

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ СЕТЕВОЕ ИЗДАНИЕ
«ИТ-ПЕРЕМЕНА» – ITPREMEHA.RU
СВИДЕТЕЛЬСТВО СМИ ЭЛ № ФС77-83711

СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ

ВСЕРОССИЙСКАЯ ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ»

23 ЯНВАРЯ 2022 – 12 ФЕВРАЛЯ 2023

A photograph of four children sitting on large exercise balls in a room. The image is overlaid with a semi-transparent orange filter. The children are looking in various directions, some towards the camera and others away. They appear to be engaged in a physical activity or exercise routine.

КУРГАН

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ СЕТЕВОЕ ИЗДАНИЕ
«ИТ-ПЕРЕМЕНА» – ITPEREMENA.RU
СВИДЕТЕЛЬСТВО СМИ ЭЛ № ФС77-83711
от 29.07.2022 года

СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ

ВСЕРОССИЙСКОЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ
«СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ» – 2023

23 ЯНВАРЯ – 12 ФЕВРАЛЯ 2023

УЧРЕДИТЕЛЬ

ООО «Образовательный центр «ИТ-перемена»

РЕДАКЦИЯ

Главный редактор: Кисель Андрей Игоревич
Ответственный редактор: Лопалева Юлия Александровна
Технический редактор: Доденков Владимир Валерьевич

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

Кабанов Алексей Юрьевич
Скрипов Александр Викторович
Чупин Ярослав Русланович
Шкурихин Леонид Владимирович

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

Антонов Никита Евгеньевич
Бабина Ирина Валерьевна
Пудова Ольга Николаевна
Смульский Дмитрий Петрович

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЬСТВА

640002, г. Курган, ул. Володарского, д. 65, оф. 422
Телефоны: +7 (3522) 51-65-17
Сайт: itperemena.ru
E-mail: info@itperemena.ru

При перепечатке ссылка на образовательное сетевое издание itperemena.ru обязательна. Материалы публикуются в авторской редакции. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов материалов. За достоверность сведений, изложенных в статьях, ответственность несут авторы.

УДК 37

ББК 74

С56

Современные здоровьесберегающие технологии в образовательной организации: материалы Всероссийской педагогической конференции. – Курган: Образовательный центр «IT-Перемена», 2023.

В сборнике материалов Всероссийской педагогической конференции «Современные здоровьесберегающие технологии в образовательной организации», проходившей 23 января – 12 февраля 2023 года в образовательном центре «IT-Перемена» (г. Курган), представлены доклады и статьи педагогических работников, специалистов-практиков и студентов, представляющих различные регионы Российской Федерации.

В рамках конференции проходили выступления участников в следующих секциях: Дошкольное образование; Начальное общее образование; Основное общее и среднее общее образование; Дополнительное образование; Инклюзивное и коррекционное образование; Обмен методическими разработками и педагогическим опытом.

Сборник представляет интерес для педагогических работников, родителей воспитанников и обучающихся образовательных организаций, аспирантов, студентов, интересующихся современными здоровьесберегающими технологиями в образовательной организации. Статьи и доклады печатаются в алфавитном порядке (по ФИО), в авторской редакции (по представленным электронным версиям).

ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

ПРОЕКТ «СТРАНА ЗДОРОВЬЯ»

Анухина Валерия Васильевна
Артемова Татьяна Николаевна
Будукина Татьяна Анатольевна 6

ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Долгополова Надежда Евгеньевна 13

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Кузнецова Марина Николаевна
Сняtkова Ольга Васильевна 15

РИСУЕМ НА ФИЗКУЛЬТУРНОМ ЗАНЯТИИ ИЛИ ДЕЛАЕМ ГИМНАСТИКУ НА ЗАНЯТИИ ПО РИСОВАНИЮ

Лебедева Елена Николаевна 20

ПРОЕКТ ПО ЗОЖ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ГРУППЕ РАННЕГО ВОЗРАСТА «ПРАВИЛА ДОКТОРА НЕБОЛЕЙКА»

Мокрецова Алла Николаевна 23

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДЕТСКОМ САДУ

Ничкасова Татьяна Александровна 29

СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДОУ

Овечкина Алевтина Анатольевна 32

МАССАЖ - ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Спиридонова Ирина Александровна 36

ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩИЙ ПРОЕКТ «ЛАДУШКИ-ЛАДОШКИ»

Шпакова Ольга Петровна 39

НАЧАЛЬНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ

ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭКСКУРСИЙ ПО МЕСТАМ БОЕВОЙ СЛАВЫ В КОНТЕКСТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ФУНКЦИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Кудрявцева Инна Александровна 45

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

Морозова Татьяна Викторовна 48

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ СПОРТИВНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Субботина Светлана Геннадьевна 54

ИНКЛЮЗИВНОЕ И КОРРЕКЦИОННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

ПРИМЕНЕНИЕ ТЕХНИКИ «САМОМАССАЖ» В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОНР

Алексеева Татьяна Григорьевна
Степанова Ксения Юрьевна
Иванова Ольга Александровна 57

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ У ДОШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ

Ковалева Надежда Николаевна
Триголос Элина Руслановна 59

АКТУАЛЬНОСТЬ СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В УСЛОВИЯХ УЧРЕЖДЕНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ-СИРОТ И ДЕТЕЙ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ

Лохмоткина Елена Ивановна 66

**СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ
В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ**

Новикова Татьяна Александровна 73

**ОБМЕН МЕТОДИЧЕСКИМИ РАЗРАБОТКАМИ
И ПЕДАГОГИЧЕСКИМ ОПЫТОМ**

**ФОРМИРОВАНИЕ НРАВСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКИХ
ЦЕННОСТЕЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ**

Дзёх Маргарита Викторовна 82

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ
СЕТЕВОГО ВНЕУРОЧНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ**

Овчинникова Оксана Николаевна 86

ПОЛНЫЙ СПИСОК УЧАСТНИКОВ КОНФЕРЕНЦИИ 99

Дошкольное образование

ПРОЕКТ «СТРАНА ЗДОРОВЬЯ»

Анухина Валерия Васильевна

воспитатель

Артемова Татьяна Николаевна

воспитатель

Будукина Татьяна Анатольевна

инструктор по физической культуре

МБОУ СОШ № 2, дошкольное отделение "Матрешка", город Серпухов

Проблема воспитания здорового поколения приобретает в настоящее время все большее значение. Здоровье - это не только отсутствие болезней или физических дефектов. Это состояние полного душевного и социального благополучия. Уровень здоровья в значительной степени зависит от того образа жизни, который ведёт человек.

Наблюдается значительное увеличение количества случаев заболеваемости, что требует необходимости использования современных, инновационных подходов воспитательно - оздоровительной работы. Дети не знакомы с понятием «здоровый образ жизни», они не осознают значимость здоровья и как его сохранить и укрепить. На вопрос воспитателя: - Что нужно делать, чтобы не болеть? Дети отвечают: - Надо пить лекарства или таблетки.

Образовательная область здоровье требует от нас формировать у детей привычки к здоровому образу жизни, которые всегда стоят на первом месте.

В процессе повседневной работы с детьми необходимо стремиться к тому, чтобы выполнение правил личной гигиены, правильным питанием, закаливанием стало для них естественным в их жизни, а с возрастом постоянно совершенствовалось. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до семи лет идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Актуальность.

Сейчас актуально и даже модно говорить о здоровом образе жизни, но зачастую, современное поколение молодых людей не имеют такой привычки. Поэтому приводя в детский сад своих маленьких детей, мы педагоги, часто наблюдаем следующую картину: малыши плохо куша-

ют (т.к. рацион питания в детском саду сильно отличается от домашнего), не любят умываться, отказываются делать зарядку и участвовать в подвижных играх, плохо спят, много капризничают. Все это отрицательно отражается на детях.

Выдающийся польский педагог Я. Корчак (1990) размышляя о том, что порой взрослые полагают, что дети не заботятся о своем здоровье, на основе многолетнего опыта сделал вывод, что это не так. Они готовы это делать, но не знают, как. Нужно объяснить им, и они будут беречь своё здоровье.

Если учесть, что период раннего детства является основополагающим в становлении личности человека, то становится очевидной актуальность формирования у дошкольников элементарных представлений о здоровом образе жизни с первых дней пребывания в детском саду. Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально, духовно.

Предполагаемые результаты проекта:

Дети:

Укрепление здоровья; повышение двигательной активности; обогащение двигательного опыта; развитие культурно - гигиенических навыков, культуры питания; формирование элементарных основ безопасности и сохранения своего здоровья.

Осознанное отношение детей к состоянию здоровья как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.

Расширение и обогащение опыта детей в плане поддержания чистоты – личной и в окружающей среде (внешний вид, личный шкафчик, стульчик с одеждой, игрушки в группе, прогулочная территория).

Умение замечать и устранять имеющиеся недостатки.

Формирование представлений детей о полезных свойствах овощей, фруктов и молочных продуктов.

Употребление детьми в пищу фруктов, овощей, молока и кисломолочных продуктов.

Осознанное выполнение детьми правил здоровьесбережения и ответственное отношение к собственному здоровью.

Родители:

Заинтересованность родителей проблемой здоровьесбережения и здоровьесформирования.

Обогащение родительского опыта приёмами взаимодействия и сотрудничества с ребёнком в семье; повышение компетентности родителей в вопросах физического воспитания и оздоровления детей.

Педагоги:

Повышение профессионального мастерства педагогов в вопросах формирования у дошкольников начальных представлений о здоровом образе жизни.

Этапы реализации проекта

Подготовительный этап	Основной этап	Заключительный этап
Выявление проблемы	Предусматривает непосредственную реализацию проекта и проведение запланированных мероприятий.	Анализ работы над проектом
Постановка цели и задач		Диагностика ЗУН детей
Составление календарно – тематического плана		Выводы
Создание предметно – развивающей среды		Презентация проекта
Подготовка атрибутов к сюжетно – ролевым, подвижным играм		Итоговое мероприятие: «В стране Здоровья»
Разработка конспектов занятий, тематических бесед		
Подбор музыкальных произведений и художественной литературы		
Вступительная беседа с родителями и воспитанниками		
Вводная беседа с детьми		
Разработка диагностических материалов		

Содержание работы с участниками проекта

Работа с детьми
 Беседы по теме проекта.
 Подвижные и дидактические игры.
 Чтение и обсуждение произведений художественной литературы.
 Просмотр мультфильмов, презентаций.
 НОД по теме проекта.
 Разучивание песен и стихотворений.
 Досуги, развлечения, праздники.
 Художественное творчество совместно с взрослыми.
 Вечера пословиц, загадок.
 Утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, физминутки.
 Сюжетно-ролевые игры.
 Прогулки.
Взаимодействие с педагогами и родителями
 Анкетирование.

Информация в родительском уголке.
Индивидуальные и групповые консультации по теме проекта.
Помощь в организации физкультурных праздников, спортивной деятельности.

Помощь в организации предметно – пространственной среды.

Помощь в организации круглых столов.

План реализации проекта

1. «Чистоград»

Беседы: «Чистота – залог здоровья», «Микробы на руках», «Грязные руки - хорошо или плохо?».

Рассматривание картины: «Правила гигиены».

Утренняя гимнастика: «В гостях у феи чистоты».

Физкультурные занятия.

Физкультминутки.

Пальчиковая гимнастика: «Моем руки», «Чистим зубы».

Подвижные игры: «Найди себе пару», «Ровным кругом».

Игры малой подвижности: «Найди яблоко» («Найди, где спрятано»), «Зайка серый умывается».

Дидактические игры: «Двойняшки», «Кубики с картинками», «Рассказы по картинке», «Что лишнее?», «Узнай по описанию».

Сюжетно - ролевые игры: «Семья» (мама купает дочку).

Чтение художественной литературы: А. Барто «Девочка чумазая», К. Чуковский «Мойдодыр», «Федорино горе», З. Александрова «Что взяла - клади на место», «Топотушки», «Купание», В. Коростылев «Королева Зубная щетка», Р. Самарец «Хорошие манеры» (сборник стихов), И. Муравейка «Я сама», Ю. Тувим «Письмо к детям по одному очень важному делу».

Разрешение проблемных ситуаций: «Кукла - грязнуля пришла в гости поиграть с детьми» (по стихотворению А. Барто «Девочка чумазая»); «Что взяла - клади на место» (по стихотворению З. Александровой).

Ситуативные беседы: «Внешний вид», «Зачем нужен носовой платок?», «Кто такой неряха?».

Просмотр презентации: «Правила личной гигиены».

Просмотр и обсуждение мультфильмов: «К чистоте будь готов», «Уроки тетушки Совы» (серия «Мудрые сказки тетушки Совы. Грязнуля»), «Королева Зубная щетка»; «Маша и медведь: Большая стирка». «Смешарики»: «Азбука здоровья».

Итоговое мероприятие: показ театра «Мойдодыр».

2. «Вкуснотеево»

Беседы: ««Здоровое питание», «Полезные продукты», «Почему нельзя есть на улице», «О здоровой пище».

Рассматривание картины: «Здоровое питание».

Утренняя гимнастика: «В гостях у феи овощей».

Физкультурные занятия.

Физкультминутки.

Пальчиковая гимнастика: «Мы капусту рубим, рубим».

Подвижные игры: «Огуречик, огуречик», «Пробеги и не сбей».

Игры малой подвижности: «Найди яблоко» («Найди, где спрятано»).

Дидактические игры: Вкладыши «Овощи и фрукты», пазлы «Овощное лото», «Парочки», «Двойняшки», «Кубики с картинками», «Рассказы по картинке», «Что лишнее?», «Вершки - корешки», «Узнай по описанию», «Чудесный мешочек», «Чего не стало?», «Определи на вкус».

Сюжетно-ролевые игры: «Магазин» (покупаем полезные для здоровья продукты).

Чтение художественной литературы: Русские народные сказки: «Колосок», «Пых», «Петушок и бобовое зернышко», «Репка», «Каша из топора», С. Маршак «Юля плохо кушает», К. Чуковский «Спор овощей», С. Кузьмин «Что растет на грядке», «Хорошие манеры», «Родная природа», «Вкусная азбука», «Ложечку за маму», В. Сутеев «Мешок яблок», потешки, загадки, Г. Шалаева, О. Журавлева, О. Сазонова «Правила поведения для воспитанных детей», С. Михалков «Про девочку, которая плохо кушала».

Художественно - эстетическое развитие:

Рисование: «Заготовки на зиму».

Лепка: «Витамины для кукол».

Слушание и обыгрывание: Русских народных песенок «Огородная - хороводная», «Пирожки», «Ладушки».

Ситуативные беседы: «Зачем нужно есть овощи и фрукты?», «В каких продуктах есть витамины?», «Зачем нужны детям витамины?».

Просмотр презентации: «Полезная еда», «Овощи и фрукты - полезные продукты».

Просмотр и обсуждение мультфильмов: «Смешарики», «Азбука здоровья», «Огород», «Уроки тетушки Совы» (серия «Мудрые сказки тетушки Совы»).

Итоговое мероприятие: спортивный досуг «Путешествие в город Вкуснотеево».

3. «Спортландия»

Беседы: «Как я буду заботиться о своем здоровье», «Как уберечься от болезни», «Зачем заниматься спортом».

Рассматривание картины: «Зимние виды спорта».

Утренняя гимнастика: «В гостях у Айболита».

Физкультурные занятия.

Физкультминутки.

Пальчиковая гимнастика: «Умываемся», «Семья».

Подвижные игры: «Найди себе пару», «Поймай снежинку», «Я роза не боюсь», «Лыжники», «Попади снежком в цель».

Игры малой подвижности: «Туннель здоровья» («Найди, где спрятано»), «Мы капусту рубим», «Лепим мы снеговика».

Дидактические игры: «Что за чем идет», вкладыши «Части тела», «Кубики с картинками», «Рассказы по картинке», «Что лишнее?», «Узнай по описанию».

Сюжетно - ролевые игры: «Семья» (оденем куклу на прогулку зимой).

Чтение художественной литературы: К. Чуковский «Доктор Айболит», потешки, загадки, Г. Шалаева, О. Журавлева, О. Сазонова «Правила поведения для воспитанных детей».

Разрешение проблемных ситуаций: «Что же взять на улицу зимой поиграть?».

Ситуативные беседы: «Как одеться на улицу зимой?», «Зачем нужен носовой платок?».

Просмотр презентации: «Зимние виды спорта».

Просмотр и обсуждение мультфильмов: «К чистоте будь готов», «Уроки тетюшки Совы» (серия «Мудрые сказки тетюшки Совы»), «Маша и медведь», «Смешарики»: «Азбука здоровья».

Итоговое мероприятие: развлечение «Мы в Спортландию идем».

4. «Закаляйкино»

Беседы: «Как надо закаляться», «Зачем нужно закаляться».

Рассматривание картины: «Купание детей».

Утренняя гимнастика: «В гостях у Закаляйкина».

Физкультурные занятия.

Физкультминутки.

Пальчиковая гимнастика: «Умываемся», «Семья».

Подвижные игры: «Поймай снежинку», «Солнышко и дождик», «Маленькие ножки бегут по дорожке».

Игры малой подвижности: «Найди, где спрятано», «Зайка серый умывается».

Дидактические игры: «Кубики с картинками», «Рассказы по картинке», «Что лишнее?», «Узнай по описанию».

Сюжетно - ролевые игры: «Семья» (Учим умывать кукол).

Чтение художественной литературы: Г. Зайцев «Дружи с водой», загадки и пословицы о здоровом образе жизни, «Я и солнышко». Потешки: «Водичка, водичка...», «Кран откройся! Нос, умойся!», «От водички, от водицы все улыбками искрится!».

Разрешение проблемных ситуаций: «Незнайка не знает, как нужно закаляться». Рассказываем ему – что такое закаливание и для чего оно.

Ситуативные беседы: «Чем полезны прогулки», «Зачем нужно обливаться водой», «Нужно ли нам солнце».

Просмотр презентации: «Закаляйся - если хочешь быть здоров».

Просмотр и обсуждение мультфильмов: «К чистоте будь готов», «Уроки тетюшки Совы» (серия «Мудрые сказки тетюшки Совы»), «Королева Зубная щетка», «Маша и медведь», «Смешарики»: «Азбука здоровья».

Итоговое мероприятие: «Закаляйся, если хочешь быть здоров».

5. «Семейкино»

Беседы: «Чем заняться дома, чтобы быть здоровым», «Прогулка всей семьей».

Рассматривание картины: «Зимние забавы».

Утренняя гимнастика: «Всей семьей на зарядку становись».

Физкультурные занятия.

Физкультминутки.

Пальчиковая гимнастика: «Семья», «Здоровички».

Подвижные игры: «Лыжники», «Поймай снежинку».

Игры малой подвижности: «Найди коньки» («Найди, где спрятано»), «Лепим мы снеговика».

Дидактические игры: «Двойняшки», «Кубики с картинками», «Расказы по картинке», «Что лишнее?», «Узнай по описанию».

Сюжетно - ролевые игры: «Семья» (Собираемся всей семьей на прогулку).

Чтение художественной литературы: Рассказы и стихотворения о зиме, зимних видах спорта.

Разрешение проблемных ситуаций: «Куда же отправиться с детьми в выходной день».

Просмотр презентации: «Зимние забавы всей семьей», «Зимние виды спорта».

Просмотр и обсуждение мультфильмов: «Уроки тетюшки Совы» (серия «Мудрые сказки тетюшки Совы»), «Маша и медведь», «Смешарики»: «Азбука здоровья».

Итоговое мероприятие: «В стране Здоровья»

В ходе проведения проекта были получены следующие результаты:

1. У детей второй младшей группы появился интерес и желание выполнять различные упражнения.

2. Дети с удовольствием принимают воздушные ванны, ходят босиком по коврикам - массажерам, испытывая при этом удовольствие.

3. Дети самостоятельно проявляют инициативу к движению: бегают, прыгают, играют с мячом, ползают, лазают не только в группе, но и на улице.

4. Снизились показатели заболеваемости детей.

Воспитательная ценность проекта:

У детей значительно повысился интерес и желание заниматься гимнастикой, физкультурой, принимать участие в закаливающих процедурах.

Познавательная ценность проекта:

1. У детей повысились знания о значимости образа жизни.

2. Расширилось представление о мероприятиях, влияющих на ЗОЖ.

Перспектива проектной деятельности в данном направлении:

С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу по указанной теме через создание и реализацию новых совместных с родителями проектов с использованием интегрированного подхода в этом направлении.

ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Долгополова Надежда Евгеньевна
воспитатель

МАДОУ - детский сад компенсирующего вида № 82, г. Златоуст

Человек – высшее творение природы. Это самый совершенный и сложный организм.

Для человека естественно не болеть и быть здоровым. В природе всё живое рождается слабым, а потом крепнет. И только у человека часто бывает наоборот. Рождаясь здоровым, он всё больше болеет, слабнет, подвергаясь вредным влияниям социума.

Здоровье ребёнка во многом зависит от окружающих его взрослых, от того, какую среду проживания они ему обеспечат, какой пример здорового образа жизни продемонстрируют.

Я долго искала эффективные пути работы по воспитанию и обучению детей. Проанализировав мониторинг посещаемости детей за три года, выявила, что большинство пропусков детей по болезням (ОРЗ, ОРВИ.) Вот тогда и решила, что основным направлением моей работы с детьми в группе должно стать валеологическое воспитание. Я объяснила детям, что здоровье – это одна из главных ценностей жизни, поэтому каждый должен думать о своём здоровье, знать своё тело, научиться заботиться о нём.

Огромное значение я придаю двигательной активности детей в течение дня.

В настоящее время она составляет 70 % всего времени, которое ребёнок проводит в детском саду. Активная двигательная деятельность детей состоит из следующих компонентов: утренняя гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, и физические упражнения на прогулке, дифференцированные игры- упражнения, походы, оздоровительный бег, самостоятельная двигательная деятельность, оздоровительные досуги и развлечения.

На протяжении всего времени работы, веду поиск эффективных закаляющих мероприятий, которые можно легко применять в условиях нашего детского сада и пришла к выводу, что это: обливание тела сухой варежкой, дыхательная гимнастика, полоскание горла прохладной водой, самомассаж.

Предлагаю коллегам и родителям несколько игровых самомассажей.

«Петушок»

Раз и два! Раз и два!

Тереть ладони друг о друга.

Начинается игра!

Красим крылья и живот,

Красим грудочку и хвост.

Поглаживать ладонями руки, живот грудь, поясницу, ноги, голову.

Красим спину,

Красим ножки,

Красим гребешок немножко,

Вот какой стал петушок,

Поставить руки на пояс, выпрямиться

Ярко- красный гребешок.

Сделать несколько полуоборотов

Влево – вправо

«Солнышко»

Солнце утром рано встало

Поднять руки вверх,

Всех детишек приласкало.

Потянуться, делая руками фонарики

Гладит грудку,

Массировать «дорожку» на груди снизу вверх

Гладит шейку,

*Поглаживать шею большими пальцами
снизу вверх.*

Кулачками растирать крылья носа.

Гладит носик,

Гладит лоб,

*Проводить пальцами по лбу от середины
к вискам.*

Гладит ушки,

Растирать ладонями уши.

Гладит ручки.

Растирать ладони,

Загорают дети. Вот.

Поднять руки вверх.

Массаж биологически активных зон для профилактики простудных заболеваний «Неболейка»

Чтобы горло не болело,

Мы погладим его смело,

Поглаживать ладонями шею сверху вниз.

Чтоб не кашлять, не чихать

Надо носик растирать.

Указательными пальцами растирать крылья носа.

Лоб мы тоже разотрём,

*Приложить ладонь «козырьком»
ко лбу*

Ладоньку держим козырьком,

*И растираем лоб движениями в
стороны*

Вилку пальчиками сделай,

Разжать указательные и средние пальцы

Массируй ушки ты умело.

*Растирать точки за и
перед ушами.*

Знаем, знаем- да-да-да!

Потирать ладони друг о друга.

Нам простуда не страшна,

Сочетая двигательную активность с оздоровительными мероприятиями, создаётся комплексный подход к физкультурно-оздоровительной работе, что положительно влияет на укрепление здоровья детей.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Кузнецова Марина Николаевна

воспитатель

Сняtkова Ольга Васильевна

воспитатель

МБДОУ "Детский сад № 12 "Ромашка" г. Вологда

Одна из задач Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного воспитания – охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, Здоровье– это состояние полного физического, умственного, психического и социального благополучия, а не только отсутствие физических дефектов.

