

*Сергадеева Алёна Александровна*

студентка

*Зябкина Елена Андреевна*

студентка

*Лебеденко Инна Юрьевна*

канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный

педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБУЧЕНИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ**

*Аннотация: в данной статье рассмотрены образовательные технологии, использующиеся в работе с детьми дошкольного возраста. Особое внимание уделяется технологиям оздоровления детей с нарушениями зрения.*

*Ключевые слова: педагогическая технология, здоровьесберегающая технология, коррекционное обучение, нарушение зрения, нарушение осанки.*

Усилия работников дошкольных образовательных учреждений на сегодняшний день как никогда направлены на оздоровление детей дошкольного возраста, приобщение их к здоровому образу жизни. Именно эти задачи являются наиболее приоритетными в программе модернизации российского образования, отражены они в ФГОС в требованиях к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования. Одним наиболее популярным средством решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых трудно представить обучение в современном детском саду.

Здоровьесберегающая технология – это совокупность различных мер, которые включают в себя координацию и сотрудничество всех факторов образовательного комплекса, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. В системе дошкольного образования рассчитано

как сохранение уже имеющегося, так и своевременное воспитание здорового образа жизни у учащихся этих учреждений.

На данный момент в нашей стране применение здоровьесберегающих технологий стало одним из наиболее перспективных проектов, включающих в себя коррекционное обучение, которое позволяет всесторонне развивать детей с различными нарушениями зрения.

Обязательным коррекционным требованием распорядка жизни детей является заранее обусловленная система жизненной активности ребенка. В режиме дня предусматривается разнообразная деятельность, способствующая укреплению здоровья в соответствии с интересами, потребностями детей, времени года и состояния здоровья.

Зрительная гимнастика, предназначенная, для детей с нарушением зрения способствует исключению перенапряжения глаз, а так же является нормой и одним из правил жизнедеятельности. Систематически используются в работе элементы методики сенсорно-координатных тренажей В. Ф. Базарного. Данная методика предусматривает синхронно сочетающиеся движения головы, глаз и туловища. Очень важным является то, что на этих занятиях поза детей постоянно меняется: учащиеся стоят на массажных ковриках, на носочках, отвечают на вопросы, отгадывают загадки. Также используются тренажеры по методике В.Ф. Базарного, М.Н. Ковалева, схемы «Прыгающий взгляд». У детей с нарушениями зрения глазодвигательные упражнения вызывают сложность в связи с тем, что у них пространственные понятия формируются с трудом. Именно поэтому применяют массаж глаз, а так же ряд упражнений: глазки по кругу, пальминг, прищепочки. Многие дети самостоятельно выполняют комплекс для глаз по демонстрационному плакату.

Игровой самомассаж кистей рук – это весьма мощный биологический стимулятор, который воздействует на функции кожи, а также уровень снабжения организма кислородом и питательными веществами и, что немало важно, являются средством повышения иммунитета, поскольку на ладонях расположено больше количества нервных окончаний. Если их деятельность активизируется,

то улучшается функциональное состояние внутренних органов. Игровой самомассаж – уникальная тактильная гимнастика, благодаря которой в мозг поступает мощный поток импульсов от рецепторов, расположенных на коже, одновременно в кору головного мозга (в речеслуховые, зрительные, эмоциональные и творческие зоны) поступает информация, которая оказывает тонизирующее воздействие на ЦНС.

Практически во всех учреждениях дошкольного образования для формирования необходимых знаний, умений, навыков, которые способствуют сохранению здоровья используются различные формы оздоровления: вводная гимнастика, физкультминутки (танцевальные, ритмические, двигательно-речевые, когнитивные, познавательные). В свою очередь в таких учреждениях также используют: развивающие игры, сюжетно-ролевые игры, креативные творческие, оригинальные движения, физкультпаузы, подвижные игры, различные виды гимнастики (пальчиковая, зрительная дыхательная, для профилактики простудных заболеваний, пантомимическая). В серию упражнений, которые входят в состав физкультминуток, включено множество упражнений, которые позволяют привыкнуть детей с раннего возраста к первоначальным навыкам ведения здорового образа жизни, к ним относят упражнения по формированию осанки, укреплению зрения и упражнения, направленные на выработку рационального дыхания.

### ***Список литературы***

1. Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми, имеющими нарушения в развитии: Методическое пособие / Томская областная универсальная научная библиотека им. А.С. Пушкина. Отдел организации обслуживания инвалидов по зрению МБЛПУ ЗОТ «Центр медицинской профилактики». – Томск, 2013. – 132 с.
2. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. – Воронеж, 2011. – 73 с.
3. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ. – М.: Аркти, 2012. – 59 с.