Государственное учреждение здравоохранения
«Тульский областной специализированный дом ребенка для
детей с органическим поражением центральной нервной системы
с нарушением психики №1»
300028, Г. Тула, ул. Ф. Энгельса, д.97
т/ф:31-80-16, 31-80-12
электронная почта: Dombebi@mail.ru

Доклад на тему:

«Здоровьесберегающие технологии в коррекционной работе учителя-дефектолога в специализированном доме ребёнка»

Составитель:

учитель-дефектолог

Бараниченко Наталья Владимировна

Тула

Единственная красота, которую я знаю – это здоровье

(Генрих Гейне).

Воспитанники Дома ребёнка – это дети с органическим поражением ЦНС, недоношенные, имеющие в анамнезе неблагополучное течение внутриутробного развития и родов, заболевания периода новорожденности, неблагоприятную наследственность и т.д.

Каждый ребёнок имеет несколько сопутствующих соматических заболеваний (острых или хронических). Отягощённость биологического анамнеза в сочетании с особыми условиями воспитания (в том числе отсутствие материнского типа стимуляции развития ребёнка) приводит к задержке темпов нервно-психического и речевого развития детей.

В связи с этим возникает необходимость поиска наиболее эффективных путей обучения данной категории детей, т.е. такой организации образовательного процесса на всех уровнях, при котором качественное обучение, развитие и воспитание детей способствуют укреплению здоровья детей. С целью повышения эффективности коррекционного воздействия в своей работе использую различные современные технологии. Среди них важная роль отводится внедрению в практику здоровьесберегающих технологий, которые направлены на сбережение и укрепление здоровья детей.

Очень эффективными в деятельности учителя – дефектолога является использование следующих здоровьесберегающих технологий:

1. Дыхательная гимнастика – система упражнений на развитие речевого дыхания.

Цель: формирование правильного речевого дыхания (короткий вдох и длительный выдох). Дыхательные упражнения позволяют очистить слизистую оболочку дыхательных путей и улучшают дренажную функцию бронхов, укрепляют дыхательную мускулатуру, самочувствие ребёнка становится лучше. Каждое занятие начинается с упражнений на активизацию дыхания, на формирование стереотипа правильного физиологического и речевого дыхания. Детям предлагаются следующие задания: сдуть ватку с ладошки, выдувать мыльные пузыри, подуть в трубочку, находящуюся в воде, подуть на вертушку и т.д.

2. Артикуляционная гимнастика. Даже самые простые движения всех органов артикуляции оказывает благотворное влияние на чёткость произношения звуков, координацию движений. Упражнения преподносятся детям в игровой форме, не утомляют детей, не вызывают негативных реакций и отказа от выполнения в случае неудачи. Например, для некоторых

детей широко открыть рот и удержать данную позу – трудная задача. Это упражнение нужно связывать с определённым образом, вызывая у детей интерес, устойчивость внимания: «рыбка открывает рот и ловит корм», движения языка влево-вправо дети с удовольствием выполняют, когда даются такие задания: «собака виляет хвостиком», «лиса заметает следы» и т.п.

3. Фонетическая ритмика – это система упражнений, в которой различные движения (корпуса, головы, рук, ног) сочетаются с произнесением определённого речевого материала (звуков, слогов, слов или фраз). Цель: соединить работу речедвигательного и слухового анализаторов с развитием общей моторики; развивать фонематический слух и использовать его в ходе формирования и коррекции произносительных навыков.

4. Пальчиковая гимнастика. Кончики пальцев рук – это «второй мозг». Великий немецкий философ И. Кант писал, что рука является вышедшим наружу головным мозгом. Многочисленные исследования подтвердили, что уровень развития речи зависит от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Развитие мелкой моторики является мощным тонизирующим фактором. Тренировать пальцы рук можно с использованием различных предметов: прищепок, пуговиц, пробок и т.д. Пальчиковые игры очень важны, так как требуют участия обеих рук, их согласованных действий, что способствует синхронной работе обоих полушарий, а значит развитию мышления.