Выделяется несколько компонентов здоровья:

1. *Соматическое здоровье* — текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития.

2. *Физическое здоровье* — уровень роста и развития органов и систем организма.

3. *Психическое здоровье* — состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта.

К сожалению, в ДОУ с каждым годом растет количество детей с ограниченными возможностями здоровья. Такие дети имеют нарушения цен-

тральной нервной системы различной степени, отклонения в психоэмоциональной сфере, нарушения в опорно-двигательной и дыхательной системе, имеют различные хронические и соматические заболевания. Это затрудняет восприятие, ослабляет познавательную деятельность, снижает работоспособность, ориентацию в практической деятельности.

Следовательно, одной из основных задач в работе с детьми с ОВЗ является такая организация и методика проведения всех оздоровительных и воспитательно-образовательных мероприятий, при которой не только сохраняется хороший уровень умственной работоспособности, но и укрепление здоровья ребенка. Мероприятия выстраиваются в последовательную цепочку и проходят через все виды деятельности. Это здоровьесберегающие технологии.

Здоровьесберегающие технологии — это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

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

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

В настоящее время в ДОУ в работе с детьми реализуются следующие здоровьесберегающие технологии:

1. *Сохранения и стимулирования здоровья* (динамические паузы, релаксация, подвижные и спортивные игры, пальчиковые игры, дыхательная и артикуляционная гимнастика, упражнения для глаз, плавание в бассейне).

2. *Обучения здоровому образу жизни* (физкультурные занятия, утренняя гимнастика и гимнастика после сна, самомассаж (игра массажными мячиками)).

3. *Коррекционные* (адаптивная физическая культура, ходьба по массажным дорожкам, технология музыкального воздействия, элементы сказкотерапии, технология воздействия цветом).

Теперь подробнее рассмотрим каждую из здоровьесберегающих технологий.

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Динамические паузы способствуют снижению утомляемости у детей между двумя видами непосредственной образовательной деятельности. В результате активизируется мышление и повышается умственная работоспособность. Используются с элементами гимнастики для глаз и дыхательной гимнастики.

Релаксация – специальный метод, направлен на снятие мышечного и нервного напряжения с помощью специально подобранных техник.

Способствуют снятию напряжения, после сильных переживаний или физических усилий.

Расслабление вызывается путем специально подобранных игровых приемов с музыкальным и словесным сопровождением.

Длительность зависит от индивидуальных особенностей нервной системы детей.

Подвижные и спортивные игры являются важнейшим ежедневным занятием с детьми. Предусмотренные планированием игры проводятся на утренних и вечерних прогулках в соответствии со временем года. Игры способствуют не только развитию игровых навыков ребенка, но и служат формированию здоровья детей.

Пальчиковая гимнастика направлена на повышение работоспособности коры головного мозга, развитие активной речи ребенка. Рекомендуются детям с речевыми проблемами.

Выделяют следующие виды пальчиковой гимнастики.

- 1) Пальчиковая гимнастика с речевым сопровождением.
- 2) Игры с природным, бросовым материалом (бассейн из гороха, фасоли).
- 3) Игры с пособиями (игры-шнуровки, игрушки с прищепками, пальчиковый театр).

Развитие мелкой моторики проводится ежедневно, в любое удобное время, а также и в образовательной деятельности.

Дыхательная гимнастика - это система упражнений на развитие речевого дыхания.

Дыхательная гимнастика направлена на решение следующих задач:

- насыщение организма кислородом, улучшение обменных процессов в организме;
- повышение общего жизненного тонуса ребенка, сопротивляемости и устойчивости к заболеваниям дыхательной системы;
- нормализации и улучшение психоэмоционального состояния организма;
- развитие силы, плавности и длительности выдоха.

Оборудование для развития дыхания, является частью предметно-развивающей среды (вертушки, мыльные пузыри, игрушки-тренажеры).

Проводится в различных формах оздоровительной работы, через час после приема пищи.

Артикуляционная гимнастика. Целью артикуляционной гимнастики является выработка правильных, полноценных движений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков. Артикуляционную гимнастику целесообразно проводить с детьми начиная с трехлетнего возраста. Желательно отводить на артикуляционные упражнения от 3-5 минут ежедневно в младшем дошкольном возрасте, до 10-12 минут ежедневно для детей старшего дошкольного возраста. Каждый комплекс должен включать от четырех до восьми

упражнений (соответственно возрасту детей, но не должен превышать рекомендованной продолжительности. Рекомендуется детям с ОНР.

Упражнения для глаз проводятся с целью:

- укрепления глазных мышц нарушений зрения, переутомления;
- снятия напряжения;
- общего оздоровления зрительного аппарата.

Гимнастика для глаз благотворно влияет на работоспособность зрительного анализатора и всего организма.

Для проведения не требует специальных условий. При выполнении упражнений голова должна быть неподвижна (если не указано иначе). Длительность 2 — 4 мин.

Детям с патологией зрения противопоказаны упражнения, связанные с длительным и резким наклоном головы. Используется в любое свободное время, во время занятий для снятия зрительной нагрузки.

Плавание в бассейне гармонично развивает все группы мышц, укрепляет суставы и помогает поддерживать тело в тонусе. Оно укрепляет иммунитет, повышает устойчивость организма к простудным и другим заболеваниям. Посещение бассейна замечательно воздействует на нервную систему: снимает стресс, заряжает позитивной энергией, повышает работоспособность, способствует хорошему сну.

2. Обучения здоровому образу жизни:

Физкультурные занятия (адаптивная физическая культура) проводятся в соответствии с программными требованиями. К основным формам относятся: физкультурное занятие, утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, специально организованная физкультурная деятельность на прогулке, самостоятельная физкультурная деятельность. Во время утренней гимнастики повышается эмоциональный тонус, который является результатом мышечной радости от движений в коллективе сверстников. Снимается напряжение от пробуждения после ночного сна, дисциплинируется поведение, происходит коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата, развитие органов дыхания. Утренняя гимнастика проводится перед завтраком. Формы и методы проведения, длительность зависит от возрастных особенностей детей.

Гимнастика пробуждения проводится после дневного сна для запуска всех жизненно важных процессов организма. Является хорошим стимулом для поднятия настроения, бодрости, для профилактики нарушений осанки и плоскостопия. Проводится ежедневно, состоит из упражнений в кровати, «дорожки здоровья», закаляющих мероприятий.

Самомассаж – это дозированное механическое раздражение тела человека, выполняемое с помощью специального оборудования: массажные мячики, деревянные массажеры. самомассаж стимулирует обменные процессы в мышечной ткани, усиливает кровообращение в мышцах, улучшает питание тканей, снабжая их кислородом. самомассаж способствует приобретению знаний о строении собственного тела,

стимулирует развитие речи и увеличивает словарный запас. Рекомендуется детям с гипертонусом мышц.

Одним из новых направлений — игры в «сухом» бассейне.

Занятия в «сухом» бассейне способствуют избавлению от мышечной и эмоциональной напряженности. Во время «плавания» ребенок ощущает постоянный контакт кожи с шариками, тем самым, получает массаж всего тела. Идет стимуляция тактильной чувствительности. Шарик в бассейне действует как общий массаж, оказывая влияние на расслабление гипертонуса мышц, следовательно, игры и упражнения в «сухом» бассейне важны для психоэмоционального развития ребенка. Проводится в течение дня в физкультурно-оздоровительной работе.

3. Коррекционные технологии:

Технология воздействия цветом — это простой и эффективный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре.

В изобразительной деятельности можно использовать нетрадиционные техники рисования: рисование пальчиком, ладошкой; рисование нетрадиционными изобразительными средствами (свечой, комочком бумаги, поролоновым тампоном, ватными палочками и др.); рисование по сырому фону и др.

Игры с песком — одна из форм естественной активности ребенка.

Помогает справиться с различными нарушениями поведения, наладить взаимоотношения с другими детьми и взрослыми, избавиться от психосоматических заболеваний, повышенной тревожности, страха, неврозов. Она полезна детям с гиперактивным типом развития нервной системы, с нарушениями в развитии мелкой моторики.

Технология музыкального воздействия заключается в музыкальном сопровождении режимных моментов и занятий. Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей и влияет на состояние нервной системы (спокойная музыка успокаивает, расслабляет. При использовании музыки необходимо помнить об особенностях воздействия характера мелодии, ритма и громкости на психическое состояние детей.

Элементы сказкотерапии. Многие игровые технологии, применяемые на занятиях, сопровождаются сказками, которые придумывают, как педагог, так и сами дети, дополняя фантазии друг друга. Это способствует освоению навыков общения, целенаправленного слухового восприятия, развитию мышления, речи, памяти. Воспитатель должен создать такие условия, при которых ребенок, работая со сказкой (читая, придумывая, разыгрывая) учится находить решения своих жизненных трудностей и проблем. Возможны как групповые, так и индивидуальные формы работы.

Вывод: Использование здоровьесберегающих технологий в организации образовательного процесса с детьми способствует:

- повышению работоспособности, выносливости детей;
- развитию психических процессов;

- формированию, развитию двигательных умений и навыков;
- развитию общей и мелкой моторики;
- и в итоге способствует социальной адаптации детей с ОВЗ.

РИСУЕМ НА ФИЗКУЛЬТУРНОМ ЗАНЯТИИ ИЛИ ДЕЛАЕМ ГИМНАСТИКУ НА ЗАНЯТИИ ПО РИСОВАНИЮ

Лебедева Елена Николаевна

педагог дополнительного образования
Детский сад № 23 «Солнечный город», г. Серов

Дошкольный возраст – это ответственный период жизни, когда закладываются основы физического, психического и личностного развития. Именно в этом возрасте важно сформировать у детей навыки здорового образа жизни. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается сейчас в первоочередную социальную проблему. Недостаточная двигательная активность отрицательно сказывается на здоровье, психофизическом благополучии детей, негативно влияет на двигательное и социальное развитие ребёнка.

В соответствии с ФГОС ДО основными направлениями всестороннего развития дошкольников является физическое и художественно-эстетическое развитие. В аспекте сохранения физического и психологического здоровья, целесообразна интеграция данных направлений развития воспитанников.

Интеграция - это один из путей достижения качества образования, процесс сближения, создания единого целого.

Актуальность:

1. Занятия интегрированного характера способствуют формированию целостной картины мира, так как предмет или явление рассматривается с нескольких сторон: теоретической, практической, прикладной.

2. Переход от одного вида деятельности на другой позволяет вовлечь каждого ребёнка в активный процесс.

3. Занятия интегрированного характера вызывают интерес, способствуют снятию перенапряжения, перегрузки и утомляемости за счёт переключения их на разнообразные виды деятельности.

4. Занятия способствуют развитию зрительно-мышечной памяти, более тесному контакту педагогов и воспитанников.

Интеграция физической культуры и изобразительной деятельности дошкольников – это развитие мысли, анализа, синтеза, сравнения и обобщения. Она способствует развитию сенсорики, зрительно-мышечной памяти, формируются нравственно-волевые качества. Дети учатся сосредотачиваться, доводить начатое дело до конца, преодолевать трудности и поддерживать товарищей.

В своей работе применяю как на занятиях по рисованию, так и на занятиях по физической культуре следующие игры-упражнения:

1. Упражнение «Носики – художники»

Цель: Укрепление и развитие мышц шеи, повышение функциональных возможностей дыхательной системы в сочетании с улучшением опорно-двигательного аппарата.

Материал: рулон обоев с графическими рисунками (их можно менять в зависимости от темы недели, усложнять, в зависимости от возраста и умелости детей), «носики-карандаши» из картона на резинке.

Выполнение: дети «обводят» рисунок надетым на нос наконечником в виде карандаша или конуса. Сначала помогая «носиком» руками, потом выполняют рисунок только «носиком». Следить за аккуратностью повторения линий.



Вариативность: как динамическая пауза на занятия по изобразительной деятельности, как элемент утренней гимнастики, во время самостоятельной деятельности детей для снятия усталости.

2. Упражнение «Ножки-художники»

Цель: Укрепление и развитие мышц ног и брюшного пресса, развитие координации движений. Развитие интуитивного понимания другого человека.

Материал: бумага или картон, расположенные на полу, фломастеры.

Выполнение: дети садятся на стул, захватывают между двумя пальцами ноги фломастер, рисуют на картоне геометрические фигуры. Сначала одной ногой, потом другой, потом двумя ногами одновременно.

Усложнение: Дети «обводят» готовый графический рисунок.

Дети сидят на полу, а не на стуле.

Дети выполняют упражнение в паре: один ребёнок «рисует» ногой в воздухе геометрическую фигуру, другой угадывает её и повторяет уже на бумаге фломастером. Первый ребёнок «оценивает» отгадку.

3. Упражнение «Дружные ручки»

Цель: Укрепление мышц рук, развитие координации движений, глазомера.

Материал: бумага, расположенная на мольберте или стене, графические изобразительные материалы (мягкие карандаши, фломастеры или мелки).

Выполнение: дети встают напротив бумаги, держат карандаши в обеих руках и выполняют заданное изображение одновременно двумя руками. Сначала это могут быть линии, геометрические фигуры, затем рисунок можно усложнить: дерево, цветок, снеговик.

Усложнение: предложить нарисовать фигуру, выполняя движение синхронно, по часовой стрелке, затем – каждая рука движется в своём направлении симметрично (одна рука – по часовой стрелке, другая – против).

4. Упражнение «Рисуем вместе»

Цель: укрепление и развитие разных групп мышц, развитие координации движений, снятие напряжения, воспитание толерантности, умения чувствовать и доверять другому человеку.

Выполнение: дети берут большие карандаши (или имитаторы карандашей) и зажимают разными частями тела: локтевым сгибом, шей, коленным сгибом, между ступнями, между ладонями, надевают картонные карандаши на нос, на палец ноги и т.п. Педагог на мультимедиа рисует простую картинку в программе Paint, дети синхронно повторяют рисунок.

Усложнение: дети работают в паре. Первый ребёнок завязывает глаза, второй ребёнок управляет рукой или ногой первого ребёнка – повторяет рисунок. Ребёнок с завязанными глазами должен угадать, что он рисовал.

5. Упражнение «Угадай, что рисую»

Цель: укрепление групп мышц рук, массаж; развитие зрительно-мышечного восприятия, воспитание толерантности, умения доверять другому ребёнку.

Выполнение: один ребёнок в воздухе или на спине (руке) другого ребёнка «рисует» геометрические фигуры, простые рисунки или буквы. Второй ребёнок угадывает, что изобразил, или на его теле «нарисовал» товарищ.

6. Упражнение «Танцующие руки»

Цель: саморасслабление, снятие мышечного напряжения.

Выполнение: на полу растелена полоса обоев, ребёнок ложится на спину таким образом, чтобы руки от ладоней до локтя оказались на бумаге. Берёт в руки фломастеры или мелки. Под музыку выполняет круговые движения руками, оставляя хаотичный рисунок. Впоследствии рисунок можно дорисовать до образа.

7. Игра «Скульптор»

Цель: снятие напряжения, развитие коммуникативных навыков.

Выполнение: первый ребёнок – натурщик, он выполняет какую-либо фигуру с помощью позы, жестов, мимики; второй ребёнок – глина или пластилин, он закрывает глаза и полностью подчиняется скульпто-

ру. Третий ребёнок – скульптор. Он «лепит» из «глины» такую же фигуру, как показал натурщик.

Таким образом, такое простое средство, как гимнастика, позволяет предотвратить нарастающее утомление и оказывается во многих случаях эффективнее лекарственных препаратов.

ПРОЕКТ ПО ЗОЖ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ГРУППЕ РАННЕГО ВОЗРАСТА «ПРАВИЛА ДОКТОРА НЕБОЛЕЙКА»

Мокрецова Алла Николаевна
воспитатель

Филиал МАОУ «Холмогорская СШ имени М.В. Ломоносова» -
Детский сад № 1 «Журавушка», Архангельская область, с. Холмогоры

*Здоровые дети - в здоровой семье.
Здоровые семьи - в здоровой стране.
Здоровые страны – Планета здорова.
Здоровье! Какое прекрасное слово!
Так пусть на здоровой планете
Растут здоровые дети!*

Краткая аннотация проекта.

Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе, но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поколение будет более здоровым и развитым не только физически, но и личностно, интеллектуально, духовно.

В проекте представлено знакомство с компонентами здорового образа жизни для детей раннего дошкольного возраста.

Реализация проекта осуществляется через организацию игровых и проблемных ситуаций, через различные виды практических упражнений.

Пояснительная записка.

Здоровье — это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов. (Всемирная организация здравоохранения).

Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из приоритетных задач дошкольного образования.

«Забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы - В.А. Сухомлинский».

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни – одна из основных задач образовательной области «Физическое развитие» ФГОС ДО.

Условия эффективности реализации задач по формированию здорового образа жизни детей раннего возраста в условиях ДОУ:

- учет возрастных и индивидуальных особенностей детей;
- создание в ДОУ условия для формирования здорового образа жизни детей раннего возраста;
- систематическая и целенаправленная работа с семьями воспитанников по внедрению здорового образа жизни.

Как укрепить и сохранить здоровье наших детей? Каким образом способствовать формированию физической культуры ребенка? Как привить навыки здорового образа жизни? Когда это надо начинать?

Когда ребенок начинает осознавать себя и свою связь с окружающим миром, вот тогда-то и нужно учить здоровому образу жизни.

Главными задачами по укреплению здоровья детей в детском саду являются формирование у них представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни.

Дети — цветы жизни, это наше будущее. Здоровье — главное богатство нации. Если здоровье — богатство, то его надо сохранять.

Воспитание потребности в здоровом образе жизни у детей 1,5–2 лет осуществляется по следующим направлениям:

- **Соблюдение режима дня.**
- **Привитие культурно-гигиенических навыков.**
- **Формирование привычки к употреблению разнообразной пищи (обеспечение сбалансированного питания).**
- **Формирование привычки к ежедневным физкультурным упражнениям.**
- **Формирование потребности семьи ребенка в здоровом образе жизнедеятельности и личного примера в укреплении и сохранении здоровья.**

«Берегите здоровье смолоду!» - эта пословица имеет глубокий смысл. Формирование здорового образа жизни должно начинаться с рождения ребенка для того, чтобы у человека уже выработалось осознанное отношение к своему здоровью.

Условия, от которых зависит направленность формирования личности ребенка, а также его здоровье, закладываются в семье. Главными союзниками по формированию привычки к здоровому образу жизни у малышек являются родители. Без их участия нельзя добиться хороших результатов, только они являются самым ярким примером для своих детей.

Готовность к здоровому образу жизни не возникает сама собой, а формируется у человека с ранних лет, прежде всего внутри семьи, в которой родился и воспитывался ребенок.

Дошкольный период является наиболее благоприятным для формирования здорового образа жизни.

Здоровье человека является необходимым условием реализации всех заложенных в человеке возможностей, основа основ достижения успехов.

«Здоровье — это вершина, которую должен каждый покорить сам»
— так гласит восточная мудрость.

Таким образом, необходимо с малых лет приобщать ребенка в семейном и общественном воспитании к здоровому образу жизни, формировать у малыша навыки охраны личного здоровья и бережного отношения к здоровью окружающих. Как сказал В.А. Сухомлинский: «Я не боюсь ещё и ещё раз повторить: забота о здоровье ребёнка – это важнейший труд воспитания».

Актуальность проекта.

Ранний возраст - самое благоприятное время для воспитания у ребенка основ двигательной культуры, привычки к правильному питанию, соблюдению культурно-гигиенических норм, потребности получения положительных эмоций, т. е. основ здорового образа жизни.

Именно в раннем дошкольном возрасте очень важно воспитывать у ребёнка привычку к чистоте, аккуратности и порядку.

У вновь пришедших детей в детский сад, как правило, наблюдается отсутствие элементарных навыков самообслуживания и личной гигиены: дети не умеют самостоятельно умываться, одеваться и раздеваться, пользоваться платком, объективно оценивать особенности своего организма, пользоваться горшком.

Зачастую родители не только не показывают на своем примере, что надо заниматься спортом, содержать тело и жилище в чистоте, правильно питаться, но даже не рассказывают детям об этом. Дома родители предпочитают завлечь ребёнка спокойными играми: в лучшем случае рисованием, интеллектуальными или другими настольными играми, в худшем — просмотром телепередач или видеофильмов.

Для того чтобы работа по формированию здорового образа жизни была результативной необходимо учитывать ряд факторов: во-первых, это индивидуальные и возрастные особенности воспитанников, во-вторых, особенности семейного воспитания дошкольника, степень заинтересованности родителей в решении данной проблемы.

Проблема, на решение которой направлен проект.

Жизненный опыт детей 1-3 лет еще достаточно невелик, поэтому сформировать у них элементарные представления о том, что нужно делать, чтобы всегда быть здоровым — это и есть основное направление данного проекта.

Мы, ребята-малыши, недостаточно взрослые...

И хотим быстрее узнать, как здоровье укреплять?

Вид проекта: познавательно-творческий.

По продолжительности: среднесрочный (март, апрель).

Участники проекта: дети, воспитатели, родители.

По количеству участников: групповой.

Цель.

Формирование навыков здорового образа жизни у детей раннего возраста посредством организации разнообразных форм взаимодействия с детьми и родителями.

Задачи.

- Формировать представления детей о здоровье, особенностях его сохранения и укрепления.
- Развивать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания; познавательный интерес; творческие способности.
- Обогащать двигательный опыт детей; вызвать желание заботиться о своем здоровье.
- Повысить компетентность родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.

Пути реализации проекта: мероприятия с детьми и родителями, информирование родителей с помощью информационных стендов и группе VK.

Предполагаемые результаты проекта.

Для детей:

- Сформированность культурно-гигиенических навыков и простейших навыков самообслуживания.
- Сохранение и укрепление здоровья через систему комплексной физкультурно-оздоровительной работы.

Для родителей:

- Повышение заинтересованности в сотрудничестве с детским садом в данном направлении.
- Повышение интереса и активности родителей к вопросам воспитания здорового ребёнка и мотивации здорового образа жизни.
- Развитие желания использовать, полученную информацию в ходе реализации проекта в домашних условиях для сохранения здоровья детей.

Для педагогов:

- Партнерские отношения с семьей каждого воспитанника, объединение усилий для развития и воспитания детей в вопросах о здоровом образе жизни.

Риски реализации проекта: непостоянный состав детей, связанный с периодом адаптации, нежелание родителей участвовать в реализации проекта.

Модель трех вопросов.

Что мы знаем об этом?	Что мы хотим узнать?	Как мы можем узнать?
Чтобы не болеть и быть здоровым, что нужно для этого делать? - Надо много двигаться. - Хорошо питаться. - Соблюдать пра-	-Зачем правильно питаться? -Зачем умываться и мыть руки с мылом? -Зачем нужен массаж для пальчиков? -Польза физических упражнений.	-наблюдения -прогулки -подвижные игры -гимнастика: • дыхательная • пальчиковая • после сна - закаливающие процеду- ры

вила гигиены.		<ul style="list-style-type: none"> - хороводные игры - сюжетно-ролевые игры - физкультминутки - применение массажных ковриков - воспитание культурно-гигиенических навыков - чтение художественной литературы (стихи, потешки, книги) - рекомендации родителям; - беседы.
---------------	--	---

Этапы проекта:

1 этап. Подготовительный.

1. Изучение литературы по теме проекта.
2. Выбор темы, обозначение проблемы.
3. Определение цели и задач проекта, направлений работы с детьми.
4. Составление плана реализации проекта.
5. Подбор иллюстраций, художественной литературы (стихи, песенки, потешки), дидактических игр.
6. Организация игрового взаимодействия.
7. Информирование родителей о предстоящей деятельности.

2 этап. Основной.

Март.

1 неделя. «В стране здоровых человечков»

Цель: формировать у детей общее представление о здоровье, воспитывать желание заботиться о своем здоровье.

2 неделя. «Мойдодыр в гостях у ребят»

Цель: развивать у детей понимание значения необходимости гигиенических процедур, закреплять умения правильно мыть руки.

