

УДК: 37:013

Чупина Елена Александровна, магистрант

Серова Нина Борисовна, доцент, кандидат педагогических наук

Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н.Ельцина, г. Екатеринбург

ФОРМИРОВАНИЯ УСТОЙЧИВЫХ СТЕРЕОТИПОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ.

Аннотация: в статье рассмотрен опыт использования методов, приёмов и технологий оздоровительной направленности, способствующих формированию у детей дошкольного возраста с ОВЗ мотивации на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие их физического и психического здоровья с привлечением родителей и социальных партнёров.

Ключевые слова: Здоровьеформирующие технологии, информационно-коммуникационные технологии, дети с ограниченными возможностями здоровья, социальное партнёрство.

Annotation: the article discusses the experience of using health-related methods, techniques and technologies that contribute to forming of motivation in preschool children with disabilities for a healthy lifestyle, full and uncomplicated development of their physical and mental health with the involvement of parents and social partners.

Keywords: health-forming technologies, ICT, children with disabilities, social partnership.

В России отмечается снижения показателей уровня здоровья. Основными причинами являются утрата культурных традиций здоровьесбережения и недостаточной мотивационной потребности в сохранении и укреплении здоровья. Год за годом количество детей с ОВЗ постоянно увеличивается. Именно поэтому ведется активная работа в вопросах формирования основ ведения здорового образа жизни среди всех слоев населения, начиная с самого раннего возраста. Особенно остро стоит проблема сохранения здоровья и развития резервных возможностей детей, имеющих ограниченные возможности здоровья.

Наш детский сад посещают дети, имеющие физические, психологические и речевые нарушения в развитии. Воспитание и обучение таких детей требует деликатного и тактичного отношения педагогов. Важно зародить мотивационные потребности в сохранении и укреплении здоровья, а также оптимизм и уверенность не только у ребенка, но и у его родителей.

В рамках сотрудничества с фондом развития и поддержки социально-экономических проектов «Другой мир» наш детский сад реализует проект «Здоровый ребенок», который

направлен на формирование сознательного отношения к собственному здоровью у детей с ОВЗ. Данный проект оздоровительной направленности основан на авторской программе Устюжаниной Людмилы Васильевны и ведётся при поддержке Министерства образования и молодёжной политики Свердловской области.

На базе нашего детского сада в рамках проекта были проведены обучающие семинары для педагогов и родителей. Проводятся систематические уроки здоровья в специально оборудованном кабинете здоровья.

Работая с разными нозологическими группами детей с ОВЗ, мы пришли к выводу, что положительно на здоровье детей влияют следующие факторы: режим, двигательная активность, психологическое здоровье, рациональная организация воспитательно-образовательного процесса.

Дифференцированный организованный процесс обучения позволяет сохранить и укрепить здоровье детей с ОВЗ, а также повысить эффективность коррекционно-образовательного процесса.

Задача педагога - поддерживать ощущение такой организационной среды, при которой ребенок будет активно проявлять познавательную и физическую активность, самостоятельность инициативность, ответственность. Была создана развивающая предметно-пространственная среда: островок здоровья, который наполнен оригинальными видами нестандартного оборудования, дорожки из природного материала, резиновые экспандеры, жгуты, текстильные куклы-неваляшки с ароматом трав [1, 5, 6].

В работе с детьми используем здоровьеформирующие образовательные технологии, направленные на воспитание у ребенка культуры здоровья, личностных качеств, педагогические технологии, содействующие здоровью, технологии комплексной профилактики заболеваний по коррекции и реабилитации здоровья: физкультурно-оздоровительные и валеологические.

Ребенка нового поколения практически невозможно заставить что-то сделать, если с ним не договоришься или не заинтересуешь его. Для работы по повышению мотивации к здоровому образу жизни была разработана программа и выбраны такие технологии, которые дали возможность осознанного отношения детей к выполнению определенных заданий.

Для детей были подобраны игры и упражнения на формирование познавательной активности, которые были включены как часть дефектологического занятия. Они, в свою очередь в большей части, проводились в песочнице, с игрушками, камушками, ракушками, бусинами. Также использовала дидактический материал «Фиолетовый лес» Воскобовича для развития мелкой моторики рук, воображения, координации движений.

Коррекционные занятия чередуем с активно-двигательными видами деятельности: зарядка с применением средств адаптивной физической культуры, подвижные игры, на развитие пространственного ориентирования, упражнения на развитие координации движений, динамические паузы, физкультминутки, пальчиковая гимнастика, ритмопластика, ритмика, мимическая гимнастика, упражнения для глаз, дыхательная гимнастика, Су-Джок терапия, сухой бассейн и другие методы.

В педагогические здоровьесберегающие технологии с детьми были включены приемы сенсорной стимуляции, что способствует усилению активности мозга [2, 3, 4, 5].

