

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 72 «Берегиня» города Ставрополя

**Мастер-класс для педагогов по теме:
«Использование здоровьесберегающих технологий
в работе с детьми с ОВЗ»**

**Подготовила:
Савкина Алла Николаевна**

г. Ставрополь.

Цель: Распространение педагогического опыта по применению здоровьесберегающих технологий в работе с ОВЗ.

Задачи:

- раскрыть значение здоровьесберегающих технологий;
- познакомить с методикой их проведения;
- поделиться личным опытом работы по сохранению здоровья дошкольников;
- распространить педагогический опыт по применению здоровьесберегающих технологий;
- познакомить педагогов с элементами здоровьесберегающих технологий с целью повышения их профессиональной компетентности.

Ход мастер – класса:

Актуальность.

На доске находится плакат с изображением нашей планеты.

Ведущий:

Детский сад - это одна большая семья. И в нашей многодетной семье много разных детей, в том числе и детей с особой заботой. Поэтому нам, людям, в чьих руках находится детство, очень важно научить детей уважению, взаимопониманию, добру, любви ко всем без исключения, чтобы сделать нашу большую семью счастливой. Что бы мы всегда могли сказать **«Мы вместе! Мы счастливы!»**

Ведущий: Давайте сделаем первый шаг навстречу взаимопониманию – выберем добровольцев, которым предстоит помочь мне в дальнейшем развитии мероприятия.

(Из числа присутствующих приглашаются 5-6 человек)

Присаживайтесь за столы. Перед собой вы видите нитки мулине и ножницы, из них мы будем изготавливать куколок. С давних времен куклы использовались для игры, в качестве оберегов, но мы найдем им иное применение.

Ведущий садится за центральный стол, объясняет принцип изготовления куклы, вместе с участниками делает свою куклу. Во время изготовления кукол ведущий читает стихотворение В. Беляевой «Я свяжу тебе жизнь...»

Ведущий:

Я свяжу тебе жизнь
Из пушистых мохеровых ниток.
Я свяжу тебе жизнь,
Не солгу ни единой петли.
Я свяжу тебе жизнь,
Где узором по полю молитвы —
Пожелания счастья
В лучах настоящей любви.

Я свяжу тебе жизнь
Из веселой меланжевой пряжи.
Я свяжу тебе жизнь
И потом от души подарю.
Где я нитки беру?
Никому никогда не признаюсь:
Чтоб связать тебе жизнь
Я тайком распускаю свою.

Вот так и мы, ради жизни близких людей готовы на любые жертвы, ради детей, какими бы они не были, но это наши дети и они заслуживают счастья.

Ведущий: На доске находится плакат с изображением нашей планеты, все мы, ее жители, должны уважительно относиться друг другу, соблюдать права и свободы каждого гражданина, уметь сострадать, помогать и прощать, принимать человека таким, какой он есть. Пожалуйста, возьмите своих человечков и прикрепите их к плакату, так, чтобы они крепко держали друг друга за руки, тем самым оберегая наш большой дом, символизировали согласие и единение (участники мастер класса приклеивают своих человечков к плакату).

Ведущий: Когда впервые детям задаешь вопрос, “что же самое дорогое и ценное, в жизни человека”, то чаще всего слышишь в ответ: “деньги”, “машина”, “золото” и т.д. Иногда после наводящих вопросов называют “здоровье”, “жизнь”, а бывает, и не упоминают их в числе основных ценностей. Спрашиваешь: “Вы болеете дети?” Все дружно говорят: “Да” - “А чем вас лечат?” - “Таблетками. А можно быть здоровым без таблеток?” - “Нет!” Такие ответы говорят о том, что детей нужно учить быть здоровыми. Из детства “ребенок выносит то, что сохраняется потом на всю жизнь”.

Слайд 1: Януш Корчак писал: “Детям совершенно так же, как и взрослым, хочется быть здоровыми и сильными, только дети не знают, что для этого надо делать. Объясним им, и они будут беречься”.

