Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение № 14 «Солнышко».

***Консультация для родителей:***

*«Использование здоровьесберегающих технологий в работе учителя — дефектолога».*

Подготовила учитель-дефектолог

Кривенцова А.В.

Март 2018 г.

Организм ребенка дошкольника с ОВЗ отличается незавершенностью развития органов и функциональных систем (центральной нервной системы, зрительного и слухового анализаторов, опорно-двигательного аппарата). В связи с этим правильно организованный коррекционно-образовательный процесс способствует не только качественному овладению детьми умениями и навыками, но и благополучному психоэмоциональному и физическому развитию воспитанника с ОВЗ, укреплению его здоровья.

Задача укрепления здоровья детей является необходимым условием их всестороннего развития и обеспечения нормальной жизнедеятельности растущего организма.

Поэтому в своей работе я применяю здоровьесберегающие образовательные технологии.

Здоровьесбережение – это сохранение и укрепление психоэмоционального и физического здоровья детей, улучшение их психологического статуса с учетом индивидуальных возможностей и способностей, а также формирование ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи здоровьесберегающих образовательных технологий:

• обеспечить воспитаннику возможности сохранения и укрепления здоровья в период пребывания в ДОУ;

• сформировать необходимые знания, умения и навыки здорового образа жизни;

• научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Опираясь на эти задачи, необходимо строить весь коррекционно-образовательный процесс, к которому предъявлены особые требования и регламентированы известными нормативными документами (СанПиН, письмо Минобразования «О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения») и реализовать в нескольких аспектах (оздоровительный режим и здоровьевоспитание).

Здоровьесбережение (оздоровительный режим):

1. организация режима пребывания ребёнка в дошкольном учреждении.

Кабинет оборудован всем необходимым оборудованием для осуществления коррекционно-образовательной работы на оптимальном уровне и соблюдения здоровьесберегающего режима. Для создания атмосферы уюта и психоэмоционального комфорта кабинет оформлен в спокойных тонах, с достаточным естественным и искусственным освещением. Оборудование соответствует санитарно-гигиеническим требованиям. В работе использую игрушки безвредные для здоровья детей и отвечающие гигиеническим требованиям, эстетически оформленный привлекательный наглядный и дидактический материал.

2. создание охранительного режима.

В целях обеспечения психологической безопасности детей во время их пребывания в ДОУ, создания комфортных условий коррекционно-образовательного процесса, профилактики возникновения у детей разного рода психоэмоционального напряжения организую условия для реализации охранительного режима в группе.

Прежде всего, это создание благоприятного психологического климата в детском коллективе, который помогает ребенку чувствовать себя спокойно, уверенно и комфортно на занятиях, помогает раскрыть свои личностные качества. Мотивирую воспитанников к активности, к проявлению эмоционально насыщенных отношений детей к происходящему на занятиях, к доброжелательным отношениям со сверстниками и взрослыми. Забочусь об эмоциональном благополучии каждого ребенка (поддерживаю, подбадриваю, помогаю поверить в свои силы, способствую повышению самооценки у детей.

3. распределение психофизической нагрузки.

Работа планируется с обязательным учётом особенностей биоритма, физической и умственной работоспособности ребёнка, эмоциональной реактивности в первой и второй половине дня (расписание НОД, структура занятия).

4. профилактика нарушений осанки.

Так как у ребенка - дошкольника кости, связки и мышцы еще не закончили своего развития, нагрузки, которые испытывает позвоночник во время «неправильного» сидения за столом, могут привести к деформации позвонков. Возникает стойкое нарушение – сколиоз. Исправить это чрезвычайно трудно, а с определенного момента невозможно. Гораздо легче предотвращать нарушение осанки. Один из проверенных способов – во время занятий соблюдать правильную осанку.

5. удовлетворение потребности ребёнка в двигательной активности, отдыхе.

В оздоровительных целях создаю условия для удовлетворения естественной потребности детей в движении. Эту потребность реализую посредством ежедневной двигательной активности: физминутки с дифференциацией по предметной направленности, подвижные игры и динамические паузы, компьютерные гимнастики, адаптированные к психофизическому состоянию детей.

6. оздоровительные упражнения и гимнастические комплексы для развития мелкой моторики рук.

Тренировка движений пальцев и кистей рук является важнейшим фактором, стимулирующим речевое развитие ребенка, способствующим улучшению артикуляционных движений, подготовке кисти руки к письму и, что не менее важно, мощным средством, повышающим работоспособность коры головного мозга, стимулирующим развитие мышления ребенка. Применяю в своей работе комплексы гимнастики для мелкой моторики рук, элементы сопряженной гимнастики (для рук и языка, пальчиковые игры и упражнения, а также игры с различными предметами (шнуровки, ипликаторы Кузнецова, прищепки, орехи, косточки, пуговицы, прищепки бельевые, игрушки из «киндер-сюрпризов», разные виды театра, в том числе пальчиковый, пластмассовые или деревянные палочки, шаблоны, трафареты и многое другое.

7. профилактика нарушения зрения.

Профилактическая работа по этому направлению включает систему мер, направленных на предупреждение нарушений зрения. Использую тренажер для глаз, компьютерные динамические физминутки, которые позволяют сделать непосредственно образовательную деятельность эмоционально насыщенной, живой и интересной.

8. дыхательная гимнастика, самомассаж и релаксационные упражнения.

Так как большинству детей с нарушениями в развитии свойственно нарушение равновесия между процессами возбуждения и торможения, повышенная эмоциональность, двигательное беспокойство, для мышечной и эмоциональной раскованности организую на занятиях специальные расслабляющие упражнения, которые помогают детям стать более спокойными и работоспособными, благоприятствуют созданию радостной и свободной обстановки на занятиях, а также приемы самомассажа (с карандашом, грецкими орехами, массажными шариками).

Здоровьевоспитание

Наряду с обеспечением необходимых условий для сохранения и укрепления здоровья детей, развиваю у дошкольников осознанное, преобразовательное отношение к своему здоровью. Формирую у них мотивацию к здоровому образу жизни, знания о здоровье как ценности, культуру здоровья и личностных качеств, обеспечиваю становление валеологической компетенции ребёнка.

1. беседы на занятиях

«Полезная пища», «Витамины и здоровье» (лексическая тема «Овощи», «Фрукты»)

«Каждой вещи свое время» (лексическая тема:«Сезонные изменения в природе»)

«Всем ребятам надо знать, как по улице шагать», «Правила для пешеходов» (лексическая тема:«Транспорт»)

«Как вести себя с незнакомыми животными» (лексическая тема:«Домашние животные») и т. д.

2. создание специально организованных ситуационных проблемных задач

«Назови основные части тела человека»

«Как уберечься от болезней»

«Почему полезно заниматься физкультурой»

«Придумай зарядку для малышей» и т. д.

3. игры-практикумы

Организую игры-практикумы: «Чистка зубов», «Проверим осанку», «Вредные привычки – можно или нельзя», «Правильное питание» и другие. Знакомлю детей с основами безопасности жизнедеятельности с помощью обучающей компьютерной игры «Уроки осторожности», которая учит детей правилам дорожного движения, действиям в сложных жизненных и чрезвычайных ситуациях.

4. совместная работа с другими специалистами ДОУ и родителями.

Провожу беседы, консультирования.

.

Вывод:

Такая работа способствует накоплению у ребенка - дошкольника знаний о здоровье, развитию умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретению валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.