3 неделя. «На прогулке мы гуляем и здоровье укрепляем»

«День, проведенный ребенком без прогулки, потерян для его здоровья»

Г. А. Сперанский

Цель: укрепление физического и психического здоровья детей посредством прогулки.

4 неделя. «Волшебница вода!»

Цель: формировать представления детей о свойствах воды, о необходимости чистоты для здоровья человека, воспитывать желание быть чистыми и аккуратными.

Апрель.

1 неделя. «Я и моё тело»

Цель: дать элементарные представления о том, как устроено тело человека, наших помощника, органах чувств (глазах, ушах, носе, коже); вызывать желание бережно относиться к своему организму.

**2 неделя. «Да здравствует мыло душистое и полотенце пуши-
стое!»**

Цель: закрепить знания детей о предметах личной гигиены и дей-
ствиях с ними, приучать к опрятности.

3 неделя. «Чтоб здоровым быть всегда нужна полезная еда!»

Цель: формировать представления о здоровой и полезной пище,
воспитывать навыки культурного поведения за столом, правильно дер-
жать ложку.

4 неделя. «Всех излечит исцелит добрый доктор Айболит»

Цель: формирование навыков здорового образа жизни у детей
младшего дошкольного возраста, приучать их следить за своим здоро-
вьем, внешним видом, воспитывать бережное отношение к себе, со-
блюдать правила гигиены.

Ежедневно:

- пальчиковая гимнастика
- бодрящая гимнастика
- утренняя гимнастика
- динамические паузы

Цель: способствовать развитию артикуляционного и голосового
аппарата, речевого дыхания, слухового внимания посредством словес-
ных игр, пальчиковой гимнастики, физкультминуток, игр на развитие
речевого дыхания.

Взаимодействие с родителями.

Цель: привлечь внимание родителей к теме проекта, познакомить с
основными направлениями работы по сохранению и укреплению здо-
ровья малышей, активизировать их творческую деятельность через
информацию в группе VK «Непоседы».

- Анкетирование на тему: «Растем здоровыми»
- Викторина «Баня – лечит, баня – правит, баня всё исправит!»
- Стендовый материал: «О правильном питании и пользе вита-
минов», «Чистые руки – залог здоровья!», «Бережем здоровье или пра-
вила доктора Неболейка», «Здоровье малыша в ваших руках!»
- Папки-раскладки: «Растим здорового ребёнка», «Бережем
здоровье с детства или 10 заповедей здоровья», «10 заповедей для
здоровья вашего ребёнка», «Простые правила здорового образа жи-
зни»
- Фотосбор «Овощи или фрукты – полезные продукты!»

3 этап. Заключительный.

Продукт проекта.

Создание видеofilmа «Правила доктора Неболейка» по результа-
там реализации проекта.

Библиография:

- Доскин В. А. Растем здоровыми. М.: Просвещение, 2002.
Колдина Д.Н. Игровые занятия с детьми 1-2 лет. М.: «ТЦ Сфера»,
2012, 2014. (2-е изд.)

Сыпченко Е.А. Инновационные педагогические технологии. Метод проектов в ДОУ. СПб.: ООО «Детство-пресс», 2012.

Теплюк С.Н. Игры-занятия на прогулке с малышами: для занятий с детьми 2-4 лет. М.: Мозаика-Синтез, 2014.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДЕТСКОМ САДУ

Ничкасова Татьяна Александровна

воспитатель

МБДОУ "Детский сад № 323" г. о. Самара

В настоящее время одной из наиболее важных проблем современного мира является здоровье детей. Гиподинамия (нарушение функций опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения), детские стрессы (нервные расстройства вследствие отрицательной психологической обстановки в семье, излишнего шума и нервности в детском коллективе), тревожность (недостаток эмоциональной поддержки в детском саду и семье, недостаток информации) вот самые актуальные проблемы детского здоровья.

В связи с этим в ДОУ необходимо уделить особое внимание воспитанию физически здорового и социально адаптированного ребенка, обеспечению его психического благополучия, а также формированию у дошкольника ответственности за свое здоровье.

Вырастить здорового ребенка – вот то, что необходимо сделать сотрудникам детских садов. Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка – это основа формирования личности. Только здоровый ребенок может стать хорошим учеником и успешной личностью. Поэтому по ФГОС одним из приоритетных направлений деятельности детского сада является проведение физкультурно-оздоровительной работы, в том числе и путем использования здоровьесберегающих технологий в ДОУ. Ведущий принцип таких технологий – учёт личностных особенностей ребёнка, индивидуальной логики его развития, учёт детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения.

Здоровьесберегающая технология — это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Задачами здоровьесберегающих технологий является: создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей, сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности, создание положительного эмоционального настроя и снятие психоэмоционального напряжения.

Дошкольное образовательное учреждение имеет большие потенциальные возможности для формирования у детей здоровьесберегающей

культуры, навыков здорового образа жизни. Это связано с системностью дошкольного образования, возможностью поэтапной реализации поставленных задач с учётом возрастных и психологических возможностей детей-дошкольников.

Можно различить несколько видов здоровьесберегающих технологий, применяемых в детском саду: медико-профилактические, физкультурно-оздоровительные, технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка, валеологического просвещения родителей, здоровьесберегающие образовательные технологии.

Медико-профилактические технологии – это технологии, обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним относятся следующие технологии: организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, профилактического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры в водной среде (бассейне) и на тренажерах, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др. Отдельные приемы этих технологий широко используются педагогами дошкольного образования в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимные моменты и в свободной деятельности детей, в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребенком и др.

Технологии социально-психологического благополучия ребёнка – технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника. Основная задача этих технологий обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника.

Технологии валеологического просвещения родителей – это технологии, направленные на обеспечение образованности родителей воспитанников ДОУ, обретение ими компетентностей по вопросам здоровьесбережения.

Здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду – это прежде всего технологии воспитания валеологической культуры

или культуры здоровья дошкольников. Цель этих технологий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Использовать здоровьесберегающие технологии необходимо в режимных моментах дня. Например, во время утренней гимнастики применять дыхательную гимнастику, пальчиковую гимнастику, общеразвивающие упражнения, танцевальные упражнения. Можно использовать элементы упражнений из различных оздоровительных систем: аэробика, шейпинг и др.

Перед занятиями можно применять точечный массаж, антистрессовый массаж, интеллектуальный массаж. Во время занятий необходимо применять физкультминутки, дыхательные упражнения и пальчиковые гимнастики.

Во время утренней прогулки полезны дыхательные гимнастики, включающие мышечные упражнения, оздоровительная ходьба и бег.

Перед сном проводить релаксации, саморегуляции. После сна - гимнастику пробуждения, дыхательную гимнастику, пальчиковую гимнастику, ходьбу с использованием нестандартного физкультурного оборудования (предупреждение плоскостопия, исправление (профилактика) осанки, сколиоза).

В конечном итоге всё это можно свести к трём главным правилам всех здоровьесберегающих технологий. Это достаточная индивидуальная умственная нагрузка, обеспечение условий для преобладания положительных эмоциональных впечатлений и полное удовлетворение потребности в движении.

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

От того, насколько здоровы наши дети, зависит будущее современного общества. Именно в детстве закладывается и фундамент здоровья ребенка, происходит интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, а также необходимые навыки и привычки, приобретаются базовые физические качества, без которых невозможен здоровый образ жизни. Доказано, что система профилактических мероприятий по формированию здоровья подрастающего поколения может быть эффективной только в том случае, если она охватывает все стороны жизнедеятельности ребенка и реализуется последовательно в течение всего периода детства, а не только в детском саду.

СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ДООУ

Овечкина Алевтина Анатольевна
воспитатель
МДОУ ДС "Ёлочка" г. Краснослободск

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании - это технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования. Задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

Актуальность определяется тем, что в новых федеральных государственных образовательных стандартах огромное внимание уделяется вопросам здоровьесбережения.

Теоретическую и научную основу здоровьесбережения заложили выдающиеся русские физиологи И.М.Сеченов, А.А.Ухтомский, И.П.Павлов, А.И.Аршавский. Здоровьесберегающие образовательные технологии, по определению Н.К.Смирнова, все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у детей культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Классификация здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании – определяется по доминированию целей и решаемых задач, а также ведущих средств здоровьесбережения и здоровьесобогащения субъектов педагогического процесса в детском саду. В связи с этим можно выделить следующие виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

- медико-профилактические;
- физкультурно-оздоровительные;
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- здоровьесбережения и здоровьесобогащения педагогов дошкольного образования;
- валеологического просвещения родителей;
- здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду.

Виды здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании:

Медико-профилактические технологии в дошкольном образовании – технологии, обеспечивающие сохранение и преумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДООУ в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним относятся следующие технологии: организация

мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды в ДОУ.

Физкультурно-оздоровительные технологии в дошкольном образовании – технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья дошкольников: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др.

Реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОУ в условиях специально организованных форм оздоровительной работы.

Здоровьесберегающие технологии, технологии сохранения и стимулирования здоровья:

Стретчинг – не раньше, чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. Со среднего возраста в физкультурном или музыкальном залах, либо в групповой комнате, в хорошо проветренном помещении специальные упражнения под музыку. Рекомендуется детям с вялой осанкой и плоскостопием.

Динамические паузы – во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

Подвижные и спортивные игры – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В детском саду мы используем лишь элементы спортивных игр.

Релаксация – в любом подходящем помещении, в зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп. Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы. В нашем детском саду создан специальный релаксационный кабинет.

Гимнастика пальчиковая – с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).

Гимнастика для глаз – ежедневно по 3-5 мин. В любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младше-

го возраста. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.

Гимнастика дыхательная – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.

Динамическая гимнастика – ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. Гимнастика корригирующая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей.

Гимнастика ортопедическая – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Рекомендуется детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы.

Технологии обучения здоровому образу жизни:

Физкультурное занятие – 2-3 раза в неделю в спортивном или музыкальном залах. Ранний возраст - в групповой комнате, 10 мин. Младший возраст – 15-20 мин., средний возраст – 20-25 мин., старший возраст – 25-30 мин. Перед занятием необходимо хорошо проветрить помещение.

Проблемно-игровые (игротренинги и игротералия) – в свободное время, можно во второй половине дня. Время строго не фиксировано, в зависимости от задач, поставленных педагогом. Занятие может быть организовано незаметно для ребенка, посредством включения педагога в процесс игровой деятельности.

Коммуникативные игры – 1-2 раза в неделю по 30 мин. Со старшего возраста. Занятия строятся по определенной схеме и состоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.

Занятия из серии «Здоровье» -1 раз в неделю по 30 мин. Со старшего возраста. Могут быть включены в сетку занятий в качестве познавательного развития.

В утренние часы проведение точечного самомассажа. Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое время дня. Проводится строго по специальной методике. Рекомендуется детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями органов дыхания. Используется наглядный материал (специальные модули).

Коррекционные технологии:

Технологии музыкального воздействия – в различных формах физкультурно-оздоровительной работы; либо отдельные занятия 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных целей. Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.

Сказкотерапия – 2-4 занятия в месяц по 30 мин. со старшего возраста. Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может

быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, группа детей, а остальные дети повторяют за рассказчиками необходимые движения.

Технологии воздействия цветом – как специальное занятие 2-4 раза в месяц в зависимости от поставленных задач. Правильно подобранные цвета интерьера в нашей группе снимают напряжение и повышают эмоциональный настрой ребенка.

Психогимнастика – это инновационная здоровьесберегающая технология, которая используется для развития эмоциональной сферы ребёнка и укрепления его психического здоровья.

Су-Джок терапия – набирающая популярность инновационная здоровьесберегающая технология. Особенность Су-Джок терапии заключается в использовании специальных массажных мячей и колечек (можно приобрести в аптеке) в различных видах деятельности.

Кинезиологические упражнения («Гимнастика мозга») улучшают внимание и память, формируют пространственные представления. Кинезиологические упражнения влияют не только на развитие умственных способностей, но и позволяют выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы возможностей его мозга. Вот пример кинезиологического упражнения: Кинезиологическая сказка «Два котенка»

Используемые в комплексе здоровьесберегающие технологии в итоге формируют у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Закаливание, важное звено в системе физического воспитания детей. Оно обеспечивает тренировку защитных сил организма, повышение его устойчивости к воздействию постоянно изменяющихся условий внешней среды. Закаливание дает оздоровительный эффект только при условии его грамотного осуществления и обязательного соблюдения следующих принципов:

Любая закаливающая процедура дает положительный результат только в комплексе закаливающих мероприятий, проводимых в повседневной жизни ДОУ. Необходимо составить программу закаливания по каждой группе с учетом возраста, группы здоровья детей, разработать схему индивидуальных программ закаливания на год, где отражается перечень закаливающих мероприятий, проводимых в течение дня. Программа согласовывается с врачом дошкольного учреждения и утверждается заведующим ДОУ.

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

Если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поко-

ление будет более здоровым и развитым не только физически, но и лично, интеллектуально, духовно.

Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех ее свойств и качеств.

МАССАЖ - ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Спиридонова Ирина Александровна

воспитатель

МБДОУ "Детский сад № 323" г. о. Самара

Формирование, сохранение и укрепление здоровья детей - одна из основных задач дошкольного образования. Дошкольный возраст является важнейшим этапом в формировании физического и психического **здоровья ребенка**. **Здоровье** рассматривается как полное физическое, психическое и социальное благополучие, как гармоничное состояние организма, которое позволяет ребенку быть активным в различной деятельности.

В здоровьесберегающем пространстве детского сада особое место занимает **физкультурно-оздоровительная** работа, которая ведется с применением здоровьесберегающих технологий.

Здоровьесберегающие технологии в образовании - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленная на сохранение **здоровья** ребенка на всех этапах его обучения и развития.

В учебно-воспитательный процесс включены физкультурные занятия в зале и на свежем воздухе, утренняя гимнастика, спортивные мероприятия. Используются такие технологии, как дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз, физкультминутки и динамические паузы, пальчиковая гимнастика, самомассаж, релаксация.

В работе с детьми 2-3 лет, я применяю разнообразные массажные упражнения, направленных на оздоровление детского организма. Массаж является эффективным и универсальным средством здоровьесберегающих технологий. Элементы массажа включаю в зарядку, во время утреннего сбора, провожу в виде занятия или в виде физкультминутки во время занятия. Весёлые стихи и музыкальное сопровождение, игровая форма и яркие образы делают массаж доступным и интересным для детей.

Приведу примеры некоторых упражнений:

1. Пальчиковые упражнения

- «Пальчики здороваются» - подушечки пальцев соприкасаются с большим пальцем (правой, левой руки, двух рук одновременно).

- «Распускается цветок» - из сжатого кулака поочерёдно «появляются» пальцы.

Также, сюда относятся упражнения на изображение различных предметов, животных, птиц - «Замок», «Комарик», «Лодочка».

2. Самомассаж кистей и пальцев рук.

В данных упражнениях используются традиционные для массажа движения - поглаживания, разминание, растирание, пощипывание, махание.

- «Помоем руки под горячей струёй воды» - движение, как при мытье рук.

- «Надеваем перчатки» - большим и указательным пальцами правой и левой руки растираем каждый палец левой руки, начиная с мизинца, сверху вниз. В конце растираем ладонь.

- «Согреем руки» - движения, как при растирании рук.

- «Гуси щиплют травку» - пальцы правой руки пощипывают кисть левой.

Для более эффективного самомассажа кисти рук используются каштан, шестигранный карандаш, массажный мячик и т.д.

3. Массаж карандашами.

- «Добываем огонь» - прокатывание карандаша между ладонями.

- «Пианино» - прижимай карандаш на столе кончиком каждого пальца.

- «Раскатаем тесто», «Обведи ладошку», и др.

4. Массаж рук колечками.

Колечко надеваем (и снимаем) на каждый пальчик левой руки, затем на каждый пальчик правой руки.

5. Массаж грецкими орехами или каштанами.

- Катать два ореха между ладонями.

- Прокатывать один орех между ладонями.

- Удерживать несколько орехов между растопыренными пальцами ведущей руки.

- Удерживать несколько орехов между пальцами обеих рук.

6. Массаж «Пять маленьких лекарей». Это самомассаж пальчиков.

На зонах пальцев есть представительство всего организма: массаж большого пальца способом растирания повышает деятельность головного мозга, указательного - деятельность желудка, среднего - положительно влияет на работу кишечника, безымянного - нормализует функцию печени, мизинца - стимулирует работу сердца.

7. Массаж ладоней массажными шариками по методу Су - Джок терапии.

Су - Джок терапия оказывает воздействие на биоэнергетические точки с целью активизации защитных функций организма, вызывая улучшение самочувствия, снимая стресс, усталость и болевые ощущения, повышая общий тонус организма. С помощью шарика - «ёжика» дети массируют пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влия-

ние на весь организм, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук.

8. Пальчиковые дорожки, пальчиковые игрушки - тантамарески и сенсорные мешочки отлично разрабатывают чувствительность, гибкость и ловкость пальцев.

9. «Сухой бассейн» с разными крупами и природным материалом применяем как для массажа рук, так и для массажа стоп. Для наполнения используем фасоль, пшено, песок, каштаны, пробки.

10. Массажные дорожки и коврики для предупреждения плоскостопия.

Воздействие на точки стоп осуществляется при хождении по ребристым дорожкам. Массажным коврикам, а также с помощью мячиков.

11. Самомассаж ушных раковин для детей групп раннего возраста состоит из 4 простых упражнений:

- «Загибаем ушки»: Загнуть вперед ушные раковины, прижать их к голове. Отпустить, ощущая хлопок (4-6 раз).

- «Потянем ушки»: Потянуть мочки ушей вниз (4-6 раз). Такое потягивание ушной мочки件 полезно при закаливании горла и полости рта (на ней расположены рефлексогенные зоны миндалин и полости рта).

- «Подавим ушки»: Массаж козелка: подавить козелок, отпустить (до 10 раз)

- «По дорожке»: Поставить пальчик на «дорожку» по краю ушек, водить вверх - вниз (4-6 раз). Улучшение гибкости ушных раковин способствует общему укреплению здоровья.

12. Игровой самомассаж. При выполнении упражнений самомассажа в игровой форме, с музыкальным сопровождением, у детей появляется хорошее настроение, интерес к новым действиям и ощущениям. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Для детей самомассаж - это и профилактика простудных заболеваний. Он благоприятствует психоэмоциональной устойчивости к физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм. Самое главное, массаж положительно влияет на нервную систему малыша, помогает снять общую усталость, помогает всем органам и системам работать бесперебойно и эффективно.

Игровой самомассаж затрагивает разные части тела: спину, руки и ноги, лицо и шею. Каждый ребенок делает массаж сам себе, либо, располагаясь друг за другом, массируют спинку соседу.

Будьте здоровы, малыши!

ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РАЗВИВАЮЩИЙ ПРОЕКТ «ЛАДУШКИ-ЛАДОШКИ»

Шпакова Ольга Петровна

воспитатель

МБУ ЦППМСП «Лабиринт» РМЭ, г. Волжск

(Использование элементов «Су-Джок» терапии в НОД ДОУ»)

Актуальность

Сохранение и укрепление здоровья дошкольников – одна из актуальнейших проблем нашего времени. Хорошее здоровье – один из главных источников счастья и радости человека, неоценимое его богатство, которое медленно и с трудом накапливается, но которое можно быстро потерять.

Исследования, проведённые НИИ гигиены и охраны здоровья детей показали, что за последние 10 лет количество детей с хронической патологией увеличилось в 2 раза, а количество детей, не имеющих отклонений в здоровье, снизилось в 3 раза. Если 10 лет назад мы говорили о здоровом и крепком поколении, то в настоящее время можем только мечтать о целостно – здоровом ребёнке. Не случайно поддержка и сохранение здоровья как детского, так и взрослого населения сегодня является стратегическим направлением государственной политики, одним из национальных проектов.

В нормативных документах РФ (приказ Минобразования, Минздрава, Госкомспорта, РАО от 16.07.2002 г. № 2715/227/166/19 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации») подчеркивается приоритетность физического воспитания.

Поэтому понимая государственную значимость работы по формированию, укреплению, сохранению здоровья своих воспитанников мы – педагоги МБУ ЦППМСП «Лабиринт» целенаправленно работаем над созданием благоприятного здоровьесберегающего пространства, ищем новые современные методы и приемы, адекватные возрасту дошкольников, используем в работе передовой опыт. Крайне важно и необходимо решать подобные задачи с оздоровления семьи и, соответственно с детьми раннего возраста. Актуальная тема для разговора среди родителей во все времена - это здоровье ребёнка. Здоровье нельзя удерживать лекарствами. Есть другое средство – движение. Физические упражнения, движение должны прочно войти в быт каждого человека, который хочет сохранить своё здоровье, работоспособность и здоровье своего ребёнка.

В последние годы в нашем образовательном учреждении активно внедряются здоровьесформирующие и здоровьесберегающие технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обога-

щения здоровья субъектов педагогического процесса: детей, педагогов и родителей.

Познакомившись с различными здоровьесберегающими технологиями, я выбрала «Су-Джок» терапию.

«Су-Джок» терапия – метод лечения воздействием на кисть и стопы – относится к наилучшим методам самопомощи, известным в настоящее время.

Этот метод проверенный исследованиями и доказавший свою эффективность и безопасность. Он основан на том, что каждому органу человеческого тела соответствуют биоактивные точки, расположенные на кистях и стопах. Воздействуя на эти точки, можно избавиться от многих болезней или предотвратить их развитие.

Программа проекта

Цель: Создание системы работы по формированию у детей и родителей навыков здорового образа жизни через применение современных педагогических, здоровьесберегающих технологий («Су-Джок» терапия).

Задачи

- Изучить и проанализировать специальную литературу по данной теме.
- Наметить основные направления, методы в соответствии с возможностями, потребностями и интересами детей.
- Повысить уровень компетентности педагогов и родителей в вопросах оздоровления и развития детей раннего возраста по системе «Су-Джок».

Реализация проекта: один учебный год

Вид проекта: краткосрочный.

Объект: здоровьесберегающая технология «Су-Джок»

Субъект: дети

Гипотеза:

Воспитание здорового образа жизни детей будет более успешным, если:

- Разработать и внедрить комплекс профилактических и коррекционно-оздоровительных упражнений с использованием «Су-Джок» терапии в деятельности группы кратковременного пребывания, как фактора общего укрепления организма детей;

Привлечь родителей к процессу укрепления и развития организма детей через применение профилактических и оздоровительных упражнений в семье.

Реализация проекта: работа с детьми

Содержание деятельности	Цели, задачи
Диагностическое обследование психомоторного развития детей второго года жизни. Шкалы психомоторного развития А.Гезелла	Получение достоверных данных об уровне психомоторного развития ребенка в области здоровья, физкультуры

IT-Перемена. Всероссийская педагогическая конференция
 «Современные здоровьесберегающие технологии
 в образовательной организации» — 2023

Подбор методической и художественной литературы, наглядного материала.	Анализ научно-методической литературы
<u>Образовательная область «Здоровье»</u> Динамические паузы (приложение1)	Обучение элементам упражнений
<u>Образовательная область «Физическая культура», «Социализация»</u> Оздоровительно-развивающие игры: С использованием массажного мячика: (приложение 2) «Мячик», «Ёжик», «Зайки» «Медведица», «Шарик», «Слива», «Компот», «Ветер» «Коза», «Птица», «Ёлка» «Машина каша», «Колечко» «Месим тесто», «Машина». С использованием массажного кольца: (приложение3) «Вышли пальчики гулять» «Лесной дом», «Гриб» «Новые кроссовки», «Семья» «Пальчики», «Мальши» «Сидит белка на тележке»	Обеспечение здоровья детей посредством развития дыхательной, сердечно-сосудистой и нервной мышечной систем. Стимулирование обменных процессов организма через включение элементов «Суджок» терапии в подвижные игры и режимные моменты. Увеличить энергозатраты и улучшить деятельность сердечно-сосудистой системы. Укреплять мышцы пальцев рук. Активизация кровообращения. Стимуляция работы внутренних органов. Активизация зон коры головного мозга с целью профилактики и коррекции речевых нарушений, поскольку стимуляция биоэнергетических точек способствует созреванию нервных клеток и их активному функционированию.
<u>Образовательная область «Здоровье»</u> Развитие движений	Побуждать детей к двигательной активности, содействовать развитию основных движений.
Подведение итогов	Обсуждение результатов работы.
Диагностическое обследование психомоторного развития детей второго года жизни. Шкалы психомоторного развития А.Гезелла	Получение достоверных данных об уровне психомоторного развития ребенка в области здоровья, физкультуры

Работа с родителями:

Содержание деятельности	Цели, задачи
Анкетирование родителей	Определение у родителей уровня знаний по здоровьесберегающим технологиям
Подбор методической и художественной литературы	Анализ научно-методической литературы

Собрание «Массаж пальцев»	Ознакомление родителей с методами и приемами «Су-Джок» терапии.
Мастер-класс для родителей: «Обучение родителей методам и приёмам Су-Джок» терапии»	Распространение опыта работы с детьми раннего возраст профилактические и коррекционно-оздоровительные упражнения с использованием «Су-Джок» терапии.
Анкетирование родителей	Определение у родителей уровня знаний по здоровьесберегающим технологиям
Круглый стол по результатам проведённой работы	Обсуждение результатов работы.