Слайд 2: Забота о здоровье - это важный труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. (В.А. Сухомлинский)

Ведущий: Пришло время новых технологий, назначение которых - объединить педагогов, психологов, медиков, родителей и самое главное – самих детей на сохранение, укрепление здоровья. Эти технологии получили название «здоровьесберегающие». Что же такое «здоровьесберегающие технологии»?

Слайд 3.

Здоровьесберегающая технология – это целостная система воспитательно-образовательных, коррекционных и профилактических мероприятий

которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и медицинского работника.

Основные составляющие этой системы:

Организация рационального двигательного режима воспитанников.

Непрерывный мониторинг состояния здоровья детей и своевременная помощь в коррекции возникающих отклонений.

Организация рационального учебно-воспитательного процесса с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей с ОВЗ, а также в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями.

Создание благоприятного психо-эмоционального климата в образовательном учреждении для комфортного пребывания детей с ОВЗ.

При использовании здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе необходимо соблюдать следующие принципы:

- не навреди!
- принцип непрерывности, т. е. систематически, постоянно;
- соответствие содержания и организации образовательной деятельности возрастным и индивидуальным особенностям ребенка с учетом сопутствующих заболеваний.

Слайд 4:

Здоровьесберегающие педагогические технологии применяются в различных видах деятельности дошкольников и подразделяются на:

1. технологии сохранения и стимулирования здоровья;
2. технологии обучения ЗОЖ;
3. коррекционные технологии.

Виды здоровьесберегающих технологий используемые в работе с детьми с ОВЗ в нашей группе.

1. Пальчиковая гимнастика - это тренировка тонких движений пальцев и кисти рук. Это, как правило, инсценировка детских стихов. Однако пальчиковые игры - это, прежде всего весёлые занятия, а уж потом развитие и обучение. Проводится в любой удобный отрезок времени.

2. Важную роль в оздоровлении играет развитие дыхательного аппарата. Чем раньше дыхательные упражнения включаются в методику занятий, тем больше их эффект. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

Где же мы можем использовать дыхательную гимнастику? Да, в различных режимных моментах: как часть физкультурного занятия, в музыкальной образовательной деятельности, в утренней гимнастике, после дневного сна, на прогулке, в игровой деятельности и т. д.

Дыхательную гимнастику не рекомендуется делать детям, имеющим травмы головного мозга, травмы позвоночника, при кровотечениях, при высоком артериальном и внутричерепном давлении, пороках сердца

3. Массаж массажными мячиками по методу Су – Джок терапии.

Цель массажа: воздействовать на биологически активные точки

стимулируя речевые зоны коры головного мозга с целью профилактики речевых нарушений.

4. Массаж и самомассаж.

Основная цель массажа – снятие нервного напряжения, общее расслабление, улучшение работы внутренних органов и систем жизнедеятельности. Это такие упражнения, как:

- катание одного грецкого ореха, шарика или шишки между ладонями,
- катание ребристого карандаша,
- имитация скатывания колобка, палочек, как в лепке,
- сжимание резиновых игрушек разной плотности

«Путешествие по телу». А теперь я вам буду рассказывать стихотворение, а вы на себе покажите всё, что названо. К чему можно прикоснуться - погладьте и помассируйте!

Есть на пальцах наших ногти,
на руках – запястья, локти,
Темя, шея, плечи, грудь
И животик не забудь

5. Гимнастика для глаз - это упражнения для снятия глазного напряжения.

Гимнастика для глаз проводится в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога.

Если мы хотим, чтобы у наших детей было хорошее зрение, мы должны на своих занятиях уделять достаточно много времени гимнастике для глаз.

6. Релаксация. Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Наша задача состоит не в том, чтобы подавлять или искоренять эмоции, а в том, чтобы научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать своё тело.

