

**Макаренко Лариса Ивановна**

учитель-логопед

МБДОУ Д/С КВ №52

г. Белгород, Белгородская область

**Пенькова Ольга Ивановна**

учитель истории

МБОУ СОШ №41

г. Белгород, Белгородская область

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ**

### **С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

*Аннотация:* статья посвящена актуальной проблеме сохранения здоровья дошкольников с ограниченными возможностями здоровья. Здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как одну из самых перспективных систем века и как совокупность методов и приемов организации обучения дошкольников без ущерба для их здоровья.

*Ключевые слова:* здоровьесберегающие технологии, пальминг, су-джок терапия, аурикултерапия, изо-терапия, биоэнергопластика, смехотерапия.

Современное состояние общества и высочайшие темпы его развития, предъявляют новые высокие требования к человеку и его здоровью. По данным РАМН РФ наблюдаются тенденции к ухудшению здоровью и физического развития детей. Ухудшения в состоянии здоровья способствуют к снижению мотивации детей к образовательной деятельности, снижению творческой активности, замедлению психического и физического здоровья.

В соответствии с законом РФ «Об образовании» (ст. 2; 51) государственная политика в области образования основывается на принципах гуманистического характера, приоритете общечеловеческих ценностей, жизни и здоровья человека, свободного развития личности.

Весьма актуальным становится вопрос о внедрении в практику работы ДОУ здоровьесберегающих образовательных технологий. Новые стимулы, служат для

создания благоприятного эмоционального фона, способствуют включению в работу сохранных и активизации нарушенных психических функций.

В последнее время наблюдается рост числа детей, имеющих нарушения общей, мелкой моторики и речевого развития.

В процессе коррекционной работы логопеда возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья детей.

Развивающая среда оздоровительные технологии в образовательный процесс детского сада должны внедряться в условиях здоровьесберегающей и здоровьес развивающей среды.

В своей практической деятельности применяю следующие здоровьесберегающие компоненты:

- пальминг, комплексы упражнений, направленных на профилактику нарушений зрения;
- упражнения для развития речевого дыхания;
- развитие общей моторики;
- технологии по развитию мелкой моторики;
- су-джок терапия;
- аурикултерапия;
- изо-терапия;
- биоэнергопластика;
- смехотерапия.

*Пальминг* – это упражнения для расслабления глаз. Оно является очень древним и принадлежит йогам. Затем выполняем упражнения для глаз. Упражнения направлены на профилактику нарушений зрения. Занятия снимают напряжение глазных мышц, благотворно влияют на зрение.

*Упражнения для развития речевого дыхания.* Надувать снежинки, бумажки, пушинки со стола, с руки; дуть на плавающих в тазу уточек, корабликов, дуть на всевозможные вертушки; надувать надувные игрушки, воздушные шары, пускать мыльные пузыри; поддувать вверх пушинку, ватку и так далее.

*Развитие общей моторики.* Комплексы физических минуток подобраны согласно лексической теме. Проводятся в игровой форме в середине фронтальной коррекционно-развивающей деятельности.

*Развитие мелкой моторики.* Массаж пальцев, массаж ладонных поверхностей каменными, металлическими или стеклянными разноцветными шариками; прищепочный массаж; массаж орехами, каштанами; массаж шестигранными карандашами; массаж чётками; массаж приборами Су-Джок терапии.

*Су-Джок терапия* оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей. Эти участки соответствуют головному мозгу. Кроме того, на них проецируется все тело человека в виде мини-систем соответствия. Поэтому пальцы необходимо массажировать до стойкого ощущения тепла. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека. Во время коррекционной деятельности происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (массажные мячики, металлические колечки).

*Аурикулотерапия* – это система лечебного воздействия на точки ушной раковины, которые проецируют все органы и системы человеческого организма. Воздействие осуществляется путём массажа ушной раковины (надавливание, растирание) до лёгкого покраснения и появления чувства тепла. Особенно полезно воздействие на противокозелок, соответствующий проекции головного мозга. На ушных раковинах много биологически активных точек. Их массаж быстро мобилизует силы организма.

*Изо-терапия.* Техники изо-терапии, используемые для развития речи, мелкой моторики руки: пальцевая живопись, рисование на стекле, рисование на манке, рисование ладонями, техника рисования палочками, фасолью и т. п.

*Биоэнергопластика* – соединение движений артикуляционного аппарата с движениями кисти руки. Использования биоэнергопластики в работе с дошкольниками старшего дошкольного возраста имеющих ОНР вызывает интерес и по-

могает длительно удерживать интерес ребенка, повышает мотивационную готовность детей к занятиям, поддерживает положительный эмоциональный настрой ребёнка.

*Смехотерапия* – это вид психотерапии, помогающий снять блоки, расслабиться, избавиться от стеснительности. Юмор и смех поднимают настроение, помогают наладить коммуникативные связи, позволяют эффективно противостоять стрессовым ситуациям.

Важно сохранить традиционные подходы и развивать новые направления логопедической теории и практики. Здоровьесберегающие технологии оптимизируют процесс коррекции речи детей и способствуют оздоровлению всего организма.

Здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как одну из самых перспективных систем века и как совокупность методов и приемов организации обучения дошкольников, без ущерба для их здоровья.