Планируемые результаты:

- внедрение комплекса оздоровительных упражнений в деятельность;
- снижение заболеваемости и повышение уровня здоровья детей;
- повышение уровня профессионального мастерства по ЗОЖ у родителей.

Литература:

1. Стамбулова Н.Б. Опыт использования специальных физических упражнений для развития некоторых психических процессов у младших школьников. – М., 1977.
2. Серебрякова Н.В. Диагностическое обследование детей раннего и младшего дошкольного возраста. – М., 1990.
3. Наталья Панина. Практика нового образа жизни. Су-Джок терапия. – М., Рипол классик, 2013.

Приложение 1

Динамические паузы.

•Упражнение «Повтори за мной»

Цель: развивать произвольное внимание и умение имитировать слова стихотворения.

Под весёлую музыку дети повторяют за воспитателем движения:

Хлопаем в ладоши.

Топаем ногами.

Машем руками и приземляем их на голову.

Крутимся на одном месте.

Перекрещиваем руки и прижимаем их к груди.

•Игра «Птички и ветер»

Цель: развивать произвольное внимание и умение имитировать слова стихотворения.

- Видите, какие птички. Все вкусные калачи съели. Нам только бананочки оставили. Давайте мы тоже станем птичками и поиграем. Мы будем летать по лесу, а когда подует ветер – спрячемся в свои дупла (на полу обручи).

- **«Самолёты»** Цель: развивать произвольное внимание.
- Сейчас мы станем самолётами.

Самолёты загудели,
Самолёты полетели.
На полянку тихо сели.
Да и снова полетели.

- **«Солнышко»**

Цель: развивать координацию движений и общую моторику.
Солнышко, вёдрышко!
Выгляни в окошко!
Солнышко, нарядись!
Красное покажись.

Приложение 2.

Упражнения с массажным мячом.

«Мячик»

(Дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом.)

Я мячом круги катаю,
Взад - вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошку.
Будто я сметаю крошку,
И сожму его немножко,
Как сжимает лапу кошка,
Каждым пальцем мяч прижму,
И другой рукой начну.

Прокатывание шарика по дорожкам различной конфигурации.

«Ёжик»

Берём 2 массажные шарика и проводим ими по ладоням ребёнка (*его руки лежат на коленях ладонями вверх*), делая по одному движению на каждый ударный слог:

Гладь мои ладошки, ёж!
Ты колючий, ну и что ж!
Потом ребёнок гладит их ладошками со словами:
Я хочу тебя погладить,
Я хочу с тобой поладить.

«Зайки»

На поляне, на лужайке */катать шарик между ладонями/*
Целый день скакали зайки */прыгать по ладошке шаром/*
И катались по траве, */катать вперед – назад/*
От хвоста и к голове.

Долго зайцы так скакали, */прыгать по ладошке шаром/*
Но напрыгались, устали. */положить шарик на ладошку/*
Мимо змей проползали, */вести по ладошке/*

«С добрым утром!» - им сказали.

Стала гладить и ласкать

Всех зайчат зайчиха-мать. /*гладит шаром каждый палец/*

Приложение 3

Упражнения с массажным кольцом.

Пружинные кольца надеваются на пальчики ребенка и прокатываются по ним, массируя каждый палец до его покраснения и появления ощущения тепла, проговаривая стихотворение. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

«Вышли пальчики гулять»

Раз – два – три – четыре – пять, (разгибать пальцы по одному)

Вышли пальцы погулять,

Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.

Этот пальчик для того, чтоб показывать его.

Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.

Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.

Этот малыш-Илюша, (на большой палец)

Этот малыш-Ванюша, (указательный)

Этот малыш-Алеша, (средний)

Этот малыш-Антоша, (безымянный)

А меньшего малыша зовут Мишуткою друзья. (мизинец)

На левой руке:

Эта малышка-Танюша, (на большой палец)

Эта малышка-Ксюша, (указательный)

Эта малышка-Маша, (средний)

Эта малышка-Даша, (безымянный)

А меньшую зовут Наташа. (мизинец)

Ребенок катает шарик между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию звука Ж.

мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.

Лесной дом

У лисы в лесу глухом
Есть нора — надежный дом.
Не страшны зимой метели
Белочке в дупле на ели.
Под кустами еж колючий
Нагребает листья в кучу.
Из ветвей, корней, коры
Хатки делают бобры.
Спит в берлоге косолапый,
До весны сосет там лапу.
Есть у каждого свой дом,
Всем тепло, уютно в нем.

Массаж пальцев кольцом на обеих руках: по два пальца (мизинец – мизинец, безымянный – безымянный...) на каждое двуступище.

«Дом» - ладошки направлены под углом, кончики пальцев соприкасаются.

Гриб

Этот пальчик в лес пошел.
Этот пальчик гриб нашел.

Массаж пальцев кольцом, начиная с мизинца.

Этот пальчик чистить стал.
Этот пальчик жарить стал.
А этот пальчик все съел,
Оттого и потолстел.

Начальное общее образование

ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭКСКУРСИЙ ПО МЕСТАМ БОЕВОЙ СЛАВЫ В КОНТЕКСТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ФУНКЦИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Кудрявцева Инна Александровна

учитель начальных классов

Областное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Школа-интернат № 2 им. Г. А. Карманова" г. Курска

*Детство – каждодневное открытие мира и поэтому надо сделать
так, чтобы оно стало, прежде всего, познанием человека
и Отечества, их красоты и величия.*

В. А. Сухомлинский

Уважение к своей стране, к ее национальным традициям, истории и богатой культуре является основой любого воспитания. Сοгласитесь, что невозможно вырастить настоящего гражданина и достойного человека без уважительного, трепетного отношения к своим истокам. Каждая травинка, полевой цветок, нежный шелест ветра напоминают нам о Родине. Мы росли и учились любить свою страну и уважать традиции и национальные особенности народов, которые ее населяют.

Изменения, которые произошли в последние десятилетия в России, сопровождающиеся изменениями в социально-экономической и политической сферах жизни общества, привели к значительной дифференциации населения и потере духовных ценностей. Эти изменения снизили воспитательный потенциал российской культуры, искусства, образования как важнейших факторов формирования чувств патриотизма. Следовательно, возникла необходимость создания реальных условий, способствующих формированию патриотических качеств личности.

Патриотическое воспитание младших школьников должно стать той объединяющей силой, которая сможет вырастить поколение настоящих патриотов, любящих свою Родину не на словах, а на деле.

«БЕЗ ПРОШЛОГО НЕТ БУДУЩЕГО,» - гласит народная мудрость, а будущее – это дети, которых надо воспитывать на героическом прошлом нашего народа.

Школа должна ориентировать детей на пробуждение и развитие духовности, нравственности, патриотического сознания, высокой гражданственности, способности отдать знания и энергию на благо Родины.

Воспитание чувства патриотизма у школьников – процесс длительный и сложный. Без любви к Родине невозможно построить сильную Россию. Без уважения к собственной истории, к делам и традициям старшего поколения нельзя вырастить достойных граждан.

Учащиеся должны гордиться, что родились в великой стране, стремиться сохранять её богатства и красоту, гордиться её героическим прошлым, своими предками, любить свой народ. Они должны знать историю своей малой родины, людей, отстаивших свободу, историю своей семьи.

Работая с детьми в данном направлении, своей **основной целью** ставлю формирование у подрастающего поколения любви к Родине, к родному краю, бережного отношения к народным традициям, обычаям, уважения к историческому прошлому страны, воспитание у детей патриотизма, формирование гражданских позиций.

Ее достижение становится возможным через решение **следующих задач:**

1.Формирование черт характера, которые помогут ребенку стать человеком и гражданином своей страны.

2.Углубление знаний о Родине, своем родном крае, месте рождения.

3. Пробуждать желания знакомиться с историей своей семьи.

4.Углубление знаний об истории, традициях, культуре, святынях России.

5.Воспитание уважения к защитникам Отечества.

6.Воспитание преданности Отчизне, готовности к защите Родины, верности боевым и трудовым традициям старшего поколения;

7. Развивать желание быть полезным в семье, школе, своему народу, участвовать в общественно-полезном труде.

Привитие общечеловеческих норм нравственности является важнейшим этапом формирования гражданственности, воспитания Гражданина России.

Я каждый год со своими детьми провожу классные и внеклассные мероприятия, направленные на патриотическое воспитание. Цель проведения таких мероприятий состоит в осмыслении значимости определённых событий для истории России.

Для работы с детьми в школе использую различные формы работы: классные часы; встречи с ветеранами войны и труда; викторины; коллективные творческие дела; смотры-конкурсы, выставки; соревнования; экскурсии; трудовые дела; уроки мужества, гражданственности.

Работа в классе по патриотическому воспитанию ведётся по направлениям:

• *Историко-краеведческое.*

Неоценимое значение в воспитании патриотических чувств имеют посещение Мемориального комплекса «Памяти павших в годы Великой Отечественной войны 1941-1945г.», Мемориального комплекса «Курская дуга». После таких экскурсий дети не остаются равнодушными. Десятки вопросов – самых неожиданных и разнообразных, рождаются в умах и душах детей.

• *Военно-патриотическое.*

Проведён «Урок мужества. Подвиг Блокадного Ленинграда».

Ко Дню Победы дети готовились к конкурсу чтецов, учили стихи на тему «По дорогам войны», делали открытки и рисунки на военную тему. В классе была выпущена газета «Помнит сердце, не забудет никогда».

проведена беседа «Это надо не мёртвым, это надо живым...»

Дети принимают участие в акциях «Окна Победы», возлагают к подножию памятника цветы.

В преддверии празднования Защитника Отечества ребята класса собирали информацию о своих родственниках: братьев, отцов, дедов. Каждый рассказал о прохождении их службы.

Проведена беседа «Международный день родного языка».

В рамках празднования Дня космонавтики прошёл единый классный час «День космонавтики».

• *Спортивно-патриотическое.* Направлено на развитие морально-волевых качеств, воспитание силы, ловкости, выносливости, стойкости, мужества, дисциплинированности в процессе занятий физической культурой и спортом, формирование опыта служения Отечеству и готовности к защите Родины.

Мой опыт работы показывает, что патриотические чувства детей воспитывает не только глубокое изучение прошлого своей страны, своего родного края, его природы, достопримечательностей, но и ясное знание и выполнение сегодняшних трудовых дел и свершений. Тот любит горячо Родину, кто уже с детских лет стремится практическими делами внести свой вклад в её укрепление, могущество, рассвет. И мы должны убеждать детей в том, что патриотический долг выполняется всюду: не только на войне, но и в труде, учёбе, в бережном отношении к природе. Будут ли они защищать свою Родину в бою, честно работать у станка, сознательно учиться, помогать людям, оберегать родную природу – во всём этом и проявляются их патриотические чувства и дела.

Хочется надеяться, что мой скромный каждодневный труд приобретёт значимость в дальнейшей жизни моих учащихся. Что они, став взрослыми людьми, свою любовь к родному краю передадут своим детям, внукам, что мои ученики будут жить и работать на благо и во имя Родины.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

Морозова Татьяна Викторовна

учитель начальных классов

Областное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Школа-интернат № 2 им. Г. А. Карманова" г. Курска

«Здоровье – не всё, но всё без здоровья – ничто».

Сократ

В соответствии с законом Российской Федерации «Об образовании» здоровье человека отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования. Здоровье детей и подростков в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества и, наряду с другими демографическими показателями, является чутким барометром социально-экономического развития страны.

Здоровье ребёнка, его психическое и физическое развитие, социально-психологическая адаптация в значительной степени определяются условиями его жизни, и, прежде всего, условиями жизни в школе. Именно на годы обучения ребёнка в школе приходится период интенсивного развития организма.

И хотя образовательная функция школы по-прежнему остаётся ведущим аспектом её деятельности, важным фактором в оценке степени и качества обученности становится здоровье школьников.

Разработка эффективных мер по укреплению здоровья детей и подростков имеет исключительное значение для современной общеобразовательной школы. Установление гармонической связи между обучением и здоровьем обеспечивает качественный сдвиг в сторону повышения эффективности учебного процесса, то есть осуществление комплексного подхода к проблеме и имеет прямое отношение к обучению.

Перед школой стоит задача создания условий для сохранения здоровья учащихся, то есть создания механизма здоровьесберегающей среды.

Существует более 300 определений понятия «здоровье». Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, «здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов».

Физическое здоровье – это:

1) совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде (педагогическое определение);

2) состояние роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции (медицинское определение).

Психическое здоровье – это:

1) высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности (педагогическое определение);

2) состояние психической сферы, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция (медицинское определение).

Социальное здоровье - это здоровье общества, а также окружающей среды для каждого человека.

Нравственное здоровье - это комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информативной сферы в жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе.

Духовное здоровье - система ценностей и убеждений.

Здоровье формируется в результате взаимодействия внешних (природных и социальных) и внутренних факторов.

Среди причин явного неблагополучия со здоровьем учащихся отметим так называемые внутришкольные факторы.

1. уровень учебной нагрузки на организм учащихся;
2. состояние лечебно-оздоровительной работы в школе;
3. состояние внеурочной воспитательной работы в школе;
4. уровень психологической помощи учащимся;
5. состояние микроклимата в школе и дома.

К числу школьных факторов риска относятся: интенсификация учебного процесса, несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников, нерациональная организация учебной деятельности, низкая функциональная грамотность педагогов и родителей в вопросах охраны и укрепления здоровья учащихся. Сила влияния школьных факторов риска определяется тем, что они действуют комплексно и системно; длительно и непрерывно.

Анализ здоровьесберегающей деятельности общеобразовательных учреждений показывает, что существующие модели включают следующие формы и виды деятельности:

1) коррекции нарушений соматического здоровья с использованием комплекса оздоровительных и медицинских мероприятий без отрыва от учебного процесса;

2) различные формы организации учебно-воспитательного процесса с учётом его воздействия на организм учащихся;

3) контроль над соблюдением санитарно-гигиенических норм организации учебно-воспитательного процесса, нормирование учебной нагрузки и профилактика утомления учащихся;

4) систему медико-психолого-педагогического мониторинга состояния здоровья учащихся, физического и психического развития школьников;

5) разработку и реализацию обучающих программ по формированию культуры здоровья и профилактике вредных привычек;

6) службу психологической помощи учителям и учащимся по преодолению стрессов, тревожности, содействия гуманного подхода к каждому ученику, формирования доброжелательности и справедливых отношений в коллективе;

7) организацию и контроль обеспечения сбалансированного питания всех учащихся в школе;

8) мероприятия, направленные на укрепление здоровья школьников и учителей, создание условий для их гармоничного развития.

Комплекс этих мер получил общее название «здоровьесберегающие технологии».

«Здоровьеформирующие образовательные технологии», по определению Н.К. Смирнова, - это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

«Здоровьесберегающая технология», по мнению В.Д. Сонькина, - это: «условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания); рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями), соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребёнка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим».

Под здоровьесберегающей образовательной технологией понимают систему, создающую максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.).

Основными компонентами здоровьесберегающей технологии выступают:

1) аксиологический, проявляющийся в осознании учащимися высшей ценности своего здоровья, убежденности в необходимости вести здоровый образ жизни;

2) гносеологический, связанный с приобретением необходимых для процесса здоровьесбережения знаний и умений, познанием себя, своих потенциальных способностей и возможностей, интересом к вопросам собственного здоровья, к изучению литературы по данному вопросу, различным методикам по оздоровлению и укреплению организма;

3) здоровьесберегающий компонент, включающий систему ценностей и установок, которые формируют систему гигиенических навыков

и умений, необходимых для нормального функционирования организма, а также систему упражнений, направленных на совершенствование навыков и умений по уходу за самим собой, одеждой, местом проживания, окружающей средой;

4) эмоционально-волевой компонент, который включает в себя проявление психологических механизмов — эмоциональных и волевых. Необходимым условием сохранения здоровья являются положительные эмоции; переживания, благодаря которым у человека закрепляется желание вести здоровый образ жизни;

5) экологический компонент, учитывающий то, что человек как биологический вид существует в природной среде, которая обеспечивает человеческую личность определёнными биологическими, экономическими и производственными ресурсами;

6) физкультурно-оздоровительный компонент предполагает владение способами деятельности, направленными на повышение двигательной активности, предупреждение гиподинамии. Кроме того, этот компонент содержания воспитания обеспечивает закаливание организма, высокие адаптивные возможности. Физкультурно-оздоровительный компонент направлен на освоение личностно-важных жизненных качеств, повышающих общую работоспособность, а также навыков личной и общественной гигиены.

Подобное выделение компонентов здоровья, в некоторой степени условно, однако позволяет, с одной стороны, показать многомерность взаимовлияний разных проявлений функционирования индивидуума, с другой - более полно охарактеризовать различные стороны жизнедеятельности человека, направленные на организацию индивидуального стиля жизни.

Круг задач здоровьесберегающих технологий включает следующее:

1) объяснение необходимости знаний о здоровье для каждого культурного человека;

2) определение связи между правом человека на здоровье и обязанностью ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;

3) применение знаний о факторах, влияющих на здоровье, риске заболеваний при определенных ситуациях;

4) формирование представлений об управлении здоровьем как сборе и осмыслении информации; принятие решения;

5) способы (методики) самодиагностики состояния здоровья;

6) объяснение влияния антропогенных и природных факторов на здоровье;

7) анализ и оценка образа жизни (своего и семьи), составление индивидуальной программы укрепления здоровья;

8) формирование с детских лет культуры приобретения навыков личной гигиены, двигательной активности, полезных привычек;

8) развитие способности подвергать сомнению существующие ценности и мнения, умения делать правильный выбор и нести за него ответственность.

Поэтому «к основным вопросам, рассматриваемым на занятиях в школе относятся следующие: здоровье и болезни; показатели здоровья, продолжительности жизни; адаптация и дезадаптация; факторы риска для здоровья; самодиагностика здоровья; стресс и его последствия; наследственные болезни и наследственные предрасположения, их предупреждение; биологические ритмы и здоровье; природно-очаговые инфекции; неинфекционные эндемичные болезни; городское поселение как среда жизни; требования к жилым и рабочим помещениям; здоровый образ жизни; болезни цивилизации: гипоксия, утомление, гиподинамия, передание, болезни химической зависимости».

Функции здоровьесберегающих технологий:

1) формирующая: осуществляется на основе биологических и социальных закономерностей становления личности. В основе формирования личности лежат наследственные качества, предопределяющие индивидуальные физические и психические свойства. Дополняют формирующее воздействие на личность социальные факторы, обстановка в семье, классном коллективе, установки на сбережение и умножение здоровья как базы функционирования личности в обществе, учебной деятельности, природной среде;

2) информативно-коммуникативная: обеспечивает трансляцию опыта ведения здорового образа жизни, преемственность традиций, ценностных ориентации, формирующих бережное отношение к индивидуальному здоровью, ценности каждой человеческой жизни;

3) диагностическая: заключается в мониторинге развития учащихся на основе прогностического контроля, что позволяет соизмерить усилия и направленность действий педагога в соответствии с природными возможностями ребенка, обеспечивает инструментально выверенный анализ предпосылок и факторов перспективного развития педагогического процесса.

4) адаптивная: воспитание у учащихся направленности на формирование здорового образа жизни, оптимизация состояния собственного организма и повышение устойчивости организма к неблагоприятным факторам природной и социальной среды. Она обеспечивает адаптацию школьников к социально-значимой деятельности.

5) рефлексивная: заключается в переосмыслении предшествующего личностного опыта, в сохранении и приумножении здоровья, что позволяет соизмерить реально достигнутые результаты;

6) интегративная: объединяет народный опыт, различные научные концепции и системы воспитания, направляя их по пути сохранения здоровья подрастающего поколения.

Типы технологий

1) здоровьесберегающие (профилактические прививки, обеспечение двигательной активности, витаминизация, организация здорового питания);

2) оздоровительные (физическая подготовка, физиотерапия, ароматерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия);

3) технологии обучения здоровью (включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла).

4) воспитание культуры здоровья (факультативные занятия по развитию личности учащихся, внеклассные и внешкольные мероприятия).

Классификация здоровьесберегающих технологий.

По характеру деятельности здоровьесберегающие технологии могут быть как частные (узкоспециализированные), так и комплексные (интегрированные).

По направлению деятельности среди частных здоровьесберегающих технологий выделяют: медицинские (технологии профилактики заболеваний; коррекции и реабилитации соматического здоровья; санитарно-гигиенической деятельности); образовательные, содействующие здоровью (информационно-обучающие и воспитательные); социальные (технологии организации здорового и безопасного образа жизни; профилактики и коррекции девиантного поведения); психологические (технологии профилактики и психокоррекции психических отклонений личностного и интеллектуального развития).

К комплексным здоровьесберегающим технологиям относят: технологии комплексной профилактики заболеваний, коррекции и реабилитации здоровья (физкультурно-оздоровительные и валеологические); педагогические технологии, содействующие здоровью; технологии, формирующие здоровый образ жизни.

Для массового оздоровления должны использоваться эффективные, несложные в осуществлении методы, обеспечивающие максимально полный охват нуждающихся учащихся и в то же время не нарушающих учебного процесса в школе.

Основополагающими формами здоровьесберегающих технологий являются следующие формы:

1) диагностика и проведение мониторинга здоровья детей (ежегодные углубленные медосмотры, выявление отклонений, осмотр специалистами по показаниям здоровья и т.д.);

2) коррекция здоровья при осуществлении образовательного процесса в летний период (выполнение предписанных процедур, увеличение охвата горячим питанием, организация диетического питания, введение в рацион витаминных и йодсодержащих препаратов);

3) профилактическая работа, осуществляемая в целях предупреждения заболеваний, вредных привычек. Она включает в себя психогигиену и психопрофилактику общеобразовательного процесса. Лучшими для решения данной проблемы являются следующие методы: ароматерапия (стимуляция иммунологической реактивности путём воздействия низкими концентрациями летучих фракций эфирных масел); витаминотерапия; профилактика близорукости и спазма аккомодации (зарядка для глаз); оптимальный двигательный режим и лечебная физкультура (по показаниям), антистрессин – йодная профилактика.

4) усиление двигательного режима (проведение физкультминуток в начальных и средних классах, увеличение уроков физкультуры, охват всех нуждающихся детей общей физической подготовкой и корригирующей гимнастикой, творческими кружками);

5) консультативная работа, проводящаяся одновременно с учащимися, учителями и родителями по нескольким направлениям.

В заключении необходимо отметить, что школа со здоровьесберегающей средой – прежде всего, такое образовательное учреждение, в котором обеспечивается равновесие между адаптивными возможностями организма и постоянно меняющейся средой.

Это педагогическая система, в которой должны быть методики обеспечения психолого-медико-социального сопровождения учащихся на каждом возрастном этапе, постоянная диагностика состояния здоровья и мероприятия по формированию здорового образа жизни школьника, эффективная коррекционная и реабилитационная работа, методики включения учащихся в здоровьесберегающую деятельность. Необходимо, чтобы девиз медиков «прежде всего не навреди», стал и девизом педагогов.