7. Бодрящая гимнастика - это переход от сна к бодрствованию через движения. Гимнастика проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В её комплекс входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия (хождение по корригирующим дорожкам), воспитания правильной осанки, где используются естественные движения и достижение цели не требует высоких физических напряжений.

8. Серия занятий «Азбука здоровья». Как бы много воспитатели и родители ни делали для здоровья наших детей, результат будет недостаточен, если к этому процессу не подключить самого ребенка. Он может многое сделать для себя самого, нужно только научить его этому. Для этого проводятся занятия по познанию и индивидуальная работа по следующим темам: «Я и мое тело», «Мой организм», «Глаза – орган

зрения», «Мыло и вода – наши лучшие друзья», «Для чего нужен носик», «Королева зубная щётка», «Где спрятаны витамины», «Вредная еда», «Витамины для Маринки», «Зачем человеку солнце», «Мой весёлый звонкий мяч» и т.д.

9. Физкультминутки - это динамические паузы для профилактики переутомления на занятиях интеллектуального цикла. Динамические паузы проводятся во время занятий в течение 2-5 минут, по мере утомляемости детей.

10. Подвижные и спортивные игры проводятся ежедневно. Игры подбираются в соответствии с возрастом детей, местом и временем её проведения.

1. Физкультурные занятия - это организованная форма обучения. Проводятся 2 раза в неделю в группе и один раз на прогулке в соответствии программой, по которой работает ДОУ.

2. Утренняя гимнастика проводится ежедневно 6-8 мин. с музыкальным сопровождением. У детей при этом формируются умения и навыки, появляется заряд положительными эмоциями на весь предстоящий день.

Физкультурные прогулки.

Физкультурные досуги

Спортивные праздники.

Активный отдых.

11. Сказкотерапия – используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми.

12. Песок для детей остается наиболее притягательным материалом. Рисование песком и песочная терапия – простой вид изобразительной деятельности дошкольников. А для взрослого это еще один способ понять чувства ребенка

13. Арт-терапия используется в работе с детьми, по большому счету не имея противопоказаний. Это метод коррекции и развития посредством художественного творчества. Ребёнок может выражать свои негативные эмоции на продукт своей деятельности.

14. Технология музыкального воздействия. Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от умиротворенности, покоя и гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии). В связи с этим важно обратить внимание на то, какую музыку слушаем мы и наши дети.

15. Артикуляционная гимнастика – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного

рождался под их светом, они дарили смелость. Здесь были синие звезды – они дарили людям красоту. Были на поляне и желтые звезды – они одаривали людей умом. Кто рождался под светом зеленых лучей, становился очень добрым. И вот однажды на звездном небе что-то вспыхнуло! Все звезды собрались посмотреть, что же произошло. А это на небе появилась еще одна маленькая звездочка. Но была она абсолютно... белая! Огляделась звездочка вокруг и даже зажмурилась: сколько прекрасных звезд вокруг – прошептала звездочка. “А что ты даешь людям?” – спросили ее другие звезды. Я знаю, что среди всех присутствующих нет таких звезд, которые были бы бесцветными. Я желаю вам светится всегда и везде, уважаемые коллеги!

Упражнение «Дружественная ладошка».

Мне очень хочется, чтобы о нашей сегодняшней встрече осталась память. Пусть это будет дружеская ладошка. Для этого выполним упражнение, которое так и называется.

Участникам раздаются листки бумаги.

Ведущий: Обведите контур своей ладони тем цветом, на который похоже ваше настроение сейчас и напишите на ней свое имя. Затем передайте листок с контуром ладошки вашим коллегам, и пусть каждый оставит свои пожелания или комплимент на одном из пальцев ладошки.

Выполнение задания участниками.

— Пусть эти ладошки несут тепло и радость наших встреч, напоминают об этих встречах, а может быть, и помогают в какой-то сложный момент. И мне остаётся только поблагодарить Вас за внимание и за работу.