5. Точечный массаж – это воздействие на биологически активные точки (БАТ). БАТ – это небольшой участок кожи и подкожной основы, в которых имеется комплекс взаимосвязанных микроструктур (сосуды, нервы, клетки соединительной ткани), благодаря чему здесь создаётся биологически активная зона. Она оказывает влияние на образование связей между данным участком кожи и определённым внутренним органом. Точечный массаж – это воздействие на БАТ пальцами. Детям в возрасте до 3-х лет за сеанс используют 4-6 БАТ, воздействие на точку -30 секунд, детям от 3 до 5 лет используют 6-8 БАТ, время воздействия на точку-1 минута. Принцип, по которому выбирается приём воздействий, прост: он определяется состоянием мускулатуры (гипо- или гипертонус). В работе используются 2 приёма: расслабляющий и возбуждающий.

6. Аурикулярный массаж – это воздействие на точки ушной раковины. Большинство учёных представляют аурикулу как эмбрион человека в перевернутом виде (мочка уха соответствует голове, по мере продвижения к верхушке уха расположены зоны, представляющие туловище, его органы и конечности). Воздействуя на точки ушной раковины, можно активизировать работу всех без исключения органов и систем тела. Данный массаж рекомендуется детям практически от рождения, так как помогает лучше

работать и развиваться всем системам организма, усиливает концентрацию внимания, улучшает память. Такой массаж можно применять ежедневно, его можно делать в течение дня несколько раз. Обе ушные раковины массируют одновременно указательными и большими пальцами, воздействовать следует мягко, но чувствительно, без остановок, желательно придерживаться одного ритма движений. Массаж делают до покраснения ушной раковины и появления в ней ощущения тепла.

7. Элементы здоровьесберегающей технологии академика В.Ф. Базарного

Занятия проводятся в режиме смены динамических поз. Часть занятия дети проводят стоя: они могут слушать, рассматривать удалённые предметы (2-3 минуты). Часть занятия дети проводят сидя. Тем самым сохраняется и укрепляется позвоночник, формируется осанка.

8. Гимнастика для глаз. У многих воспитанников дома ребёнка есть проблемы со зрением: косоглазие, астигматизм, частичная атрофия зрительного нерва и др. Поэтому детям необходима тренировка глаз для сохранения и улучшения зрения, профилактики глазных заболеваний. Пальминг (автор - У.Бейтс) является разновидностью гимнастики для глаз, помогает им отдохнуть. Используется после зрительных нагрузок. Дети самостоятельно или с помощью взрослого растирают ладони до ощущения тепла. После этого ладони кладут на закрытые глаза так, чтобы центр ладони пришелся как раз на глаз. Держать ладони на глазах необходимо 2-3 минуты. В это время педагог может включить спокойную и приятную музыку или прочитать потешку или стихи. Гимнастика для глаз расширяет поле зрения, улучшает восприятие и остроту зрения.

9. Развитие общей моторики.

Разработаны специальные комплексы физминуток (с 2-х лет согласно лексической теме).

10. Су Джок терапия.

Стимуляция БАТ, расположенных на кистях рук и стопах. Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения детьми по ребристым дорожкам, по дорожкам с разными наполнителями и т.д. На коррекционных занятиях происходит стимуляция БАТ, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (массажные мячики, грецкие орехи, шарики, сосновые шишки).

11. Релаксация. Релаксационные упражнения обеспечивают эмоциональное благополучие детей, снимают напряжение. Для формирования эмоциональной стабильности ребёнка важно научить управлять своим телом.

С этой целью в работе используются специально подобранные упражнения на расслабление отдельных частей тела и всего организма. Например, «Представьте себе, что сейчас лето. На улице светит яркое солнышко. Поднимите руки к нему, вам тепло, приятно (расслабились). Спряталось солнышко, подул ветерок. Сожмитесь в комочек, покажите, как вам холодно (напряжение). Опять светит солнышко (расслабились). Расслабляясь, возбуждённые, беспокойные дети постепенно становятся более уравновешенными, внимательными и терпеливыми. Дети заторможенные, скованные, вялые и робкие приобретают уверенность, бодрость, свободу в выражении своих чувств и мыслей. Такая система работы позволяет ребёнку сбрасывать излишки напряжения и восстанавливать равновесие, тем самым сохраняя психическое здоровье.

Таким образом, в результате проводимой работы у детей повышается двигательная и речевая активность, развиваются двигательные функции глаз, нормализуется речевое дыхание, повышается познавательная активность, улучшается психоэмоциональное состояние и здоровье детей.