В.А.Сухомлинский утверждал, что «Забота о здоровье ребёнка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил ... и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это прежде всего забота о гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества». Продолжая мысль великого педагога, можно добавить: задача учителя состоит в том, чтобы создать условия для включения ребёнка в процесс творчества и найти методы, адекватные его психофизиологическим особенностям, способствующие формированию позитивного мышления, исключаящего созависимость как фактор унижения ребёнка. Валеология – наука о здоровье – применительно к человеку – «это гармония сгармонизированной личности, гармонизация – это процесс, в результате которого достигается состояние гармонии».

Дополнительное образование

МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ СПОРТИВНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО МЕРОПРИЯТИЯ

Субботина Светлана Геннадьевна

педагог-организатор

МАУ ДО ЦРТДиЮ МО Кандалакшский район

Спорт (англ. sport, сокращение от первоначального старофранц. desport — «игра», «развлечение») — организованная по определённым

ным правилам деятельность людей, состоящая в сопоставлении их физических и (или) интеллектуальных способностей, а также подготовка к этой деятельности и межличностные отношения, возникающие в её процессе [Материал из Википедии — свободной энциклопедии].

Спортивные мероприятия – спортивные соревнования, а также тренировочные и другие мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям с участием спортсменов [Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 28.07.2012, с изм. от 03.12.2012) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации"]

Организация и проведение любого спортивного мероприятия требует предварительной подготовки.

На подготовительном этапе решаются следующие задачи:

- определение формата мероприятия и тематики, места проведения, даты и времени;
- постановка целей и задач мероприятия;
- определение команды для организации и проведения мероприятия и распределение ролей (большое спортивно-оздоровительное мероприятие муниципального уровня невозможно провести в одиночку, в подготовке и проведении мероприятия принимают участие педагоги и сотрудники МАУ ДО ЦРТДиЮ, волонтеры);
- определение участников (ведущих, помощников, жюри и т.д.);
- составление сметы мероприятия;
- приобретение грамот и призов;
- согласование с администрацией мо Зеленоборский;
- детальное планирование мероприятия;
- поэтапная реализация планов (до начала мероприятия) и их корректировка;
- разработка сценария, продумывание спортивных эстафет, их названий и содержания в соответствии с тематикой мероприятия (спортивная направленность предполагает также создание в процессе игр условий, которые требуют от участников проявления физических и волевых качеств: силы, ловкости, быстроты, выносливости, инициативы, смелости и решительности, имеющих значение для укрепления здоровья, формирования здорового образа жизни);
- определение критериев оценки выполнения заданий, системы подведения итогов;
- подбор музыкального сопровождения;
- подготовка и репетиции номера для открытия мероприятия;
- приглашение членов жюри;
- подготовка и распространение информации – реклама мероприятия (афиши на улицах и учреждениях поселка, соц.сети, сайты образовательных организаций);
- подготовка необходимого оборудования и спортивного инвентаря;
- оформление места проведения мероприятия.

Структура основного этапа – непосредственное проведение мероприятия:

- регистрация участников, комплектование команд, выбор капитанов, названия команд;
- построение участников;
- открытие мероприятия;
- приветствие участников;
- представление помощников команд и жюри;
- объяснение правил соревнований и системы оценки;
- спортивные состязания (эстафеты);
- подведение итогов, награждение.

Открывает мероприятие спортивно-танцевальная композиция в исполнении детского объединения физкультурно-спортивной направленности «Аэробика» МАУ ДО ЦРТДиЮ или зарядка, разминка.

Спортивное мероприятие начинается с представления команд, помощников и жюри.

В первой же части мероприятия участникам должна быть объяснена система подсчёта очков и выявления победителей, а также правила состязаний и каким способом будет штрафоваться команда за каждую ошибку. При объяснении каждого задания оговаривается, как определяется результат.

Желательно подготовить стенд, где будут записываться все результаты. Основная часть мероприятия включает в себя чередование состязаний между командами. Эстафеты проводятся под музыкальное сопровождение, что способствует повышению эмоционального фона.

Чтобы участники соревновались сознательно и активно, необходимо создать у них правильное представление о выполняемом задании. Все задания должны объясняться чётко и доступно, чтобы в сознании участников возникли нужные образы. Объяснение следует сочетать с показом задания.

Все эстафеты, конкурсы должны соответствовать возрасту и уровню физической подготовленности учащихся. Задания должны быть такой трудности, чтобы и дети, и взрослые, приложив достаточно усилий, могли преодолеть препятствия на пути к достижению цели. Задания, при выполнении которых участники не сталкиваются с преодолением трудностей, не прилагают усилия, не заинтересовывают детей, и не имеют педагогической ценности, т.к. не развивают волевые качества и способности учащихся.

У ведущего праздника есть помощники, которые помогают представлять и убирать инвентарь, показывать задания и эстафеты, обеспечивают музыкальное сопровождение. Объясняя и показывая каждое задание, ведущий сразу оговаривает правила выполнения и указывает за какие нарушения, будет штрафоваться команда.

На мероприятии работает жюри, которое подводит итоги каждого задания, конкурса. Подводить итоги необходимо и по ходу праздника и

в конце. После каждой эстафеты, конкурса ведущий может сам подвести итог и оценить в целом выступление команд. Предоставлять слово жюри разумнее после 2-3 эстафет, чтобы не превращать состязания в сплошные выступления взрослых.

Подводя итоги праздника обязательно надо наградить все команды. Проигравшим надо вручить поощрительные грамоты, чтобы все ушли в приподнятом настроении. Награждение должно проходить торжественно и весело.

Во время проведения праздника ярко проявляются личности участников. Поэтому организатор должен следить за участниками и вовремя предотвращать недостаточную организованность, чрезмерную возбудимость, споры, нечёткое соблюдение правил.

Главное надо помнить, если мероприятие пройдёт вяло, без проявления эмоций, с большими организационными паузами, если мы не сумеем стимулировать активность ребят или ошибёмся в определении победителей, их невозможно будет организовать на следующее соревнование.

Инклюзивное и коррекционное образование

ПРИМЕНЕНИЕ ТЕХНИКИ «САМОМАССАЖ» В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОНР

Алексеева Татьяна Григорьевна

воспитатель

Степанова Ксения Юрьевна

учитель-логопед

Иванова Ольга Александровна

воспитатель

МБДОУ "Детский сад № 146" города Чебоксары
Чувашской Республики

Как правило, дети с общим недоразвитием речи отличаются несовершенством моторно-кинестетического и рече-слухового анализаторов.

В практике работы дошкольных образовательных организаций сложилась тенденция к использованию традиционных форм развития двигательных умений воспитанников. Это гимнастика, физкультурные и музыкальные занятия.

Мы же решили отступить от обычных методов и внедрить в практику нетрадиционную форму - игровой самомассаж.

Основной целью системы работы является формирование у детей устойчивой мотивацию и потребности в сохранении своего здоровья, научить бережно относиться к себе и своему здоровью.

Существует большое количество различных видов самомассажа. Мы подробнее остановимся на тех, которые чаще всего применяем:

- Хлопковый самомассаж – все части тела с головы до ног массируются ритмичными хлопками в такт стихотворному тексту;
- Самомассажи стоп, кистей рук, ушных раковин, живота, грудной области, шеи, головы, лица – выполняется лёгкими поглаживающими, растирающими, похлопывающими и зашипывающими движениями;
- Песочный – с помощью песка массируются кисти рук, запястья, предплечья. Песок, как природный материал даёт заряд положительной энергией;
- Самомассаж кистей рук и пальцев с использованием “су-джок” круговыми движениями шарика между ладонями, самомассаж пальцев су-джок колечками.

Самомассаж проводится с использованием ритмичных стихов. Например, во время самомассажа шариком су-джок читается стихотворение “Ежик”:

Ежик, ежик, чудачок
Сшил колючий пиджачок.
Хочет с нами поиграть,
Всех ребят пересчитать.

Сначала стихи читает педагог, а потом уже сами дети.

В процессе систематической работы в данном направлении мы отметили ряд положительных моментов:

- повышение работоспособности детей;
- создание хорошего настроения, способствующего общению между детьми;
- снижение уровня заболеваемости в группе;
- повышение уровня посещаемости;
- развитие общей и мелкой моторики;
- повышение речевой активности.

Список используемой литературы:

1. Психомоторика детей с ограниченными возможностями здоровья: учебное пособие/ В. П. Дудьев. – Барнаул: АлтГПУ, 2020. – 360 с.
 2. Развитие у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи мелкой моторики рук посредством су-джок материала/ А. И. Лысенко. – Тольятти, 2018.- 42 с.
-

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ У ДОШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ

Ковалева Надежда Николаевна

воспитатель

Тригонос Элина Руслановна

педагог-психолог

МДОУ ДС "Ёлочка" г. Краснослободска

Цель: представление педагогической деятельности по здоровьесбережению дошкольников с ОВЗ в образовательном процессе.

Задачи:

- Познакомить с актуальностью проблемы здоровьесбережения;
- Представить способы её решения;
- Показать целесообразность использования здоровьесберегающих технологий.

Детям с ОВЗ необходимо создавать особые условия для обучения, направленные на сохранение и укрепление их здоровья. На протяжении всего образовательного процесса необходимо как можно чаще менять виды деятельности, чтобы они не утомлялись, не возбуждались, были им заинтересованы.

Поэтому, в своей работе мы используем всевозможные технологии, которые направлены на сохранение здоровья ребенка на всех этапах обучения и развития.

При работе с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья, применяются особые коррекционно-развивающие педагогические технологии, позволяющие добиваться положительной динамики в обучении и воспитании. Грамотное сочетание традиционных и инновационных технологий обеспечивает развитие у воспитанников познавательной активности, творческих способностей. Традиционные технологии обучения в коррекционной работе являются основными. Они основаны на постоянном эмоциональном взаимодействии педагогов и детей. Традиционные технологии позволяют обогащать воображение детей, вызывая у них обилие ассоциаций, связанных с их жизненным и чувственным опытом, стимулируют развитие речи.

Здоровьесберегающая технология – это система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий для сохранения здоровья дошкольников.

Основные составляющие системы здоровьесбережения:

- организация рационального двигательного режима дошкольников;
- непрерывный мониторинг узких специалистов о состоянии здоровья детей и своевременная помощь в коррекции возникающих отклонений;

-организация рационального учебно-воспитательного процесса с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей с ОВЗ;

-создание благоприятного психоэмоционального 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.

Важно отметить, что эффективность достижения целей здоровьесбережения зависит от совместной работы узких специалистов, педагогов и родителей.

Здоровьесберегающие технологии можно разделить на две группы:

Технологии сохранения и стимулирования здоровья.

Коррекционно - развивающие технологии.

Виды здоровьесберегающих технологий, используемые нами в работе:

Дыхательная гимнастика.

Она направлена на решение следующих задач:

- насыщение организма кислородом, улучшение обменных процессов в организме;

- повышение общего жизненного тонуса ребенка, сопротивляемости и устойчивости к заболеваниям дыхательной системы;

- нормализация и улучшение психоэмоционального состояния организма;

- развитие силы, плавности и длительности вдохи и выдоха.

Как дыхательная гимнастика действует на организм ребенка?

Упражнения дыхательной гимнастики для детей направлены в основном на укрепление дыхательной системы организма. На занятиях дыхательной гимнастикой развивается дыхательная мускулатура, вырабатывается привычка делать вдохи и выдохи правильно и ритмично.

Так как упражнения для детей с ОВЗ чаще носят игровой характер и включают произнесение звуков, то улучшается и работа речевого аппарата. За счет улучшения кровоснабжения организма, усиливается местный иммунитет ребенка.

Повышение иммунитета помогает ребенку легче переносить вирусные заболевания или полностью избегать их в периоды простуд. Снижается вероятность появления серьезных заболеваний дыхательной системы.

Если же ребенок уже заболел или страдает от хронического недуга, например, астмы, то дыхательная гимнастика поможет ему быстрее восстановиться после болезни или легче переносить приступы.

«Дышим тихо, спокойно и плавно»

Цель: научить детей расслаблять и восстанавливать организм после физической нагрузки и эмоционального возбуждения; регулировать процесс дыхания и концентрировать на нем внимание.

Исходное положение: стоя, сидя, лежа – любая удобная позиция. Если сидя, спина ровная, глаза лучше закрыть.

Ребенок делает медленный вдох через нос. Когда грудная клетка начнет расширяться, вдох нужно прекратить, сделать небольшую паузу (4-3-4) и плавно выдохнуть через нос. Повторить 5-10 раз.

Упражнение выполняется бесшумно, плавно, так, чтобы даже подставленная к носу ладонь не ощущала струю воздуха при выдыхании.

Оборудование для развития дыхания, является частью предметно-развивающей среды (шарики, мыльные пузыри...).

В работе используем дыхательные упражнения с удлиненным, усиленным выдохом (вдох через нос).

Сделать глубокий вдох, затем, наклоняясь вперед к крышке стола, выдох (5 раз)

Развитие мелкой моторики.

Задачи:

-повышение работоспособности коры головного мозга;

-развитие активной речи ребенка.

Пальчиковая гимнастика.

Развитие ребёнка связано с развитием движений пальцев рук. Третья часть всей двигательной проекции в коре головного мозга занимает проекция кисти руки. Поэтому тренировка движений пальцев рук оказывает большое влияние на развитие активной речи ребёнка. Это игры и упражнения с пальчиками.

Игры с природным, бросовым материалом (пуговицы, шнурки, шишки... и т.п.)

Игры с пособиями.

Динамические упражнения. (Показ)

Развитие мелкой моторики проводится ежедневно, в любое удобное время.

Упражнения для глаз проводятся с целью укрепления мышц глазного дна.

В современном мире, когда подвижные игры на свежем воздухе потеряли свою популярность, а компьютерные приобрели, всё больше детей испытывают проблемы со зрением. Ограничение высоких нагрузок, сбалансированное питание, повышение двигательной активности и зарядка для глаз являются эффективными методами профилактики. Сокращение и расслабление мышц под воздействием специальных комплексов упражнений улучшают кровообращение в тканях глаза, позволяют уменьшить количество времени, направленное на адаптацию при изменении условий окружающей среды (переход из тёмного в светлое помещение, и наоборот), повышают выносливость организма при длительных нагрузках.

Используется в любое свободное время, во время занятий для снятия зрительной нагрузки.

Развитие цветовосприятия: возможность адекватного восприятия цветоаномалиями цветов спектра при определенном угле зрения имеет важное значение для организации учебного процесса, в частности для использования наглядных пособий.

Поле зрения. Нормальное поле зрения является важным условием успешного выполнения различных видов деятельности, особенно учебно - познавательной и ориентировочной. Изменения поля зрения ведут к нарушению зрительного отражения пространства, которое в зависимости от характера нарушения либо сужается, либо деформируется. (Упражнение: «Далеко-близко».)

Рекомендовано выполнять перед окном. Суть данного упражнения для глаз заключается в том, чтобы поочередно смотреть на близко расположенный объект с дальнейшим переводом взгляда на предмет, находящийся далеко. Для детей младшего возраста данный метод удобно проводить, стоя непосредственно у окна, так как можно выбрать максимально далеко расположенный объект наблюдения, а на стекло наклеить, например, картинку. Для детей старшего возраста можно усложнить задание, предложив посчитать какие-нибудь объекты определенного цвета или формы. На рассматривание каждой цели отводится до 10 секунд. Выполнить 7 раз.

«Найди вещь».

Лучше всего выполнять рядом с книжным шкафом или компьютерным столом. Педагог даёт задание найти взглядом какую-то вещь или книгу, и сказать, где она стоит.

«Туда-сюда».

Сделать 7 вертикальных движений глазами, чередуя с горизонтальными движениями. У детей с выполнением этого упражнения может помочь предмет, за которым следует следить, пока его двигают.

Цветовосприятие. Нормальное цветоразличение (трихромазия) способствует не только наиболее полному и точному отражению действительности, но и играет большую роль в создании эмоционального тона зрительных ощущений.

Возможность адекватного восприятия цветоаномалиями цветов спектра при определенном угле зрения имеет важное значение для организации учебного процесса, в частности для использования наглядных пособий.

В результате разнообразная игровая деятельность с цветом позволяет восстановить уровень психических отклонений у ребенка и делает обучение интересным, помогает достижению максимально возможных успехов в преодолении речевых трудностей у детей дошкольного и школьного возраста, а также способствует оздоровлению всего организма.

«Приближение».

Исходное положение: рука максимально вытянута вперед, в руке ручка с ярким колпачком, к которому приковано наше внимание.

Начинаем медленно передвигать предмет по направлению к кончику нашего носа, взгляд от кончика ни на что не переводим. Как только колпачок становится просто ярким пятном, движение прекращаем. Делаем 5 секунд перерыва, затем еще 5 таких приближений.

Движение глазами по траектории под счет. В зависимости от величины дорожки меняется длительность счета.

С помощью данного тренажера развиваются: зрительно – моторная реакция, различительно – цветовая функция, чувство локализации в пространстве.

«Восьмёрочки».

Пусть ребёнок мысленно представит цифру восемь. Предложите взглядом нарисовать эту цифру. Внимательно следите за движением глаз. Для облегчения задания можно использовать рисунок со стрелочками. Поверните картинку так, чтобы получился знак «бесконечность» или восьмёрка на боку, предложите ребёнку нарисовать фигуру взглядом. Упражнение сделать 7 раз.

«Крестики-нолики».

С правого верхнего угла комнаты перемещаем взгляд на левый нижний угол, затем с левого верхнего – на правый нижний. Делаем круговое движение глазами. За выполнением этого упражнения внимательно следим, так как дети очень часто выполняют движения не глазами, а головой. Делаем пять крестиков, пять ноликов. Этот комплекс можно выполнять и с закрытыми глазами.

«Часики».

Представляем себе большой циферблат или используем изображение с нарисованными или, если нет возможности, пользуемся настоящими часами. Движение глаз совпадают с движением секундной стрелки. На каждой цифре останавливаемся на 1-2 секунды. Выполняем 5-6 раз.

«Жмурки».

Необходимо зажмуриться, посчитать до пяти, открыть глаза. Повторить 7 раз. Следует внимательно следить за выполнением, так как быстрое выполнение приводит к усталости мышц и не несёт никакого положительного эффекта.

«Быстро-быстро».

Интенсивно поморгать, считая до 5, сделать перерыв 1-2 секунды, затем выполнить ещё 5 раз.

Динамическая пауза - это короткая разминка, проходящая в виде физкультурных минуток, подвижных, хороводных, и пальчиковых игр, массаж лица, кистей рук (пшеном, рисом), пальцев, ритмические упражнения, игры в уголке валеологии (ходьба по ребристым дорожкам, пробкам, пуговицам, «классики» и т.д.).

Цель – профилактика утомления у детей с ОВЗ.

Задачи:

1. Сохранить и укрепить здоровье детей с ОВЗ.

2. Воспитывать потребность в здоровом образе жизни.
3. Развивать память, внимание, наблюдательность, как основу познавательных способностей воспитанников с ОВЗ.
4. Развивать коммуникативные умения.
5. Воспитывать этические и нравственные нормы поведения.

Проведение динамических пауз должно строиться на таких принципах, как: реализация потребности детей с ОВЗ в двигательной активности, учет специфики двигательных занятий, комплексный подход к укреплению и сохранению здоровья дошкольников при постепенном усилении физической и мышечной нагрузки. Динамические паузы – прекрасная возможность для детей с ОВЗ сделать переход между видами деятельности, снять эмоциональное напряжение, а также познакомиться со своим телом. Динамическая пауза длится 2-5 минут, по мере утомляемости воспитанников.

Для детей с ОВЗ наиболее интересна стихотворная форма игр–упражнений. Можно динамические паузы разнообразить эмоциональным чтением стихотворных текстов. В результате выполнения нескольких несложных упражнений работоспособность детей повышается. Ребята с радостью откликаются на такие динамические паузы. Важно, чтобы содержание текстов увлекало детей своей образностью, переносило их в мир доброты, красоты, юмора. Главное, чтобы динамические паузы выполняли свои оздоровительные функции.

Динамические паузы выполняют следующие функции:

- 1.Развлекательную – создают благоприятную атмосферу. Например, дыхательная гимнастика «Снежинки».
- 2.Релаксационную – снимают напряжение, вызванное негативными эмоциями, перегрузками мышц, нервной системы, мозга. Например, релаксация «Солнышко».
- 3.Коммуникативную – объединяет детей в группы, способствует их сотрудничеству, взаимодействию между собой. Например, подвижная игра «Кто быстрее?».
- 4.Воспитательную – формирует моральные и нравственные качества. Например, пальчиковая гимнастика «Котята».
- 5.Обучающая – давать новые знания, умения, навыки, и закреплять их. Например, физкультурная минутка «Веселый счет».

Раз, два – выше голова.

Три, четыре – руки шире.

Пять, шесть – тихо сесть.

Раз – подняться. Подтянуться.

Два – согнуться, разогнуться.

Три – в ладоши три хлопка,

Головою три кивка.

На четыре – руки шире,

Пять – руками помахать,

Шесть – за стол тихонько сядь.

6.Развивающую – развивает речь, внимание, память, мышление – возникие психологические процессы. Например, самомассаж «Колочий еж».

7.Коррекционную – «исправлять» эмоциональные, поведенческие и другие проблемы ребенка. Например, гимнастика для глаз «Зоркие помощники».

8.Лечебную – способствовать выздоровлению. Например, профилактика плоскостопия «Дорожки».

Динамические паузы – использование физкультминуток во время проведения непосредственной образовательной деятельности способствует снижению утомляемости у детей, а также активизируется мышление и повышается умственная работоспособность.

Используется с элементами гимнастики для глаз и дыхательной гимнастики.

Арт-терапия.

Терапия детей с ограниченными возможностями требует бережного и чуткого подхода. Его обеспечивает арт-терапевтический метод, который посредством художественной деятельности даёт ребёнку комфортное эмоциональное самочувствие и улучшение психологического здоровья. Ибо ребёнок, как писал великий русский педагог К.Д. Ушинский, *«мыслит формами, красками, звуками, ощущениями вообще».*

Арт-терапия решает следующие задачи:

- пробуждает жизненные силы, активизирует внутренние ресурсы, в том числе память и работоспособность.
- создает новые мотивы, установки, закрепляя их в реальной жизни с помощью произведений искусства.
- развивает познавательную и эмоциональную сферы, творческие способности.
- компенсирует недостающие возможности.
- помогает формировать навыки межличностной коммуникации.
- налаживает внутреннюю целостность и общение с самим собой.
- оптимизирует личностные качества.
- обеспечивает социальную адаптацию.

Активные методы:

самостоятельное творчество по созданию творческого продукта;
самостоятельное творчество на основе использования существующих произведений искусств.

Виды психотерапевтических техник:

Методики и техники арт-терапии делятся на вспомогательные и лечебные, активные и пассивные, групповые и индивидуальные.

Вспомогательные — сказкотерапия, музыкотерапия, работа с глиной, песочная терапия, маскотерапия.), библиотерапия.

Лечебные — сказкотерапия, игротерапия, цветотерапия. Все методы безопасны, экологичны и доступны. Ими пользуются психологи на арт-терапевтических занятиях и сами родители. (Рисуем пальчиками.)

Заключение:

Применение в работе вышеперечисленных здоровьесберегающих технологий и использование других подобных технологий, повышает результативность образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, обеспечивает индивидуальный подход к каждому ребенку.

**АКТУАЛЬНОСТЬ СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ
И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В УСЛОВИЯХ УЧРЕЖДЕНИЯ
ДЛЯ ДЕТЕЙ-СИРОТ И ДЕТЕЙ, ОСТАВШИХСЯ
БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Лохмоткина Елена Ивановна

воспитатель

ГБУ ЦССВ «Наш дом» ДТСЗН г. Москвы

Одной из главных задач организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ), является их социализация посредством социокультурной реабилитации и здоровьесбережения. Если для ребенка из семьи социализация представляет собой естественный процесс, то применительно к «особому» ребенку с опытом депривации погружение в общество кропотливая, в какой-то степени творческая работа, процесс и результат которой полностью зависит от тех условий, создаваемых для этого взрослыми.

