

Волкова Алевтина Евгеньевна, учитель-дефектолог, Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 10 «Белочка» г.о.г. Кулебаки, Нижегородская область

Здоровьесберегающие технологии в коррекционно-развивающей работе тифлопедагога ДОУ.

Народная мудрость гласит: «Здоровье – бесценный дар, потеряв его в молодости, не найдешь до самой старости».

К сожалению, в наш стремительный век новейших технологий, исследований и разработок, проблема сохранения здоровья стоит очень остро.

Только физически развитые и практически здоровые дети достигают успехов и вершин познания мира. Здоровье – это не только отсутствие болезней, это состояние оптимальной работоспособности, творческой отдачи, эмоционального тонуса, того, что создает фундамент будущего благополучия личности.

Ребенок с нарушением зрения – это ребенок с множественными проблемами в развитии. Как правило, у таких деток встречаются сочетанные нарушения: речи, координации движений, родовые травмы и как следствие заболевания нервной системы, как говорил Л.С.Выготский «Дефект какого-нибудь анализатора или интеллектуальный дефект не вызывает изолированного выпадения одной функции, а приводит к целому ряду отклонений». В работах многих тифлопедагогов представлена общая картина психолого-педагогического развития детей со зрительной патологией.

Л.И.Плаксина отмечает общую обедненность предметных представлений и снижение уровня чувственного опыта за счет неточности, фрагментарности, замедленности зрительно-пространственной ориентировки.

Е.Н. Подколзина отмечает, что у детей с нарушением зрения из-за ограничения чувственного опыта возникают значительные затруднения предметно-практической и словесной ориентировки.

Исследования И.В. Новичковой связаны с особенностями развития речи у детей со зрительной патологией.

В результате исследований Е.В. Селезневой установлено, что у таких детей существуют трудности ориентации в признаках и свойствах предметов окружающего мира, при этом собственные сенсорные возможности детьми не осознаются.

Л.С. Сековец, М.А. Мишин показали наличие отклонений в развитии двигательной сферы детей, их мобильности.

Ведущие тифлопедагоги отметили, что спонтанное развитие выявленных отклонений будет протекать медленно или совсем не произойдет, необходима организация психолого-педагогической коррекционной помощи детям. Использование здоровьесберегающих технологий становится перспективным средством в этой коррекционно-развивающей работе.

Здоровьесберегающие технологии - это система мер, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. Используя здоровьесберегающие технологии, мы работаем не только над сохранением здоровья детей, но и преследуем решение следующих задач:

- развитие зрительного восприятия и активизация зрительных функций,
- развитие психических процессов (внимание, память, мышление),
- речевое развитие,
- развитие зрительно-моторной координации.

Чтобы получить положительную динамику развития детей с нарушением зрения, а также обеспечить стабилизацию и повышение зрительных функций целесообразно использовать в работе тифлопедагога следующие наиболее оптимальные технологии.

Зрительная гимнастика – одна из значимых частей коррекционно-воспитательной работы, ее эффективность зависит от регулярности проведения, учета нарушенных зрительных функций. В комплекс зрительной гимнастики включаются упражнения для мышечного расслабления, а также упражнения для глаз в зависимости от зрительного диагноза. ***Цель зрительной гимнастики*** – включить в динамическую работу глазные мышцы, бездеятельные при выполнении заданий, и наоборот – расслабить те глазные мышцы, на которые падает основная нагрузка.

Правила проведения зрительной гимнастики:

- всегда снимать очки
- сидеть (стоять) прямо, не напрягаться расслабить плечи и опустить их
- следить за дыханием оно должно быть глубоким и равномерным
- сосредоточить все внимание на глазах
- после выполнения упражнения хорошо потянуться, от души зевнуть и часто поморгать.

Варианты зрительной гимнастики:

- со стихами,
- с использованием таблиц,
- с сигнальными метками,
- с индивидуальными офтальмотренажерами,
- настенные и потолочные офтальмотренажеры,

- электронные зрительные гимнастики,
- пальминг

Таким образом, зрительная гимнастика является обязательным компонентом коррекционной работы с детьми, имеющими нарушения зрения, которая:

- обеспечивает улучшение кровоснабжения тканей глаза;
- повышает силу, эластичность и тонус глазных мышц и глазодвигательных нервов;
- укрепляет мышцы век;
- снимает переутомление зрительного аппарата;
- развивает способность к концентрации взгляда на ближних объектах, совершенствуя координацию движений глаз при периферийном обзоре;
- корректирует функциональные дефекты зрения.

