сказкой». Роль сказки в воспитании детей дошкольного возраста велика. Она пробуждает все доброе, что есть в душе ребенка, формирует крепкие нравственные ценности и любовь к чтению, учит правильному общению, развивает эмоциональную сферу и речь. Сказки не только читаются, но и обсуждаются с детьми, обыгрываются.

Арт терапия-лечение искусством, творчеством увлекает детей, отвлекает от неприятных эмоций, подключает эмоциональные резервы организма. Арт терапия в работе с детьми решает следующие проблемы:

- Помогает расслабиться и избавиться от эмоционального напряжения
- Дает возможность развивать позитивный эмоциональный фон
- Развивает моторику рук и умственные способности: креативность, мышление, речь
- Прививает интерес к творческой деятельности
- Занятия в группе с другими детьми развивают уверенность и коммуникабельность

(Слайд12) Технологии валеологического просвещения родителей.

Главными воспитателями ребенка являются родители. От того, как правильно организован режим дня ребенка, какое внимание уделяют родители здоровью ребенка, зависит его настроение, состояние физического комфорта. Здоровый образ жизни ребенка, к которому его приучают в

образовательном учреждении, может или находить каждодневную поддержку дома и тогда закрепляться, или не находить, и тогда полученная информация будет лишней и тягостной для ребенка.

Поэтому одним из направлений моей работы по формированию здоровьесберегающей компетентности дошкольников является взаимодействие с семьями воспитанников через **применение технологии валеологического просвещения родителей.**

Информационно-просветительская деятельность выражается в:

- формировании у родителей здорового образа жизни как ценности,
- в знакомстве родителей с различными формами работы по физическому воспитанию в ДООУ,
- привлечении родителей к участию в различных совместных физкультурных досугах и мероприятиях.

Для реализации этих задач использую следующие формы работы с родителями:

- Анкетирование.

Например, при проведении декады здоровья «Мы выбираем ЗОЖ» с родителями было проведено **анкетирование «Какое место занимает физкультура в вашей семье?»** Подытожив данные анкеты, сделали выводы о том, что необходимо усилить работу с родителями по некоторым вопросам физкультурно - оздоровительной работы: использование разнообразных форм проведения активного отдыха вместе с детьми (прогулки, подвижные игры и т.д.), обязательное проведение утренней гимнастики дома вместе с детьми, приобретение элементарного спортивного оборудования (мяч, скакалка, велосипед, лыжи).

Также провела анкетирование «Питание в детском саду». По результатам анкетирования выявлено, что 100% родителей, из общего количества опрошенных, удовлетворяет питание их детей в д/с, родителей устраивает меню, и качество приготовляемой пищи. О качестве пищи узнают из разговоров с детьми, многие блюда, например творожная запеканка, котлеты, щи, являются любимыми и просят приготовить дома.

- Консультации.

В родительском уголке размещается информация в виде папок-передвижек, буклетов («В здоровой семье - здоровые дети», «Красивая осанка — залог здоровья», «Вредные привычки у родителей, курение, употребления алкоголя – их влияние на детей»)

- Проводятся совместные спортивные досуги, творческие конкурсы (в рамках декады по ЗОЖ проведены спортивное развлечение «Малые

Олимпийские игры», конкурс рисунков «Наше здоровье в наших руках!», оформление стенгазеты из принесённых рецептов любимых семейных блюд «Вкусно и полезно»)

Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге поможет сформировать у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное развитие.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.