Перед специалистами и педагогами организаций для детей-сирот, ныне, Центров содействия семейному воспитанию (далее ЦССВ), стоят очень ответственные задачи: с одной стороны - создать условия для безопасного и комфортного выхода детей с ОВЗ в большой социум; а с другой - стимулировать желание детей-сирот с ОВЗ находится в этом социуме и формировать доверие к нему.

Успешность социализации детей с ОВЗ зависит от создания и реализации условий социокультурной реабилитации воспитанников, нуждающихся в индивидуальном внимании, принятии и индивидуальной заботе со стороны взрослых, социальном и творческом самовыражении.

При этом, успешность социализации обусловлена собственно ограниченными возможностями здоровья воспитанников. Мы имеем ввиду нарушения физического и психического развития, трудности в самообслуживании и коммуникации, поведении и деятельности, особые образовательные потребности и ограничения в овладении профессиональными навыками. Перечисленные факторы и определяют актуальность социокультурной реабилитации воспитанников с ОВЗ в условиях

учреждения для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

На наш взгляд, социокультурная реабилитация - это не просто включение ребенка с ОВЗ в социальное окружение, но и формирование у него качеств личности, позволяющих участвовать в различных формах организованной деятельности: продуктивной, игровой, трудовой, учебной, художественно-творческой. В этой связи основным стержнем реабилитационной и воспитательной работы является апелляция к личности воспитанников ЦССВ, построенная на ряде принципов:

- принцип совместной деятельности;
- принцип социального партнёрства;
- принцип единства психосоциального и педагогического воздействия;
- принцип ступенчатости в воспитании и поэтапности в развитии;
- принцип комплексности воспитания и реабилитации.

Преимущественное значение в условиях ЦССВ приобретает организация педагогического воздействия по принципу целостной системы реабилитационных, коррекционно-развивающих и воспитательных мероприятий, когда результат выражается не в определенных умениях и способностях, а в виде личностного новообразования, перестраивающего всю совокупность связей и отношений ребенка с окружающей действительностью.

Так, личностно-ориентированное воспитание оказывает на воспитанников ЦССВ социализирующее и реабилитационное влияние, а целевые личностно-ориентированные мероприятия способствуют развитию коммуникативных навыков и самостоятельности, приобретению опыта социальных взаимодействий, формированию знаний, умений и навыков.

Актуальность социокультурной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья в условиях учреждения для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, определяет необходимость поиска путей оптимизации индивидуально-направленных форм воспитательского воздействия, необходимых воспитанникам и обеспечивающих принятие, сопровождение, индивидуальную заботу и поддержку, максимально возможную компенсацию дефицитов здоровья и развития.

В условиях ЦССВ социокультурная реабилитация может быть представлена как процесс усвоения индивидом определенной системы знаний, норм, ценностей, установок, образцов поведения, которые входят в понятие культуры, присущей социальной группе, социальной организации и обществу в целом.

По нашему мнению, такой подход к социокультурной реабилитации:

1. позволяет безопасно функционировать воспитаннику ЦССВ в качестве активного субъекта общественных отношений;

2. способствует принятию и ощущению воспитанником себя полноценной личностью той доступной социальной среды, в которой воспитывается и готовится к взрослой самостоятельной жизни;

3. может быть реализован только комплексно, воспитатель семейной группы совместно с коллегами и специалистами ЦССВ.

В нашей статье мы рассмотрим структуру социокультурной реабилитации лиц с ОВЗ в рамках профессиональной деятельности воспитателя групп ЦССВ в целом и конкретно группы №1, чьим воспитателем являюсь. В данной группе проживают 7 детей: 6 девочек и 1 мальчик. Трое сиблингов (две сестры и брат-1г., 4г., 12 лет-мальчик с у. о.). Трое девочек с синдромом Дауна (13-14 лет), одна девочка 13лет-у.о. Группа разновозрастная, разнополовая, как и в принципе все семейные группы ЦССВ «Наш дом».

Итак, структуру социокультурной реабилитации лиц с ОВЗ в рамках профессиональной деятельности воспитателя семейной группы ЦССВ мы видим следующим образом:

1. Социализация и подготовка к самостоятельной жизни в условиях семейной группы ЦССВ:

1.1 Целенаправленное формирование социально-бытовых и социально-ролевых навыков жизни в условиях группы-квартиры:

- санитарно-гигиенические навыки с учетом возраста и пола;
- навыки самообслуживающего труда и дежурства;
- навыки приема пищи;
- навыки принятия, понимания и соблюдения режима дня;
- навыки самостоятельной деятельности (умение занять себя, умение пользоваться пространством квартиры, ориентироваться в условиях ЦССВ, потребность уединения);
- навыки организованной совместной деятельности.

Во всех семейных группах существуют две ваннны комнаты и туалеты конкретно для мальчиков и девочек. два раза в неделю банный день. Один раз неделю смена постельного белья и полотенец. Смена нижнего белья ежедневно, по мере загрязнения, несколько раз в день.

Существуют графики ежедневного дежурства по комнате, кухне, квартире, по закрепленной территории в здании, на улице и т.п. В каждой группе индивидуально. В 1с.г.-мы с помощью визуального расписания осуществляем помощь на кухне, Ольга и Дима делают влажную уборку в своих комнатах и на лестничной клетке. Сезонно участвуем в уборке территории.

Пища принимается в специально отведенной комнате, в гостиной, непосредственно в квартире, за обеденным столом. Приготовление блюд осуществляется дневным помощником воспитателя в специально оборудованной кухне согласно технологической системе. В соответствии с режимными моментами.

Охранительный режим по приказу выполняется неукоснительно. Касаясь моей группы, данный фактор обязателен для детей с ТМНР,

т.к. им тяжело перестраивать свои биологические ритмы и психическое здоровье.

Каждый ребенок в ЦССВ «Наш дом» имеет отдельное спальное место в двух, трех местной комнате, шкаф для одежды, место для личных вещей. Таким образом, в зависимости от настроения ребенок может отдыхать один, пригласить в гости друзей или прийти самому к другу. Воспитательный процесс построен на доверии, контроле, как бы «со стороны» взрослого. Т.е. дети передвигаются по зданию самостоятельно, воспитатели созваниваются со специалистами или с самим ребенком. Даже дети с ТМНР могут без сопровождения дойти до нужной студии ДО. Практикую в своей группе.

Совместная деятельность различная, начиная от воспитательных занятий в группе, продолжая мероприятиями центра, постановкой номеров (в моей группе это - танцы, театральные композиции, конкретно постановка сказки «Репка» используя навыки альтернативной коммуникации, совместные кулинарные МК в рамках проектной деятельности «1+1», прогулки, чаепития).

1.2 Воспитание в условиях разновозрастных групп:

- понимание и принятие иерархии в группе: детском и взрослом коллективах;

- межличностная коммуникация в коллективе младших-старших, в т. ч. средствами альтернативной коммуникации («Макатон», «PECS»);

- взаимообмен правилами позитивного и негативного поведения, способами разрешения конфликтов;

- формирование модели отношений по типу социальных ролей

В каждой группе авторитет сотрудников очевиден. Но считается с возрастом и интересами других ребят, жителей группы, детям сложно, многое зависит от конкретной ситуации. Постоянно работаем над такими качествами, как уважение к близкому, толерантность и эмпатия. В моей группе это очень сложно. Среди детей с ТМНР Ольга стремится к лидерству, не всегда контролируя свои эмоции и настроение. Хотя возраст у них одинаковый.

Активно в группах с детьми с ТМНР используются средства альтернативной коммуникации («Макатон», «PECS»). И взрослые и более сохранные дети под руководством специалистов с удовольствием общаются с помощью этих методик с детьми, ограниченными в возможностях общения.

Самое важное правило: решать конфликты с помощью разговора, но не рук. Не драться и не обижать друг друга. Это самое сложное, для детей любой группы. Каждому кажется, что другой поймет быстрее, если разобраться с ним физически. Проводим воспитательные беседы о добром и уважительном отношении. Подросткам проще показать силу не словом и делом, а «кулаками».

В работе с детьми, не имеющими перед глазами модели отношений в семье, в паре, между соседями и т.д. делаем акцент на жизни вне

ЦССВ, которая ожидает ребят. Рассказываем, как нужно себя вести, общаясь с людьми в магазине, на улице, в интернете. Прививаем общепринятые нормы и правила. Даем понять почему именно так, а не иначе нужно поступать в той или иной ситуации, с помощью сюжетно-ролевых игр на воспитательских занятиях, просмотра тематических мультфильмов и кинофильмов.

1.3 Профориентационные и социальные проекты, в т. ч., в сотрудничестве с НКО и волонтерами:

-профориентационные беседы, занятия и мероприятия;

-сотрудничество с целью формирования устойчивых социальных связей.

Наше учреждение сотрудничает с несколькими НКО. И в рамках воспитательной работы вместе с данными организациями или отдельно, ведутся различные проекты, а именно: проектная деятельность «Возьми меня за руку» это поиск и подбор волонтера, значимого взрослого, друга для наших воспитанников. Практикуется во всех группах ЦССВ с различной степенью успешности.

Проектная деятельность семейной группы №1 со старшими воспитанниками семейной группы №8 «Один плюс один»- социальная адаптация детей

младшего возраста, при участии старших воспитанников, с целью расширения социального опыта. Данный проект успешно внедрен и реализуется более 2 лет.

Для того, чтобы дети с малых лет приобретали опыт общения не только со сверстниками и со взрослыми, но и с более младшими и более старшими детьми, необходимо организовать жизнь воспитанников так, чтобы они вступали в различные контакты с разными детьми и взрослыми. Умению делиться и испытывать радость от этого, заботиться о других детях, терпеливо относиться к другим - надо учить. Это умение им пригодится, когда они вырастут.

Социальный опыт детьми в нашем учреждении приобретается путем участия в мероприятиях ЦССВ: праздники, экскурсии, концерты, указанные выше проекты и т. п., не зависимо от особенностей развития. Они имеют постоянные обязанности, такие как дежурство, также могут выполнять посильные поручения взрослых. Общаются с детьми из своих учебных учреждений, ходят к ним в гости и принимают гостей у себя. Активное общение с волонтерами.

2. *Реабилитационный досуг.*

В ходе работы педагоги дополнительного образования в сотрудничестве с воспитателями групп ЦССВ «Наш дом» находятся в поиске различных способов и приемов мотивации и включения детей в творческую деятельность, а также способов трансляции результатов работы и детских достижений. В этой связи воспитателем используются различные методы – это рассказ, беседа, объяснение, демонстрация умения педагогом, рассматривание репродукций, совместный анализ ви-

деоматериалов, самостоятельная практическая работа детей под руководством педагога, тренировочные упражнения в группе с воспитателем, организация выставок и т.д.

Занятия построены с учетом возрастных, психофизических особенностей воспитанников, их личностных качеств и опыта депривации, а также, индивидуальных особенностей детей с ОВЗ и нацелены на формирование способности личности к самопознанию, саморазвитию и самосовершенствованию.

Ребенку с ОВЗ, имеющему опыт депривации, свои чувства и эмоции, а также знания и отношения легче выразить с помощью зрительных образов, чем вербально. Поэтому, занятия в студиях ДО обеспечивают воспитанникам социальную активность, создают ситуацию успеха и достижений, способствуют проявлению самостоятельности.

Для многих детей – это основная, а иногда и единственная возможность, получить жизненно важные практические навыки. Полученные знания и умения в системе дополнительного образования, а также опыт взаимодействия с педагогом как значимым взрослым становятся для детей-сирот с ОВЗ не только реабилитационным досугом, но и нередко профилизацией жизненного статуса. В условиях ЦССВ работают студии дополнительного образования:

- мастерская технического творчества «Мастер на все руки»;
- гончарная мастерская;
- художественно-творческая студия «Роспись по дереву»;
- мастерская швейного и ДПТ;
- студия живописи.

Для развития творческих способностей как в условиях ДО, так и в условиях семейной группы используются как традиционные мероприятия:

- развивающие и реабилитационные занятия по программам дополнительного образования для детей с ОВЗ индивидуальные и подгрупповые;

- участие в выставках, фестивалях, конкурсах;
- театрализованная деятельность (кукольный театр);
- совместная деятельность в группе с воспитателем.

Так и нетрадиционные техники:

- рисование пластилином, свечой; коллажи (стружка, крупы, семена, пуговицы, скорлупа);

- квиллинг;
- айрис фолдинг, декупаж, папье-маше, комбинированная аппликация;
- применение войлока, ткани, кружева, тесьмы, пряжи;
- тестопластика.

3. Психолого-педагогическая помощь в ЦССВ представлена:

В тесном сотрудничестве воспитателя (а также по его запросу) и педагога-психолога осуществляется:

- психологическая поддержка на этапе адаптации воспитанника в ЦССВ;
- анализ индивидуальной личной истории воспитанника с учетом социальной ситуации развития;
- отработка травматического опыта отрыва от семьи, травмы попадания в ЦССВ;
- индивидуальная психологическая реабилитация (актуальное эмоциональное состояние, личностная тревожность, структурирование прошлого опыта, формирование личностных установок в реальной жизни ребенка, обсуждение жизненных перспектив);
- коррекция и развитие высших психических функций и свойств, коммуникативных навыков, поведенческих стратегий.
- индивидуальными и подгрупповыми психологическими мероприятиями;
- группа психологической поддержки воспитанников ЦССВ, имеющей регулярную основу и открытые границы, обеспечивающей воспитанникам психологически безопасное пространство для обращения за помощью с вопросом;
- социально-психологические мероприятия по реализации права каждого воспитанника жить и воспитываться в семье через передачу ребенка (детей) в кровные семьи или передачу воспитанников на воспитание в замещающие семьи, в том числе участие в проведении Дней открытых дверей (мастер-классы в семейной группе);
- индивидуальные психологические занятия в условиях реабилитационного пространства с обратной связью воспитателем.

Нередко усваивать программу школьного обучения без помощи не получается. Тогда воспитанникам представляется индивидуальные виды помощи специалистов ЦССВ: логопед, дефектолог, педагог-психолог.

В условиях ЦССВ воспитанники дошкольного возраста включены в дошкольное образование с участием специалистов Центра (логопед, дефектолог, педагог-психолог, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель).

В соответствии с рекомендациями ЦПМПК, воспитанники обучаются и воспитываются в образовательных организациях города Москвы (дошкольного и школьного этапов обучения по общим и адаптивным образовательным программам).

Воспитанники всех групп и моей в частности (дошкольники и школьники) активно посещают специалистов ЦССВ, по расписанию.

В условиях ЦССВ выполняется домашнее задание, данное ОО.

- Развивается индивидуальная стратегия помощи воспитанникам посредством репетиторства.

- Дополнительное общее образование в условиях вечерних школ.

Опыт реализации указанных мероприятий с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей, показывает, что социо-

культурная реабилитация осуществляется под влиянием совокупности многих условий, как социально-контролируемых, и направленно-организуемых, так и естественных, возникающих в соответствие с возрастными и индивидуально-личностными потребностями ребенка. В этой связи процесс социокультурной реабилитации рассматривается нами как двухсторонний процесс - процесс целенаправленного, организованного взаимодействия личности и общества. Данное взаимодействие включает в себя, с одной стороны, способ передачи индивиду социального и когнитивного опыта, способ включения его в систему общественных отношений и связей, с другой стороны, процесс личностных изменений. Сущность социокультурной реабилитации заключается в том, что это длительный, сложный и противоречивый процесс, в котором человек формируется как член того общества, к которому он принадлежит.

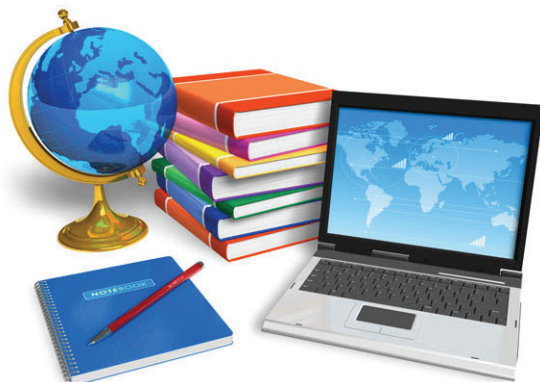
Мы, педагоги ЦССВ «Наш дом», не имеем возможность помочь детям-сиротам с ограниченными возможностями здоровья решить их проблемы со здоровьем, но в наших силах повысить качество их жизни – расширить круг их общения, показать им возможности самореализации, не дать им замкнуться в себе, научить их справляться с трудностями и достигать результата, показать им широту и гармонию внешнего мира и быть в этом процессе рядом, в роли значимого ответственно-го взрослого.

СОВРЕМЕННЫЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ

Новикова Татьяна Александровна

учитель русского языка и литературы

МБОУ «ШКОЛА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ», Мытищи



За последние десятилетия в образовании произошли кардинальные изменения.

Согласно Конституции РФ и закону об образовании каждый имеет право на обучение, независимо от диагноза. Государство гарантирует общедоступность и бесплатность дошкольного, основного общего и среднего профессионального образования (статьи 7 и 43 Конституции РФ). Положения Конституции РФ разъясняются в Федеральном законе от 10 июля 1992 г. №3266-1 «Об образовании», в соответствии с п.3 ст.2 которого одним из принципов государственной политики в области образования является **общедоступность образования**, а также **адаптивность системы образования к уровням и особенностям развития и подготовки обучающихся**.

Прямым гарантом права ребенка с ограниченными возможностями здоровья на школьное обучение выступает Закон «Об образовании» (ст. 5, п. 6; ст. 50, п. 10).

Для детей с ограниченными возможностями здоровья органы управления образованием создают специальные (коррекционные) образовательные учреждения (классы, группы), обеспечивающие их лечение, воспитание и обучение, социальную адаптацию и интеграцию в общество. Обязательным условием при этом является соблюдение гарантированных законодательством прав родителей (законных представителей) детей с ограниченными возможностями здоровья выбирать формы получения детьми образования, образовательные учреждения, защищать Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года. Закон регулирует вопросы образования лиц с ограниченными возможностями и содержит ряд статей (42, 55, 59, 79), закрепляющих право детей с ограниченными возможностями здоровья, в т.ч. детей-инвалидов, на получение качественного образования в соответствии с имеющимися у них потребностями и возможностями.

Дети с нарушениями психического развития обучаются в специальных (коррекционных) школах (классах) VIII вида, где обучение ведется по специальным программам на основе специального образовательного стандарта. Большое внимание уделяется воспитательной работе, целью которой является социализация воспитанников, а основными задачами – выработка положительных качеств, формирование правильной оценки окружающих и самих себя, нравственного отношения к окружающим. Специфической задачей воспитательной работы в специальной школе является повышение регулирующей роли интеллекта в поведении учеников в разных ситуациях и в процессе разных видов деятельности и применении современных технологий обучения. Овладение современными педагогическими технологиями, их применение учителем – обязательная компетенция профессиональной деятельности каждого педагога.

Слово «технология» происходит от греческих слов – искусство, мастерство и - учение. Поэтому термин «педагогическая технология» в

буквальном переводе означает учение о педагогическом искусстве, мастерстве.

Современное общество характеризуется стремительным изменением темпов жизни, технологиями, лавинообразным ростом информации, усложнением труда и социальной деятельности. Задача нас - педагогов специальной (коррекционной) школы состоит в том, чтобы создать такую модель обучения детей с ОВЗ, в процессе которой у каждого обучающегося появился механизм компенсации имеющегося дефекта, на основе чего станет возможной его интеграция в современное общество.

В настоящее время развитие педагогики открывает большие возможности в поиске новых средств, форм и методов обучения и воспитания. Постоянно появляются новые подходы к организации этого процесса. Сегодня каждый педагог ищет наиболее эффективные пути усовершенствования учебного процесса, способы повышения мотивации к учебе учащихся и качества обучения.

Русский язык – один из самых сложных общеобразовательных предметов.

Трудности восприятия лингвистических понятий и усвоения соответствующих умений и навыков учащимися связаны прежде всего с недостаточным уровнем сформированности интеллектуальной, готовности к сложной учебной работе: низкой способности к концентрации внимания, умению анализировать, сравнивать, обобщать, делать выводы, применять теоретические положения к конкретным практическим ситуациям, держать в памяти большой объем фактического материала и уметь ситуативно активизировать его конкретную часть.

Цели современного урока – формирование таких компетенций, которые дадут мощный импульс в развитии обучающегося, повысят его самооценку, научат самостоятельно овладевать информацией. А для этого необходимо применение педагогом на уроках русского языка разнообразных форм и методов обучения.

Я работаю в Специальной коррекционной школе для детей с ОВЗ, где каждый ребенок требует индивидуального подхода в обучении. От меня, как от современного учителя, требуется не только дать детям образование в виде системы знаний умений - навыков, но и всемерно развивать познавательные и творческие возможности учеников, воспитывать личность.

Я считаю, что для достижения наилучших результатов возникает необходимость применения на уроках в специальной (коррекционной) школе VIII вида современных технологий обучения.

Использование здоровьесберегающих технологий обучения в коррекционной школе позволяет не только сохранить уровень здоровья детей с ОВЗ, но и повысить эффективность учебного процесса.

Здоровьесберегающая педагогика не может выражаться какой-то конкретной образовательной технологией. В то же время, понятие

«здоровьесберегающие технологии» объединяет в себе все направления деятельности по сохранению здоровья учащихся.

Следует отметить, что все здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на две основные группы:

- Технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса. От правильной организации урока, уровня его рациональности во многом зависит функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности, возможность длительно поддерживать умственную работоспособность на высоком уровне и предупреждать преждевременное наступление утомления.

Нельзя забывать и о гигиенических условиях урока, которые влияют на состояние здоровья уч-ся и учителя.

- Технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников.

К технологиям организации учебного процесса относятся психолого-педагогические технологии здоровьесбережения:

1. Снятие эмоционального напряжения:

(Использование игровых технологий, игровых обучающих программ, тренажёров, использование пословиц, введение в урок отдельных отступлений позволяют снять напряжение, способствует не только психологической разгрузке, но и установлению и укреплению межпредметных связей, а также и воспитательным целям.

2. Создание благоприятного психологического климата на уроке.

Следует заметить, что в обстановке психологического комфорта и эмоциональной приподнятости работоспособность класса заметно повышается, что в конечном итоге приводит к более качественному усвоению знаний, и как следствие к более высоким результатам.

3. Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни.

Это создание не только психологических и гигиенических условий для организации учебной деятельности, но и профилактики различных заболеваний, а также пропаганда здорового образа жизни.

4. Комплексное использование личностно-ориентированных технологий.

Это технологии дифференцированного обучения, обучения в сотрудничестве, разнообразные игровые технологии.

5. Образовательные технологии здоровьесберегающей направленности.

Здоровьесберегающая технология, по мнению В.Д.Сонькина – это условия обучения ребенка в школе (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания):

- рациональная организация учебного процесса (соответствие с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями);

- соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка;

- необходимый, достаточный и рациональный организованный двигательный режим.

Применение здоровьесберегающих технологий на уроках русского языка и чтения.

Цель применения здоровьесберегающих технологий:

Сбережение здоровья учащихся, формирование у них установки на здоровый образ жизни; выбор таких технологий преподавания, которые были бы адекватны возрасту учеников, устранили бы перегрузки и сохраняли здоровье школьников.

Для решения этих задач я использую здоровьесберегающие технологии: стимулирующие (создание ситуации успеха); профилактические, компенсаторнонейтрализующие (физминутки).

Соблюдение условий здоровьесбережения является необходимым при проведении уроков в коррекционной школе VIII вида, поскольку направлено не только на охранение физического здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья, но и на сохранность их психического состояния и развитие и коррекцию высших психических функций.

Малоподвижность во время урока негативно влияет на здоровье учащихся. Учитывая это, я не требую от учеников сохранения неподвижной позы в течение всего урока.

Для повышения умственной работоспособности детей, предупреждения преждевременного наступления утомления и снятия мышечно-статического напряжения физкультминутки провожу примерно через 15 минут от начала урока или с развитием первой фазы умственного утомления у значительной части учащихся класса, иногда в конце урока). Кроме этого, определяю и фиксирую психологический климат на уроке, организую при необходимости эмоциональную разрядку; слежу за соблюдением учащимися правильной осанки, позы за столом, за чередованием видов деятельности в течение урока.