Пальчиковая гимнастика.

У детей с нарушением зрения снижена познавательная и двигательная активность и это сдерживает развитие чувствительности моторики рук, отрицательно сказывается на формировании предметно-практической деятельности, моторной готовности руки к письму, поэтому развитие мелкой моторики и осязания имеет большое значение для детей с нарушением зрения.

При регулярном использовании пальчиковой гимнастики происходит:

- ✓ постоянное стимулирование действий речевых зон коры головного мозга положительно сказывается на исправлении речи детей,
- ✓ Развивает осязательные способности,
- ✓ Совершенствует внимание и память,
- ✓ Облегчает будущим школьникам усвоение навыков письма.

Варианты пальчиковой гимнастики:

- Разные комплексы пальчиковых игр,
- Комплексы массажа, самомассажа, су-джок терапия,
- Упражнения на оперирование мелкими предметами,
- Развитие тактильной чувствительности и осязания,
- Развитие графомоторных навыков.

Подвижная деятельность детей с нарушением зрения.

Потеря зрения на основе органических нарушений замедляет физическое формирование ребёнка, затрудняет подражание и овладение пространственными представлениями. У ребёнка со зрительной патологией из-за страха пространства ограничена двигательная и познавательная деятельность, нарушена координация движений. Развивать двигательную сферу

нужно через активные игры, гимнастику, упражнения, прогулки, соблюдая при этом условия:

- ✓ *учитывать зрительный диагноз, состояние остроты зрения,*
- ✓ *особенности зрительного, слухового, осязательного восприятия,*
- ✓ *учитывать возрастные и индивидуальные особенности,*
- ✓ *соблюдение требований к окружающему пространству и дидактическому инструментарию.*

Значение подвижной деятельности:

- Совершенствование физических способностей ребенка;
- Укрепление здоровья и повышение защитных сил организма;
- Укрепление нервной системы;
- Создание условий для положительного психо-эмоционального состояния детей;
- Развитие психических качеств: внимание, память, воображение, самостоятельность и инициатива;
- Воспитание и формирование личностных качеств.

Варианты подвижной деятельности:

- утренняя гимнастика,
- физминутки, динамические паузы,
- гимнастика пробуждения,
- подвижные игры,
- физкультурные занятия,
- музыкальные занятия, ритмопластика, логоритмика
- двигательная активность на прогулке.

Играя и реализуя различные формы активности, дети познают окружающий мир, себя, свое тело, свои возможности, изобретают, творят, при этом развиваясь гармонично и целостно.

Также с целью укрепления и оздоровления здоровья детей, как физического так и психологического, используются следующие технологии: массаж и самомассаж частей тела, психогимнастика, релаксация, дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика. Систематическое и регулярное использование здоровьесберегающих технологий в коррекционно-воспитательной работе (все здоровьесберегающие технологии подбираются, систематизируются по лексическим темам) позволяет расширить познавательные возможности детей, способствует развитию мыслительной деятельности, коммуникативных навыков, речи, обогащает их представления об окружающем мире, позволяет лучше ориентироваться в нём, а также является одним из методов формирования компенсаторных навыков.

Литература:

- Дружинина Л.А. Коррекционная работа в детском саду для детей с нарушением зрения. Методическое пособие / Л.А. Дружинина – М: Издательство «Экзамен», 2006 г – 159с.
- Осипова Л.Б. Развитие осязания и мелкой моторики: Коррекционно-развивающая программа для детей младшего дошкольного возраста с нарушением зрения (косоглазие и амблиопия) / Л.Б. Осипова – Челябинск: Цицеро, 2011 -60с
- Сековец Л.С. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с нарушением зрения. – Н.Новгород, Издательство Ю.А. Николаев, 168 с.
- Чевычелова Е.А. Зрительная гимнастика для детей 2-7 лет / авт.сост. Е.А. Чевычелова. – Волгоград: Учитель, 2013. – 123с.

alev.volkova2014@yandex.ru

89697607489