(cc) BY


***Сахнова Татьяна Анатольевна***
воспитатель
***Земскова Елена Михайловна***
педагог-психолог
ГБОУ «СОШ» – СП Д/С «Забава»
с. Пестравка, Самарская область

# ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ РЕБЁНКА – ВАЖНАЯ ЗАДАЧА ПЕДАГОГОВ

***Аннотация****: в статье описана наиболее актуальная тема воспитания детей, имеющих отклонения в развитии в современной образовательной системе. И одним из важнейших компонентов укрепления и оздоровления детского организма считаем использование в работе психолого-педагогических, здоровьесберегающих технологий. Авторами предложены формы работы с детьми ОВЗ в качестве распространения педагогического опыта воспитателей*.

***Ключевые слова****: дети с ОВЗ, интеграция, метод коррекции, здоровьесберегающие технологии.*

*Забота о человеческом здоровье, тем более*
*о здоровье ребёнка – это не просто*
*комплекс санитарно-гигиенических норм и*
*правил, не свод требований к режиму,*
*питанию и отдыху. Это прежде всего*
*забота о гармонической полноте всех его*
*физических и духовных сил, и венцом этой*
*гармонии является радость творчества*
В.А. Сухомлинкий

Жизнь в 21 веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения.


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

В последние годы наметился рост числа детей, имеющих отклонения в развитии. Поиск наиболее эффективных методов коррекции детей с отклонениями в развитии является актуальной проблемой современной педагогики и психологи.

Ещё одним не менее актуальным спектром является теоретическая и практическая проблема интеграции детей с ОВЗ, в связи с этим, не менее важное значение, приобретает коррекционно-развивающая работа.

Одним из важнейших компонентов укрепления и оздоровления детского организма считаем использование в нашей работе психолого-педагогических здоровьесберегающих технологий.

Одним из аспектов укрепления здоровья участников педагогического процесса в ДОО выступает создание здоровьесберегающей среды.

Свою деятельность педагоги структурного подразделения детского сада «Забава» ГБОУ СОШ с. Пестравка осуществляют согласно созданному оздоровительному режиму дня, в соответствии с интересами и потребностями, учётом времени года, возраста детей, а также состояния их здоровья.

В своей работе педагоги условно разделяют здоровьесберегающие технологии по следующим направлениям:

1. *Технология сохранения и стимулирования здоровья* (гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, прогулки на свежем воздухе, физминутки).

2. *Технология обучения здоровому образу жизни* (утренняя гимнастика, физкультурный досуг, музыкальны досуг, клуб «Здоровый малыш».)

3. *Коррекционная технология* (технология музыкального воздействия, пескотерапия, сказкотерапия, су-джок терапия).

4. *Технология обучения ЗОЖ*. (Непосредственно-образовательная деятельность по физическому развитию – проводится в соответствии с программой 3 раза в неделю (2 раза в зале, 1 раз на открытом воздухе, подвижные и спортивные игры – проводим ежедневно как в группе, так и на прогулке).

*Физминутки или динамические паузы* – помогают активно отдохнуть воспитанникам после умственной нагрузки. Их мы проводим в любой отрезок


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

времени, когда это необходимо для восстановления работоспособности детей, улучшения их самочувствия, повышение внимания, предотвращения переутомления и нарушения осанки.

*Спортивные развлечения, досуги, праздники, Дни здоровья* – это наиболее приемлемый вид активного отдыха. Это мероприятия способствуют не только совершенствованию двигательных навыков дошкольников, но и обеспечивают их эмоциональный комфорт),

Эти технологии являются основообразующими в системе здоровьясбережения и здоровьяобогащения детей. Они направлены на психофизическое развитие и укрепление здоровья дошкольников и реализуются нами в условиях специально-организованных форм.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья направлены на охрану и укрепления здоровья детей, повышения иммунитета, выработку способности организма приспосабливаться к быстро меняющимся условиям среды, подготовка к адаптации в школе. Её мы также реализуем через разнообразные формы работы.

Ежедневно с детьми проводим пальчиковую гимнастику, которая направлена на развитие мелкой моторики кистей рук, подготовки руки к письму. Комплексы пальчиковой гимнастики направлены также на расслабление и растягивание, восстановление работоспособности кистей и пальцев после длительной нагрузки. Часто в них мы включаем и элементы самомассажа.

Дыхательная гимнастика, способствует повышенинию общего жизненного тонуса ребёнка, сопротивляемости, устойчивости организма к заболеваниям дыхательной системы. Развивается дыхательная мускулатура, увеличивается подвижность грудной клетки, улучшается деятельность сердечно-сосудистой системы и кровообращения.

Гимнастика для глаз дает возможность глазу справиться со значительной зрительной нагрузкой. В своей деятельности используем разные виды зрительной гимнастики, офтальмотренажёры сделанные своими руками, а также применяем электронные комплексы для тренировки глаз.



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

С целью обучения детей здоровому образу жизни в нашем детском саду создан клуб «Здоровый малыш». Родители совместно с детьми посещают занятия, в результате которых формируются знания, позволяющие воспитывать у детей сознательное отношение к здоровому образу жизни. Идёт активное взаимодействие родителя и ребёнка, в результате чего улучшается внутрисемейные отношения. С целью коррекции психоэмоциональных нарушений, и укрепления психологического здоровья, педагогом-психологом разработана авторская программа «Я расту, я развиваюсь». Данная программа получила рецензию и рекомендована к использованию в работе с детьми ОВЗ в дошкольной образовательной организации.

В программе широко используются здоровьесберегающие технологии:

– сказкотерапия, способствует развитию и коррекции эмоционального фона дошкольника, снижению агрессии, повышению самооценки и уверенности в себе;

– серия занятий, направленных на обучение здоровому образу жизни: как распланировать режим дня с использованием психогимнастики, дыхательных техник, пальчиковой гимнастики. Этот раздел предназначен для родителей. Часть обучающих и тренинговых занятий показывает, в каких ситуациях используется каждая техника»;

– пескотерапия, направлена на снижение тревожности, релаксацию, отработку негативных эмоций.

Таким образом, все вышеперечисленные технологии, способствуют приобщению дошкольников к здоровому образу жизни и развитию гармоничной личности.

***Список литературы***

1. Алябьева Е.А. Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста. Методическое пособие в помощь воспитателям и психологам дошкольных учреждений / Е.А. Алябьева. – М.: ТЦ Сфера, 2002.

2. Алябьева Е.А. Эмоциональные сказки / Е.А. Алябьева. – М.: ТЦ Сфера, 2015.

3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб.: Речь, 2006.


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

4. Зиновьева М.В. Специфика деятельности педагога-психолога в условиях введения ФГОС / М.В. Зиновьева, Г.В. Никифорова // Справочник педагога-психолога. – 2012. – №4.

5. Чистякова М.И. Психогимнастика / М.И. Чистякова. – М, 1995.

6. Шмонина Л.В. Инновационные технологии в методической работе ДОУ / Шмонина Л.В. [и др.]. – Волгоград: Учитель, 2014.

7. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» / под ред. Н.Е Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой.

8. Кудрявцев В.Т. Программа развития двигательной активности и оздоровительной работы с детьми 4–7 лет «Развивающая педагогика оздоровления» / В.Т. Кудрявцев.

9. Маханева М.Д. Программа «Воспитание здорового ребёнка» / М.Д. Маханёва.

10. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для занятий с детьми 3–7 лет / М.М. Борисова.

11. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика: комплексы упражнений для детей 3–7 лет / Л.И. Пензулаева.

12. Степанкова Э.Я. Сборник подвижных игр / Э.Я. Степанкова.



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