Физкультминутки провожу, учитывая специфику предмета, иногда с музыкальным сопровождением, с элементами самомассажа и другими средствами, помогающими восстановить оперативную работоспособность детей. В состав упражнений для физкультминуток включаю:

- Ø упражнения для формирования правильной осанки;
- Ø упражнения для укрепления зрения;
- Ø упражнения для укрепления мышц кистей рук;
- Ø упражнения для укрепления «мышечного корсета»;
- Ø упражнения, направленные на выработку рационального дыхания.

Физкультминутки – естественный элемент урока коррекционной школы, который обусловлен физиологическими потребностями в двигательной активности детей. Они помогают снять статическое утомление различных мышц, ослабить умственное напряжение, снять зрительное утомление. Часто упражнения для физкультминутки органиче-

ски вплетаются в урок. Использование физкультминуток позволяет использовать оставшееся время урока гораздо интенсивнее и с большей результативностью учебной отдачи учащихся.

Проводя уроки русского языка и чтения, соблюдаю требования включения оздоровительного компонента в содержании учебных предметов.

1. Гигиенические условия в классе: чистота, температура и свежесть воздуха, рациональное освещение класса и доски, отсутствие неприятных звуковых раздражителей. Отмечу, что утомляемость школьников и риск психологических расстройств в немалой степени зависят от соблюдения этих простых условий.

2. Психологический настрой на урок:

Долгожданный дан звонок –

Начинается урок

Тут затеи и задачи,

Игры, шутки, всё для вас!

Пожелаем вам удач.

За работу, в добрый час!

Весёлый апрель улыбнулся,

Запел, загалдел, заиграл. (Включается запись звуков природы – капель, журчание ручья, гомон птиц) и т.д.

3. Рациональная организация урока – важная составная часть здоровьесберегающей работы. Чередую виды учебной деятельности: опрос учащихся, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, практические занятия и др. - 4 – 7 видов за урок т.к. однообразность урока способствует утомлению школьников.

4. Физкультминутки и физкультпаузы являются обязательной составной частью урока. Необходимо обращать внимание на их содержание и продолжительность, а также на эмоциональный климат во время проведения и наличие желания их выполнять. Они помогают снять усталость, оживляют урок, предупреждают нарушение осанки. Физкультминутка как элемент двигательной активности предлагается детям для переключения внимания на другой вид деятельности. Использую различные виды физкультминуток.

Оздоровительно – гигиенические. Мы их выполняем как стоя, так и сидя: расправить плечи, прогнуть спину, потянуться, повертеть головой, «поболтать ногами».

Физкультурно-спортивные. Это традиционная гимнастика, которая выполняется под счёт. Каждое упражнение рассчитано для укрепления определённой группы мышц. Сюда включаем бег, прыжки, приседания, ходьба на месте и по классу и т. д.

Подражательные. Показываю схематические изображения «человечков», выполняющих гимнастику, ученики повторяют движения. Использую мимические упражнения. На карточках нарисованы лица с

различными выражениями: улыбающиеся, грустные, смеющиеся, испуганные, удивлённые. Дети копируют. Здесь можно проявить свою фантазию и творчество.

Двигательно – речевые. Дети коллективно читают небольшие весёлые стихи и одновременно выполняют различные движения.

Утром встал гусак на лапки, (потянулись, руки вверх - вдох-выдох)

Приготовился к зарядке. (рывки рук перед грудью)

Повернулся влево, вправо, (повороты влево-вправо)

Приседанье сделал справно, (приседания)

Клювиком почистил пух, (наклоны головы влево-вправо)

Поскорей за парту – плюх! (присели)

Чаще всего провожу физпаузы в режиме работы урока.

«Найти слова». По классу размещаются слова, а ученикам даётся задание. Дети ходят по классу, выполняя задание.

Игра – соревнование. Какой ряд напишет больше слов на определённую букву алфавита. (Дети выбегают по очереди и пишут на доске)

«Профилактика и коррекция нарушений зрения. На каждом уроке стараюсь использовать упражнения для глаз с целью профилактики улучшения зрения. Упражнения выполняются сидя на стуле, спина прямая, руки лежат на коленях. Каждый раз по мере выполнения отдельных упражнений фиксируется взгляд на каком-нибудь предмете. Это способствует концентрации зрения. Использую гимнастику для глаз: «Вверх – вниз, влево – вправо». Двигать глазами вверх – вниз, влево – вправо. Зажмурившись, снять напряжение, считая до десяти.

«Круг». Следить за рукой учителя, выводящей круг. Обводить его глазами сначала по часовой стрелке, потом против часовой стрелки.

«Рисование носом», «Раскрашивание», «Часики» и другие.

Использую бумажные, электронные офтальмонатренажёры для профилактики зрительного напряжения.

Пальчиковая гимнастика. На уроках, особенно русского языка, большое внимание следует уделять развитию мелкой моторики рук. Ещё Иммануил Кант говорил: «Рука является вышедшим наружу головным мозгом». Учёные, изучая деятельность детского мозга, психику, отметили большое стимулирующее значение функции руки. Установлено, что уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев. И если развитие движений пальцев отстаёт, то задерживается и речевое развитие.

Упражнения, направленные на работу кистей и пальцев рук, развивают речь, мышление ребёнка, в то же время, способствуя развитию самой кисти и пальцев рук. Упражнения для кистей рук способствуют оздоровлению всего организма. Их можно проводить с использованием разных предметов, таких как деревянные палочки, спички, очищенные от серы, карандаш, ручка. Эти упражнения снижают психическое напряжение, снимают утомляемость.

Упражнения для пальчиковой гимнастики

Упражнения могут:

- выполняться правой, левой рукой или обеими руками одновременно;
- быть статическими: удерживать пальцы в напряжении на счет до пяти – десяти, затем встряхнуть руками;
- быть динамическими: выполнять пальцами движения, имитирующие движения показываемого живого или неживого предмета.

Формы организации деятельности учащихся на уроках:

- работа в группах;
- работа в парах;
- фронтальный опрос с использованием игровых ситуаций.

Элементы игры можно использовать также в качестве обратной связи и оценки ответов одноклассников:

- хлопанье в ладоши;
- поднятие руки;
- сигнальные карточки различного цвета.

Объем домашнего задания и его сложность надо соизмерять с возможностями каждого ученика. Опыт показывает, что если ребенок не справился с домашним заданием несколько раз, то у него пропадает интерес к этому процессу. Поэтому предлагаю учащимся разноуровневые задания.

С целью сохранения здоровья использую дидактический и раздаточный материал, имеющий здоровьесберегающую направленность, куда включаю упражнения на развитие:

- связной устной и письменной речи;
- орфографической зоркости;
- творческих способностей;
- а также материал информационного характера, направленный на формирование ЗОЖ.

К приёмам работы на уроках русского языка с целью сохранения здоровья можно отнести и нетрадиционные формы урока, которые формируют устойчивый интерес к учению, снимают напряжение, скованность, свойственные многим учащимся, помогают формировать навыки учебной работы, собственно учебной деятельности, оказывают глубокое эмоциональное воздействие на ребят.

В коррекционной школе можно использовать следующие виды нетрадиционных уроков: уроки в форме соревнований и игр (конкурсы, КВН, викторины, аукционы); уроки-путешествия; уроки-фантазии; урок-сказка; урок-сюрприз; урок-отчет; урок-зачет, урок здоровья и т. д.

Для осуществления учебно-образовательного процесса на основании здоровьесберегающих технологий необходимо выделить закономерности педагогического процесса, находящие свое выражение в основных положениях, определяющих его организацию, содержание,

формы и методы, то есть принципы (лат. *principium* – начало, основа, основное требование деятельности и поведению)

Для того чтобы отобрать принципы здоровьесберегающих образовательных технологий обучения, были определены критерии отбора: принципы должны способствовать профилактике, диагностике и сохранности здоровья учащихся в учебном процессе.

Принципы выступают в органическом единстве, образуя систему, в которую входят общедидактические принципы и специфические принципы, выражающие специфические закономерности педагогики оздоровления.

Общедидактические принципы – это основные положения, определяющие содержание, организационные формы и методы учебного процесса в соответствии с общими целями здоровьесберегающих образовательных технологий. Среди специфических принципов, выражающих специфические закономерности педагогики оздоровления, важнейшим можно назвать принцип «Не навреди!» – одинаково актуальный как для медиков, так и для педагогов. Усвоение пользы здоровьесберегающих мероприятий требуют их повторяемости. Правильная организация обучения даёт возможность предотвратить перегрузки и усталость у школьников, а также помогает детям осознать важность сохранения здоровья.

Если философия образования отвечает на вопрос "зачем учить?", а содержание образования - "чему учить?", то педагогические технологии отвечают на вопрос "как учить?" С точки зрения здоровьесбережения, ответим: чтобы не наносить вреда здоровью субъектов образовательного процесса - учащихся и педагогов. Таким образом, здоровьесберегающие образовательные технологии можно рассматривать и как качественную характеристику любой образовательной технологии, ее "сертификат безопасности для здоровья", и как совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные технологии обучения, воспитания, развития задачами здоровьесбережения.

В заключение, вслед за великим гуманистом и педагогом Ж.-Ж. Руссо, хочется сказать: «Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым».

Литература:

-Гладкая В. В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. Издание 2-е. Методическое пособие.- М.: Издательство НЦ «ЭНАС», 2006.-192 с.

-Девяткова Т.А. «Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях VIII вида: пособие для учителя».- М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004.- 304с.

-Использование новых информационных технологий в образовании /poleznye-stati/ispolzovanie-novyih-informatsionnyih-tehnologiy-obrazovani.html

-Ксензова Г.Ю. Перспективные школьные технологии: Учебно-методическое пособие. – М.: Педагогическое общество России, 2000.

-Понятие информационно – коммуникационных технологий – (ИКТ) и их роль образовательном процессе. /nfpk/mult/mult8.html

-Селевко Г.К. Альтернативные педагогические технологии М.: НИИ школьных технологий, 2005 (Серия «Энциклопедия образовательных технологий»).

Обмен методическими разработками и педагогическим опытом

ФОРМИРОВАНИЕ НРАВСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКИХ ЦЕННОСТЕЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ

Дзёх Маргарита Викторовна

учитель начальных классов

МБОУ "Гимназия № 18 имени И.Я. Ильюшина", г. Королёв,
Московская область

Особое место в нравственном воспитании отведено начальной школе, так как в этом возрасте дети охотно открывают для себя мир человеческих отношений, могут понять и переживать то, что происходит с другим человеком. У младших школьников интенсивно развиваются моральные чувства товарищество, ответственность за класс, негодование при чьей-то несправедливости. Они стремятся поступать в соответствии с теми требованиями, которые предъявляют им взрослые. Нравственное воспитание начинается с первых шагов сознательной жизни, когда дети постигают сущность добра и зла, чести и бесчестия, справедливости и несправедливости. Одновременно с этими азбучными истинными перед учащимися начальной школы сущность таких моральных ценностей, как любовь к Родине, героизм, стойкость, честь, независимость. Мастерство и искусство воспитания заключаются в том, чтобы мир нравственных богатств увлекал детей.

От того, насколько четко организована учебная деятельность, последователен учитель в своих требованиях, ясно выражает свою нравственную позицию, зависит успех воспитания.

Долголетний опыт работы в начальной школе позволил сформулировать следующие наиболее значимые задачи воспитания:

-знакомство учащихся с основными нравственными понятиями (добро, дружба, честность, совесть, долг, искренность, уважение, трудолюбие и др.);

-создание нравственно здоровой атмосферы в классе;

-осознание учащимися смысла и сути учебной деятельности, принятие ими роли ученика, развитие внутренней мотивации к учению;

-развитие чувств, воспитание бережного отношения ко всему живому:

-вовлечение родителей в процесс воспитания собственных детей;

-представление школьников о нравственности богаче и нравственнее, чем их поведение.

Личный опыт нравственного поведения учащихся начальной школы ограничен, не очень богат ситуациями, где они сами должны решать вопросы своих взаимоотношений в коллективе. Разрыв в сознании и поведении проявляется в том, что школьник знает, как надо поступать, но не поступает в соответствии со всеми знаниями. Младший школьник еще только учится соотносить имеющиеся представления с жизнью, с реальными поступками, с конкретным поведением.

Большие возможности нравственного воспитания заложены в содержании литературных произведениях, изучаемых на уроках чтения, здесь ученик имеет возможность для самовыражения нравственных суждений, для отстаивания своих взглядов и позиций.

Изучая литературные произведения, рассматривая реальные события, оценивая поступки людей мы обращаем внимание на мотивы поведения. Выясняем, как они соотносятся с нравственными нормами, регулярно выполняем творческие работы, где ученики пытаются размышлять над темами: «Хороший ли я друг?», «Что такое подвиг?», «Когда говорит совесть?», «Труд в моей жизни», «Каким я хочу быть?».

Начиная учиться в школе, ребенок вступает в отношения с учителем, одноклассниками он вынужден считаться с ними, учитывать их интересы. Поэтому еще в начале первого класса учащиеся составляют <<Правила ученика»:

-слушай учителя;

-отвечай на вопросы;

-будь аккуратным;

-выручай товарища;

-не дерись и никого не обижай.

К концу года к ним добавляются следующие:

-не ябедничай;

-нашел друга - береги;

-старайся в учебе;

-не выпрашивай отметку.

Важно создать в классе атмосферу доверия, доброжелательности, справедливости и сотрудничества. Учитель должен стать детям другом и помощником, ученики должны чувствовать себя в безопасности. При возникновении конфликтов главное- выяснить их причины, помочь ученикам осознать мотивы своих поступков, увидеть ход развития конфликта (на каком этапе можно было-бы избежать его), помочь по-

нять, что чувствует каждый участник конфликта, учить осмысливать свои действия, предвидеть их последствия для себя и других. Учителю важно предоставлять ученикам свободу нравственного выбора, основанного на внутренней мотивации, а не на угрозе наказания, учить обдумывать свой выбор. Работая над созданием здоровой атмосферы в классе, педагогу следует обратить внимание на формы работы на уроках, где школьники учатся слушать друг друга, сотрудничать. Этому способствует работа в группах, парах, проведение уроков конференций, коллективных, творческих работ. Подготовка стенгазет, поиск материала на заданную тему, например: «Мои друзья», «Человек и общество», «Мои права и обязанности», «Человек и природа», «Жизнь дана на добрые дела и т.п.».

Мы рассматриваем нравственное воспитание в целостном образовательном процессе: целенаправленная и систематическая работа по Формированию этических норм должна осуществляться с опорой на те особенности мышления, восприятия, чувства, которые характерны для ученика начальной школы и которые изменяются и исчезают с возрастом.

Содержание современных учебных программ обладает значительным воспитательным потенциалом. Его реализация зависит от продуманной организации воспитывающей среды, содержания и форм взаимодействия детей и взрослых как в рамках классно-урочной системы, так и во внеурочное время.

Наблюдения показывают, что в настоящее время появляется все больше учеников, изначально не желающих учиться. Как педагог может добиться того, чтобы учебная деятельность стала лично значимой для школьника? Может быть через разъяснения о ценности смысле учения, роли познания в жизни общества и отдельного человека? А может быть, ребенок должен убедиться в значимости результатов своей учебы для родителей и учителя? Или надо сделать акцент на чувстве радости за добросовестно выполненную работу? Наверное, важно все. Мои ученики размышляют на темы: «Я ученик!», «Я читатель!», «Учениый и ученик», «Нужен ли мне режим дня?», «Какие качества помогают мне в учебе?», «Труд в моей жизни», «Что меня радует и огорчает в учебе?».

Важно отметить, что учителю необходимо развивать правильную мотивацию учебной деятельности: не подкреплять эгоистическую направленность в учебе, отмечать в развитии учеников не только учебные достижения, но и личные качества. Ведь примерный отличник может быть и грубияном, и эгоистом, а слабо успевающий честным человеком, хорошим другом. Целью обучения должна стать не отметка, а знания.

В учебной деятельности необходимы усидчивость, трудолюбие, настойчивость, мыслительная активность. Поступая в школу, почти все первоклассники выражают желание учиться, но после того как они стал-

квиваются с первыми трудностями (соблюдение режима дня, отказ от игры на определенное время, необходимость добиваться аккуратности при написании букв и цифр и др.), у многих пропадает это желание. Многие первоклассники на уроке не слушают учителя не выполняют задание: ведь им надо напрягаться, сосредотачиваться. В чем причина нежелания трудиться? В частности, и в том, что в семье не воспитывается воля и дисциплина. Поэтому важно сделать родителей единомышленниками и союзниками учителя. Беседы и дискуссии на темы «Режим дня первоклассника», «Как помочь ученику учиться», «Выработать волю», «Дисциплина и характер» помогает родителям обсудить проблемы, обменяться опытом, глубже понять свою роль в воспитании.

Одной из форм по нравственному воспитанию младших школьников является проигрывание литературных произведений на уроках чтения с последующим обсуждением. В процессе проигрывания различных нравственных ситуаций в том числе и на основе литературных произведений активизируется воображение ребенка. Это имеет важное значение для положительных изменений в нем самом благодаря появлению у него «образа себя», действующего по нравственным законам. Систематическая и целенаправленная работа в этом направлении дает возможность ученикам к 4 классу самостоятельно искать новые способы разрешения нравственно-этических ситуаций. Они могут самостоятельно описать ситуацию и предложить разные варианты действий людей в этой ситуации (например, разрешить конфликт в детском коллективе, в семье с родителями). Результаты работы оцениваются исходя из ответов учащихся на вопросы:

«Как ты поступишь, если...».

В конце 1 и 4 классов ученикам предлагается ответить на такие вопросы: Как ты поступишь, если узнаешь, что Друг попал в беду; Вещь, нужная самому, срочно потребовалась другу; Твой друг совершил обман; Отправляясь на дачу, друг просит тебя сказать в школе, что заболел. В конце 1 класса ответы учеников были следующими: первый вопрос 65% помогут, 8%-нет, 18%-затруднились ответить. В конце 4 класса 100% школьников дали ответ «помогут».

На второй вопрос в первом классе: 63% оставили вещь себе, 28% отдали бы другу, 9% затруднились с ответом.

В 4 классе 92% учеников отдали бы вещь другу, причем 44% из них предложили отдать вещь другу без оговорок. 48% предлагали иные пути решения проблемы. 8% отказались отдать вещью.

На 3 вопрос ученики 1 класса ответили так: 90% рассказали бы взрослым, 10% затруднились ответить. В 4 классе только 23% рассказали бы взрослым. 87% детей сказали о необходимости честного разговора с другом и Дальнейшего его убеждения осознать свой обман и самостоятельно исправить положение.

4 вопрос дал следующие результаты: в 1 классе отказались обмануть учителя 81% учащихся, 19% затруднились с ответом. В 4 классе

96% отказались передать нечестное оправдание отсутствия друга, 92% обосновали свой ответ, 4% предпочли промолчать.

Анализ ответов показал, что систематическая работа по нравственному воспитанию на основе литературных произведений позволяет повышать уровень нравственного развития младших школьников «относительно самого себя». Ответы учащихся 4 класса отражают накопленный ими опыт, способность давать оценку ситуации, умение выражать свои мысли, обосновывать их, т.е. защищать свою нравственную позицию.

Остановимся на методике выполнения творческих работ - размышлений. На уроках литературного чтения, ознакомления с окружающим миром, на классных часах организуется дискуссия по заданной теме с опорой на литературный источник, телепередачу, народную мудрость, реальные события, личный опыт учащихся. Дома они должны оформить свои мысли в виде сочинения, добавив пословицы, загадки, цитаты, иллюстрации. Ясно что здесь требуется помощь родителей в формулировке предложений, подборе дополнительного материала, исправлении ошибок. К их помощи мы прибегаем непременно - она создает условия для общения детей и родителей по нравственно-этическим проблемам.

В школе ученик сталкивается с системой моральных требований, предъявляемых в процессе учебы. В ходе учебной деятельности усваиваются нравственные качества человека, так - как эта деятельность требует напряжения ума, воли, чувств (долга, стыда, совести, радости), проявления нравственных качеств (трудолюбия, усидчивости, настойчивости, ответственности, готовности сотрудничать и соперничать).

В современном обществе идет поиск путей развития образования. На мой взгляд, необходимо отдать предпочтение гуманистическому направлению. Основной целью такого образования является нравственное развитие личности обучающегося. Сейчас для развития общества необходимы такие качества личности, как честность, ответственность, чувство долга, сочувствие, умение сотрудничать, стремление служить людям. Обучение - это не только условия, но и средство формирования нравственных качеств ученика, психического и личностного развития человека в целом.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ СЕТЕВОГО ВНЕУРОЧНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Овчинникова Оксана Николаевна
учитель математики
МБОУ "Школа № 3" г. Юрьев-Польский

Аннотация

Современный образовательный процесс невозможно представить без использования Интернет-технологий. Эффективной формой орга-

низации внеурочной деятельности в условиях реализации ФГОС является сетевое взаимодействие средствами дистанционного обучения. Дистанционное обучение приобретает особую значимость, поскольку с развитием Интернета и обеспеченностью учащихся персональными компьютерами улучшается обмен информацией между учителем и учениками. Все это способствует активизации и модернизации процесса обучения.

В основу методических рекомендаций лег положительный опыт автора в организации сетевого взаимодействия во внеурочное время.

Методические рекомендации адресованы учителям любых предметных линий основной и старшей школ.

Сведения об авторе: Овчинникова Оксана Николаевна – учитель математики

МБОУ «Школа №3» г. Юрьев-Польский Владимирской области, высшая квалификационная категория.

Введение

Сетевое взаимодействие во внеурочное время отвечает требованиям ФГОС нового поколения: участвуя в такой деятельности, обучающиеся овладевают приемами

сотрудничества и социального взаимодействия со сверстниками и взрослыми;

развивается личность ученика, существенно повышается его самостоятельность,

способствует его самореализации; познавательная инициативность и ответственность; у участников процесса формируются и развиваются компетенции в области использования

информационно-коммуникационных технологий.

Сетевое внеурочное взаимодействие позволяет заполнять пробелы в знаниях слабо подготовленных учащихся, а также углублять знания мотивированных учеников, осваивать сетевые сервисы, общаться с одноклассниками и учителем по различным вопросам.

Цель методических рекомендаций: оказание методической помощи в организации сетевого взаимодействия во внеурочное время с использованием дистанционных и ИК технологий.

Ожидаемый результат: овладение педагогами-практиками технологией организации и реализации сетевого взаимодействия во внеурочное время.

1. Дистанционные образовательные технологии.

Внедрение дистанционных образовательных технологий в учебный процесс проводится с использованием различных инструментальных средств. Это электронная почта, группы в социальной сети VK. Электронная почта является наиболее удобным и быстрым способом передачи информации, учебных материалов как одному, так и многим учащимся. Существенный ее недостаток – однонаправленная связь. Для двусторонней связи приходится несколько раз обмениваться сообще-

ниями, что не очень удобно. Поэтому обсуждение общих вопросов организуется в «беседе» в социальной сети VK. Здесь же обучающиеся получают консультацию учителя или одноклассников при появлении проблем с домашней работой.

1.1. Социальная сеть

Для любого современного учителя важно общаться с детьми в социальных сетях – пространстве, где они проводят очень большое количество времени, начиная с пятого класса. На учителя накладывается определенная ответственность, включается самоцензура при использовании социальных сетей и Интернета. Своим примером мы показываем, что в социальных сетях можно не только «просиживать штаны», но и делать какие-то полезные проекты или проводить коллективные обсуждения проблем и идей.

Через социальную сеть можно не только публиковать фото, аудио и видеоматериалы классного коллектива, передавать важную информацию, которая должна дойти до детей и родителей, но и развивать познавательные способности и творческое воображение детей. А чтобы внеурочная деятельность учащихся была эффективным процессом добывания знаний в социальной сети, я использую различные «Задачи-загадки», «Тесты», «Ребусы» и др.