На занятиях используются элементы песочной терапии, арт-терапии, сказкотерапии. Ребенок играет, лепит, рисует, выкладывает узоры на песке, создает на нем отпечатки, фантазирует, воображает, придумывает, что очень важно – для развития восприятия, памяти, мышления, речи.

Сказкотерапия: занятия сопровождаются сказками, которые придумываем мы с детьми, у которых различный уровень развития речи и интеллектуальных способностей. Погружение в сказку снижает уровень тревоги, агрессивности, помогают отдохнуть от стресса, восстановить силы, сказки наполняют ребенка жизнеутверждающей силой. Во время прослушивания сказок нервная система находится в особом состоянии, во время которого происходит бессознательная переработка собственных проблем ребенка. «Сказкотерапия» является наиболее продуктивной в развитии адаптивных механизмов в окружающем мире. Это способствует освоению навыков общения, развитию адаптивных механизмов в окружающем мире, целенаправленного слухового восприятия, развитию мышления, воображения, речи, памяти.

Метод песочной терапии. В его основу положены представления о тесной взаимосвязи между мелкой моторикой и развитием полушарий головного мозга у детей. Песочная терапия представляет собой невербальную форму психологической коррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении. В песочнице создается дополнительный акцент на тактильную чувствительность, развивается «мануальный интеллект» ребенка. Поэтому перенос традиционных обучающих и развивающих заданий в песочницу дает дополнительный эффект.

Мандалотерапия - одно из направлений арт-терапии (исцеление искусством). Это естественный и радостный способ улучшения эмоционального состояния, снятия напряжения, выражения чувств, который способствует развитию творчества, художественному и духовному самовыражению, а также позволяет развивать саморегуляцию детей.

Информационно коммуникационные технологии с возможностью биологически-обратной связи используются в образовательном процессе через интерактивную панель «Колибри»,

которая включает в себя комплекс интерактивных развивающих игр. Игровые занятия с использованием «Колибри» позволили повысить эффективность и качество процесса обучения, развить процессы: восприятия, внимания, мышления у детей.

Диагностическое изучение детей проводилось по методике А.Е. Стребелевой.

Результаты показали положительную динамику познавательного, речевого развития детей с ОВЗ: уровень развития аналитико-синтетической функции мышления составил в 2019 году - 56%, в 2020 году - 63% (динамика 7%); уровень развития внимания составил в 2019 году - 49%, в 2020 году - 57% (динамика 8%); уровень развития восприятия составил в 2019 году - 45%, в 2020 году - 54% (динамика 9%).

В заключение наших занятий мы используем метод релаксации, который направлен на снятие мышечного и нервного напряжения с помощью специально подобранных техник: музыкотерапию и ароматерапию.

В педагогическом процессе крайне важно сотрудничество с родителями и социальными партнерами, что также было направлено на формирование валеологической компетентности всех участников образовательных отношений. Используемые технологии валеологического просвещения родителей, через включения их в проектную деятельность, обеспечили валеологическую образованность родителей.

При взаимодействии с семьей мы исходили из следующих требований: первоначально информировали родителей о здоровье и здоровом образе жизни, о методах и приемах формирования здорового образа жизни у детей в семье. Затем обращали внимание на условия формирования здорового образа жизни в семье и на основании этого построили содержание последующих форм работы. Главной задачей было - вызвать у родителей личную заинтересованность в решении этой проблемы, что возможно путем применения разнообразных форм работы. Например, таких как - творческие мастерские, дискуссии, «круглые столы», открытые занятия, консультации (разработка рекомендаций в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей), индивидуальные беседы, тренинги, мастер-классы, родительские конференции, информация на сайте детского сада.

Таким образом, рассмотренные технологии оздоровительной направленности, применяемые в комплексе, позволяют построить дифференцированный процесс здоровьесберегающей деятельности, способствующей формированию у детей с ОВЗ мотивации на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие физического и психического здоровья.

Даже маленькое достижение ребенка – это большая победа и для него, и для педагогов, и для родителей.

Литература

1. Веракса Н. Е. Организация проектной деятельности в детском саду // Современное дошкольное образование: теория и практика. - 2008 - № 3
2. Диагностика в арт-терапии. Метод «Мандала». Под редакцией А.И. Копытина СПб.: Речь, 2005.
3. Епанчинцева О. Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста. - СПб.: ООО «Издательство «Детство - пресс», 2010. - 80 с.
4. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Путь к волшебству Теория и практика сказкотерапии / Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева. – Санкт – Петербург: «Златоуст», 1998. – 352 с.
5. Настольная книга педагога–дефектолога/ Т.Б. Епифанцева, - Изд. 2-е - Ростов н/Д.: Феникс, 2006. 576 с. (Сердце отдаю детям)
6. Устюжанина Л.В. Организация деятельности педагога по формированию здорового образа жизни у детей дошкольного и младшего школьного возраста Методические материалы / Екатеринбург,: 2019. – 68 с.