(cc) BY

Аванесова Лариса Сергеевна
студентка
Лебеденко Инна Юрьевна
канд. пед. наук, доцент
ФГБОУ ВО «Армавирский государственный
педагогический университет»
г. Армавир, Краснодарский край

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОБУЧЕНИИ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

Аннотация: *в данной статье рассматриваются возможности использования здоровьесберегающих технологий в работе с детьми, имеющими различные нарушения зрения. Автор приходит к выводу, что главным коррекционным требованием в школе-интернате для слепых и слабовидящих детей, обеспечивающим сохранение и укрепление их здоровья, является распорядок дня. Немаловажную роль в жизни ребенка играет также прогулка, во время которой большое внимание необходимо уделять подвижным играм. Игровая деятельность является сильнейшим средством всестороннего развития слабовидящего ребенка.*

Ключевые слова: *нарушение зрения, амблиопия, косоглазие, слабовидение, слепота, здоровьесберегающие технологии.*

В настоящее время одну из приоритетных позиций стала занимать забота о здоровье ребенка, так как в любой стране нужны личности грамотные, творчески развитые, здоровые и активные в жизни.

Значимой проблемой нашего времени становится проблема поиска эффективных путей укрепления здоровья детей, профилактики различных заболеваний и коррекция недостатков физического развития, увеличения двигательной активности. Слепые или слабовидящие дети сталкиваются с большим количеством проблем. Они с трудом воспринимают окружающий их мир, становятся более

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

замкнутыми, им тяжело распознавать эмоции, чувства, настроение и теряют уверенность в себе.

Главной задачей специальной (коррекционной) школы является создание благоприятных условий для сохранения и улучшения здоровья детей с нарушенным зрением. Если ребенок не посещает массовые или специальные учебные учреждения, то благоприятные условия для его обучения, воспитания и развития должны создаваться родителями.

Здоровьесберегающими технологиями называют систему мер, включающих в себя взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, которые направленны на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. Применение здоровьесберегающих технологий становится востребованным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения зрения.

Главным коррекционным требованием в школе-интернате для слепых и слабовидящих детей, обеспечивающим сохранение и укрепление их здоровья, является распорядок дня. В режиме дня младших школьников предусматриваются разные виды деятельности по укреплению здоровья в соответствии с потребностями и интересами детей, времени года и состояния здоровья. Утро принято начинать с гимнастики. Так воспитатели приучают детей самостоятельно и с удовольствием двигаться. Комплекс упражнений нужно составлять так, чтобы движения были направлены на разминку всех суставов организма, позвоночника, различных групп мышц, обязательно включать упражнения на дыхание. Дыхательная гимнастика применяется как профилактика простудных заболеваний (проводится 5 минут в проветриваемом помещении), что является неотъемлемой частью в здоровьесбережении детей.

Для детей с нарушением зрения необходимо ежедневно проводить гимнастику для глаз, пальчиковую гимнастику, имитационные движения, элементы самомассажа, упражнения для рук, осанки. Воспитатели так же следят чтобы дети носили очки. Для сохранения зрения важно правильно организовать физминутки и перерывы.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Во время самоподготовки учеников осуществляется индивидуальный подход к каждому слабовидящему ребенку, в зависимости от зрительного дефекта. Необходимо правильно рассаживать детей, чтобы свет падал слева. Дети с расходящимся косоглазием и низкой остротой зрения садятся ближе к демонстрирующему материалу, со сходящимся косоглазием – дальше. У каждого ученика на парте подставка для книг. Нельзя забывать, что ребенок с амблиопией выполняет задание при заклеенном лучшем глазе, т.е. в условиях, когда нагрузка падает на плохо видящий глаз. При рассматривании сюжетных картинок нужно предоставить возможность рассмотреть ее более длительное время, а детям с низкой остротой зрения вблизи. Все это помогает увидеть изображения в целом, затем разобрать его по частям. Для сохранения зрения, уменьшения болезненных проявлений, а также для профилактики утомления глаз включаю упражнения для отдыха.

Воспитатели систематически используют в своей работе элементы методики сенсорно-координаторных тренажей Базарного, которая предусматривает синхронно сочетающиеся движения головы, глаз, туловища. У детей с нарушением зрения глазодвигательные упражнения вызывают сложность, так как пространственные понятия формируются с трудом. Именно поэтому необходимо применять массаж глаз и упражнения. Так же дети могут выполняют самостоятельно комплекс упражнений для глаз.

Немаловажную роль в жизни ребенка играет прогулка. Дети очень любят подвижные игры. Подвижная игра является сильнейшим средством всестороннего развития слабовидящего ребенка. Игры подбираются с учетом диагноза ребенка, учитывая отклонения в здоровье. Физические упражнения на свежем воздухе способствуют развитию защитных сил по отношению к неблагоприятным факторам внешней среды. Русские народные игры очень хорошо способствуют развитию навыков общения, пространственной ориентации, речи, расширению кругозора.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Таким образом, использование здоровьесберегающих технологий помогают детям с нарушением зрения лучше адаптироваться к окружающей среде, беречь свое здоровье и усваивать учебный материал.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Список литературы

1. Глушкова Е.К. Береги зрение / Е.К. Глушкова. – М.: Медицина, 2013.

2. Терновская С.А. Создание здоровьесберегающей образовательной среды в школьном образовательном учреждении / С.А. Терновская, Л.А. Теплякова // Методист. – 2015. – №4. – С. 61–65.

3. Здоровьесберегающие технологии в коррекционной работе с детьми с нарушением зрения [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://educontest.net/ru/3854341/здоровесберегающие-технологии-в-ко-3/ (дата обращения: 7.12.2017).

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)