Таким образом, подростковая активность в социальных сетях - в действительности это мощный инструмент, который необходимо лишь умело направить в нужное русло, что позволит учителям добиться высоких результатов в учебно-воспитательном процессе. На мой взгляд, социальные сети - это вовсе не «зло», а реальность, от которой никуда не уйти, но она дает педагогам уникальную возможность увидеть и понять, чем живут дети, заглянуть в их мир.

На сегодняшний день существует множество социальных сетей, созданных для совершенствования образовательного процесса, но, к сожалению, не все учебные сайты популярны среди учащихся, что мешает достичь с помощью данных Интернет-ресурсов заметных результатов в учебно-воспитательном процессе. В связи с этим в своей практике я использую в качестве инструмента дистанционных технологий подготовки учащихся и контроля их знаний уже созданные и работающие социальные сети, и в первую очередь – самый популярный среди молодежи сайт «ВКонтакте».

Перечислю преимущества, которые дает ученикам и преподавателям использование социальной сети с учебной целью:

1) Социальные сети, в первую очередь, нужны для открытости образовательного процесса всем его участникам.

2) Во-вторых, прогрессивные технологии делают процесс обучения продуктивней, ярче и доступней, позволяют приобретать знания более простым и понятным для юного поколения способом, повышают степень вовлеченности всех участников в образовательный процесс.

3) В-третьих, социальные сети дают возможность продолжить процесс обучения за пределами школы (можно работать интерактивно с помощью социальных сетей: проводить коллективные обсуждения, задавать вопросы и получать ответы, собирать идеи).

4) Учащийся, общаясь в социальной сети с учителем, ведет себя менее скованно, что позволяет ему задавать вопросы по предмету, не боясь для окружающих выглядеть не знающим или смешным.

5) Педагог для учащегося психологически становится не только преподавателем, но и просто участником социальной сети – взаимодействие на вертикальном уровне сменяется на взаимодействие на горизонтальном уровне. Это вызывает большее доверие со стороны учащегося и улучшает процесс усвоения информации.

6) У преподавателя значительно расширяется канал связи и время общения с аудиторией, так как можно быстро оповещать обучаемых о ближайших событиях в учебном процессе. При этом появляется возможность проведения воспитательной работы с прогульщиками и отстающими, так как в социальной сети их можно заставить чаще, чем в учебном классе.

Посредством социальной сети реализуются такие педагогические задачи, как:

- участие обучающихся в различных проектах;
- стимулирование творческой активности учащихся;
- развитие критического мышления в обсуждениях;
- апробация и повышение уровня дистанционных образовательных технологий;
- развитие памяти, внимания, логического мышления, наблюдательности через игровые формы подачи информации;
- расширение круга общения и интересов подростков;
- непосредственное участие родителей в образовательном и воспитательном процессах.

1.2. Образовательная среда Moodle.

Еще один вид дистанционных технологий стала работа в образовательной среде Moodle. (Moodle - модульная объектно-ориентированная динамическая учебная среда. Moodle - это пакет, который обычно определяют как CMS (система управления курсами) или LMS (система управления обучением). Главные достоинства этой среды - возможность доработать ее под особенности каждого образовательного проекта в соответствии с запросами пользователей. Основная учебная единица Moodle – это учебные курсы.

Главным достоинством такого вида ДОТ является то, что каждый ученик работает в комфортном для него темпе, исходя из своих возможностей. При этом ребенок не испытывает чувства неуверенности в своей деятельности, так как в процессе работы он получает индивидуальную консультацию или дозированную помощь от учителя.

Основные формы контроля в системе Moodle – вопросы, решение практической задачи, тест.

Наглядность представления материала позволяет учащимся с разным уровнем обученности самостоятельно разобрать новую тему, повторить старую. В случае необходимости обучающиеся получают консультацию у учителя. Отработка материала идет в ходе решения практических заданий разного уровня сложности, а также выполнения тематических тестов.

1.3. Облачное пространство

Еще одной инновацией в сфере ИКТ образования является использование облачных пространств в образовательном процессе. Яндекс.Диск является бесплатным облачным сервисом от Яндекса, и позволяет пользователям хранить свои данные на серверах в облаке и передавать их другим пользователям в интернете. Это облачное пространство мной используется для сбора и хранения, обработки информации при групповой работе над проектом.

Использовать ресурсов облачного пространства также возможно и при дистанционном обучении. Ученикам не надо приходить в школу или встречаться с преподавателем для получения знаний, достаточно скачать файл и позже обсудить его через онлайн-связь. Скорость скачивания большого файла из почты на много медленнее, чем через облачное пространство, что позволяет ученику экономить время на данный процесс.

Возможности синхронизации различных устройств через облачные пространства и сетевые ресурсы не только ускоряют процесс передачи информации, но позволяет регулировать уровень доступа к ней при использовании различных гаджетов.

Рассматриваемые дистанционные технологии обеспечивают овладение умениями и навыками для самостоятельного приобретения знаний, планирования своей деятельности, постановки конкретных задач, самооценки и самоконтроля, а также умения прогнозировать результаты своей деятельности. Что говорит о самореализации ученика.

1.4. Skype

Скайп (или Skype) — это программа, позволяющая общаться через сеть интернет со своими коллегами, друзьями, родственниками по всему миру. Программа разработана компанией Skype Limited. Программа позволяет: вести индивидуальную переписку, обмениваться сообщениями. Если у вас есть микрофон и наушники, вы можете дозвониться до собеседника (ученика), как будто вы общаетесь по телефону. Если у вас есть веб-камера, микрофон и наушники, то вы можете проводить видеоконференцию, видеть собеседника, слышать его и отвечать. Можно сказать, это видеотелефон, но на самом деле информация передается через интернет, и вы платите не за минуты, а за количество отправленных и полученных мегабайт.

1.5. Образовательный портал «Решу ЕГЭ» (обучающая система Д.Гущина)

Образовательный портал (<http://reshuege.ru>) создан творческим объединением «Центр интеллектуальных инициатив» под руководством

учителя математики Гущина Д.Д. Многим педагогам автор портала известен как член Федеральной комиссии по

разработке контрольно-измерительных материалов по математике для проведения единого государственного экзамена, как автор многочисленных книг по подготовке к ЕГЭ. На сайте размещено большое количество типовых задач, рекомендованных Открытым банком заданий по математике, а также задачи повышенного и высокого уровня сложности. Эта образовательная система легка в освоении учителем и учащимися и может использоваться на всех этапах подготовки к ЕГЭ.

2. Организация сетевого внеурочного взаимодействия

Создание сетевого пространства – фундамент качественной дистанционной работы.

Первый шаг (очередность шагов учитель выбирает самостоятельно, в зависимости от его ИКТ компетентности) создание личного облачного пространства (например: Яндекс.Диск) Если у Вас имеется почта на Яндексе, Mail.Ru, GMail, то вам не нужно дополнительно нигде регистрироваться. Пользователям этих сервисов доступны облачные хранилища сразу.

Для Mail.Ru — Облако@Mail.Ru

Для тех у кого есть аккаунт Google — Drive.Google.Ru

Владельцам аккаунта Яндекса — Яндекс.Диск

В противном случае, вам завести почту:

Яндекс
ПОЧТА

Логин

Пароль

Чужой компьютер [Вспомнить пароль](#)

[Войти](#) [Регистрация](#)

[В](#) [f](#) [t](#) [@](#) [g](#) [o](#)

PROSEOSPRINT.RU

Имя

Фамилия

Псевдоним

Псевдоним логин

Псевдоним пароль

Позвоните, чтобы не забыть

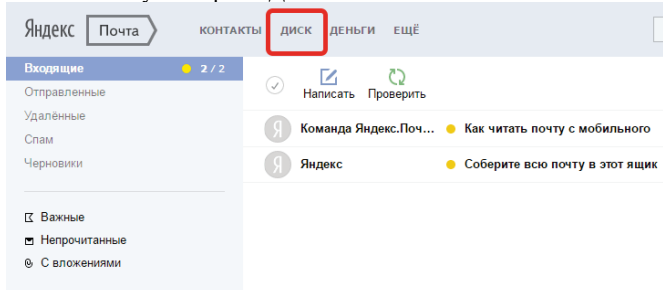
Мобильный телефон У меня нет телефона

Пример: +7 800 111 01 01 [Получить код](#)

Внимание! Ввиду особенностей, в личном кабинете Пользовательского соглашения и для всех остальных сервисов Яндекс не обрабатывает персональные данные, в соответствии с Федеральным законом от 27.07.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных», на условиях и для целей, определенных Политикой конфиденциальности.

[Зарегистрироваться](#)

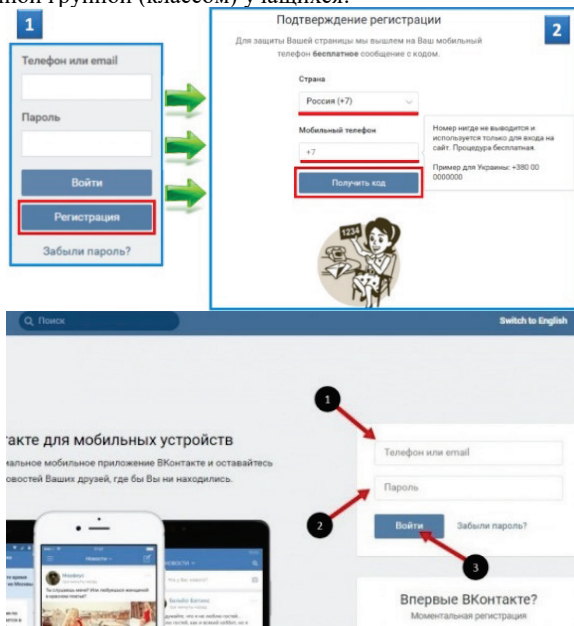
Войти в почту и открыть Диск:



Облачное пространство помогает хранить файлы, редко используемые на персональном компьютере (архивы, образы программ, фотографии).

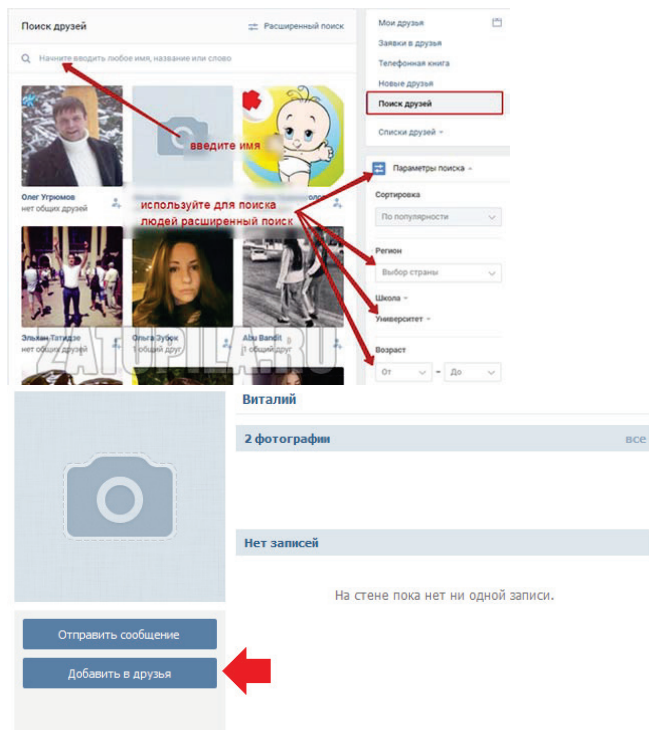
Также Яндекс Диск способен выступать в качестве файлообменного сервиса – если хочется поделиться какой-либо информацией, достаточно выложить ее и открыть доступ. А затем скопировать ссылку, по которой она будет доступна для загрузки.

Второй шаг- выбор социальной среды, создание беседы с определенной группой (классом) учащихся:

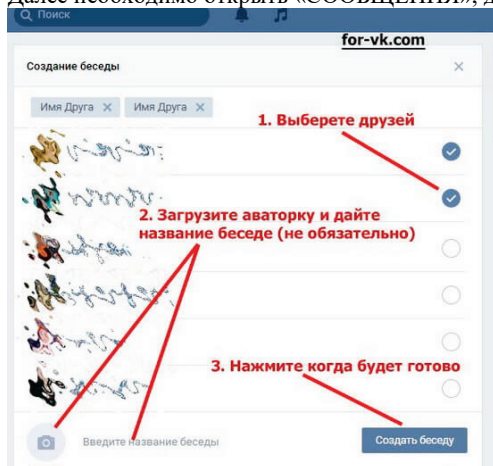


После входа на сайт необходимо добавить себе в друзья хотя бы одного ученика класса, с которым планируем создать беседу.

IT-Перемена. Всероссийская педагогическая конференция
«Современные здоровьесберегающие технологии
в образовательной организации» — 2023



Далее необходимо открыть «СООБЩЕНИЯ», добавить «БЕСЕДУ».



В беседу необходимо пригласить собеседников (учеников), которые будут видеть все сообщения, отправленные вами и другими учениками. Других учеников можете добавить вы или другие участники беседы.

Когда беседа сформирована вы можете давать собеседникам какую-либо информацию или задания.

Третий шаг – портал «Решу ЕГЭ»

1 Выйдите на сайт «Решу ЕГЭ». Это возможно сделать несколькими способами:

-Набрать адрес <http://reshuege.ru> в адресной строке браузера.

-Набрать название сайта «Решу ЕГЭ» в любой поисковой системе.

-Найти нужную ссылку в закладках.

2 Зарегистрируйтесь, выполняя предложенные инструкции.

3 Зайдите на сайт под своим логином.

РЕШУ ЕГЭ
Образовательный портал для подготовки к экзаменам
МАТЕМАТИКА базовый уровень СДАМ ГИА

Математика Информатика Русский язык Английский язык Немецкий язык Французский язык Испанский язык
Физика Химия Биология География Обществознание Литература История

Тренировочные варианты
Специально для «Решу ЕГЭ» подготовлены регулярно создаваемые варианты для самопроверки. По окончании работы система проверит ваши ответы; покажет правильные решения и выставит оценку по пятибалльной шкале (сравнительно с реальными).

Вариант 1	Вариант 2	Вариант 3	Вариант 4	Вариант 5
Вариант 6	Вариант 7	Вариант 8	Вариант 9	Вариант 10
Вариант 11	Вариант 12	Вариант 13	Вариант 14	Вариант 15

Вариант учителя
Если вы школьный учитель составили работу и вводите свой номер, введите его сюда.
Номер варианта:

Поиск в каталоге
Задания для подготовки к ЕГЭ с решениями.
Введите номер задания:

Каталог заданий
Вы можете составить вариант из необходимого вам количества заданий по тем или иным заданиям заданного каталога. Для создания сто-цдотных тестов воспользуйтесь кнопкой снизу.

Тема:

math-ege.sdangia.ru «РЕШУ ЕГЭ»: математика. ЕГЭ — 2019: задания, ответы, решения. Обучающая система Дмитрия Гущина.

СДАМ ГИА: РЕШУ ЕГЭ
Образовательный портал для подготовки к экзаменам
Математика профильного уровня

Математика Информатика Русский язык Английский язык Немецкий язык Французский язык Испанский язык
Физика Химия Биология География Обществознание Литература История

Результаты Google

впр 2019
всв тесты
reshu ege
матем егэ
сдам егэ

Учителю
Раздел для централизованного контроля уровня подготовки учащихся

СОСТАВИТЬ ВАРИАНТЫ ДЛЯ ПРОВЕРКИ ЗНАНИЙ УЧАЩИХСЯ
Учитель может составлять работы, используя случайное генерирование вариантов систем, подбора конкретные задания из каталога Решу ЕГЭ, ОГЭ, ВПР и ИТ, или добавив собственные задания. Регулируемые настройки: показать или скрыть правильные решения заданий после выполнения работы, задать дату и время выполнения работы, установить параметры выставления оценок.

СПИСОК СОЗДАННЫХ РАБОТ И СТАТИСТИКА ПО РАБОТАМ
Система сохраняет все созданные учителем работы и результаты их выполнения учащимися. Проверка тестовых заданий осуществляется компьютером. Решения заданий с развернутым ответом учащиеся могут загрузить в систему, а учитель может просмотреть, оценить и прокомментировать. Результаты проверки автоматически попадают в статистику учителя и в статистику учащихся. Учитель также может задать работу над ошибками, она автоматически будет создана компьютером и отослана учащимся. Регуляторы выполнения работы над ошибками появятся у учителя в статистике по работе.

В соответствии с различными возможностями сайта можно предложить различные технологии подготовки к ЕГЭ с помощью этого ресурса, используемые в работе учителя математики.

- Организация самостоятельной познавательной деятельности учащихся;

-Обучение учащихся разбору предложенных решений, их усвоению и закреплению;

-Обучение учащихся навыкам самостоятельной подготовки к экзаменам, ведя статистику выполненных заданий по различным темам;

-Организация систематического контроля знаний учащихся по темам, обобщающего контроля знаний;

-Ознакомление учащихся с требованиями выполнения заданий части С и практика по нахождению ошибок при оформлении задания части С;

-Дистанционное обучение учащихся. Формирование необходимых навыков у учащихся для дальнейшего непрерывного образования.

При составлении работы для учащихся автоматически формируется активная ссылка на данную работу. Эту ссылку необходимо передать ученикам. Сделать это можно несколькими способами:

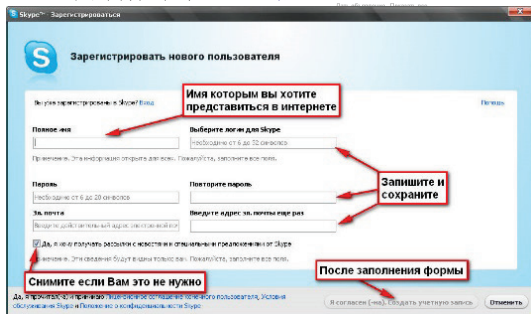
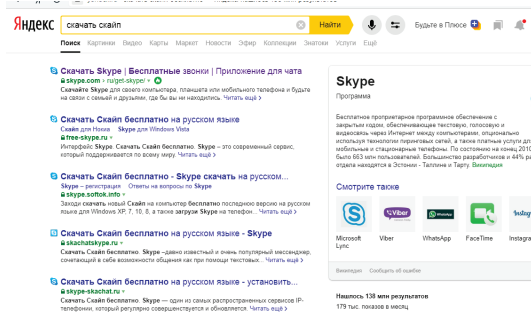
- распечатать и раздать учащимся (что крайне неудобно);

- скопировать ссылку в беседу класса;

- разместить информацию о ссылке в своем облачном пространстве.

Шаг четвертый – Скайп (Skype).

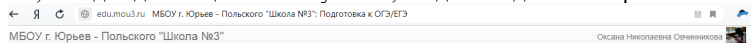
Если Скайпа нет на ПК, то его нужно скачать. Для этого в поисковике вводим «скачать скайп»



Для удобства работы в Скайпе нужно приобрести маркерную доску (можно детскую) и маркеры.

Пятый шаг – создание авторского дистанционного курса в образовательной среде Moodle на сайте школы (самый долгий и трудоемкий шаг).

Попросите администратора школьного сайта зарегистрировать вас в центре дистанционного обучения вашей школы. Войдите на сайт школы, вкладка дистанционное обучение, зайдите под своим паролем.



Центр дистанционного обучения МБОУ г. Юрьев - Польского "Школа №3"

Для создания курса можно воспользоваться (<http://www.curator.ru/method>)

В методических рекомендациях предложены примеры дистанционной работ во внеурочное время с разными категориями учащихся. (см. Приложение)

3. Материально-техническая база дистанционного обучения

Автоматизированное рабочее место обучающегося:

1. Домашний компьютер.
2. Доступ к сети Интернет.
3. Колонки (для компьютера).
4. Web – камера.
5. Микрофон.
6. Программное обеспечение, соответствующее АРМ у учителя. Например, Microsoft Office или OpenOffice.
7. Браузер Internet Explorer (версия не меньше 8.00).

Все вышеперечисленные характеристики есть в любом смартфоне.

Автоматизированное рабочее место учителя:

1. Компьютер.
2. Доступ к сети Интернет.
3. Колонки.
4. Web – камера.
5. Микрофон.
6. Программное обеспечение Microsoft Lync

Учитель тоже может пользоваться смартфоном, но удобнее с ноутбука (в нем присутствуют все необходимые сервисы).

Заключение

Благодаря сетевому взаимодействию во внеурочное время вырабатываются оптимальные методические приемы, позволяющие воздействовать на воспитательный и образовательный процесс, повышать их эффективность и результативность. Только совместные усилия, направленные на улучшение условия обучения, повышение качества материально-технической базы, совершенствование внеурочной деятельности, могут дать желаемый результат. Подобная система должна стать прекрасным стимулом для саморазвития подрастающего поколения россиян.

Литература

1. Абдуллаев С. Г. Оценка эффективности системы дистанционного обучения // Телекоммуникации и информатизация образования. – 2007. - С. 85-92.
2. Авраамов Ю. С. Практика формирования информационно-образовательной среды на основе дистанционных технологий // Телекоммуникации и информатизация образования. – 2004. - С. 40-42.
3. Анисимов А.М. Работа в системе дистанционного обучения Moodle.- 2009. - С. 292.
4. Боброва И. И. Методика использования электронных учебно-методических комплексов как способ перехода к дистанционному обучению // Информатика и образование. - 2009. - С. 124-125.
5. Васильев В. Дистанционное обучение: деятельностный подход // Дистанционное и виртуальное обучение. – 2004. - С. 6-7.
6. Генне О. В. Дистанционное обучение - новый шаг в развитии системы образований // Защита информации. Конфидент. – 2004. - С. 36-39.
7. Лямин А.В., Хоботова А.Р., Чежин М.С. Использование социальныхсетей в образовании. -2015.- С. 67.
8. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования / Министерство образования и науки Рос. Федерации. – 2011. – С. 48.
9. Патаракин.Е.Д. Сетевые сообщества и обучение. - 2006. – С. 112.

Интернет-ресурсы

1. <https://www.skype.com/ru/get-skype/>
2. <https://vk.com/>
3. <https://math-ege.sdangia.ru/>
4. <https://math-oge.sdangia.ru/>
5. <http://edu.mou3.ru/course/index.php?categoryid=42>
6. <https://disk.yandex.ru/client/disk>

Приложения

Работа 1

Работа с учеником обучающимся на дому (ОВЗ)

Оборудование:

-ученика – ноутбук, ручка, тетрадь;

-учителя – ноутбук, маркерная доска, маркер, тряпка.

Ученик зарегистрирован ВК, Skуре (открыты обе вкладки, идет видео-звонок)

У учителя включен Skуре, открыты вкладки ВК и портал Решу ОГЭ.

Учитель выбирает задания с портала Решу ОГЭ, отправляет их ученику личным сообщением ВК.

Ученик читает задание, выполняет его на листочке и показывает учителю.

Если возникли трудности, разбирается задание на маркерной доске, все необходимые пояснения делает учитель. Ученик выполняет работу над ошибками и дополнительно решает аналогичное задание.

Домашнее задание: учитель «собирает» из разобранных на уроке заданий и формирует домашнюю работу на портале Решу ОГЭ, ссылку на эту работу отправляет ученику личным сообщением ВК.

Контроль: ученик выполняет работу, учитель проверяет, выставляет оценку. Причем задания из 1 части проверяются автоматически. Если у учащегося возникают трудности с порталом, то он выполняет задание в тетради, фотографирует и отправляет учителю сообщением ВК.

Работа 2

Работа с 10 профильным классом (задание на выходные или каникулы)

Оборудование:

- учащихся – смартфон, тетрадь, ручка;

- учителя – ноутбук

У учеников на смартфоне открыто приложение ВК и дистанционный курс на сайте образовательного учреждения.

У учителя открыты вкладки дистанционного курса и ВК.

Учитель формирует задания по дистанционному курсу и поясняет порядок прохождения курса всему классу в беседе ВК, рассылает логины и пароли всем ученикам.

Ученики, прочитав задание в ВК, заходят на дистанционный курс, выполняют задание в тетради, фотографируют решение и загружают на курс.

Учитель проверяет, оставляет комментарии по решению, выставляет оценку.

Полный список участников конференции

1. Агаркова Нелли Александровна, воспитатель, ОБОУ "Школа-интернат № 2" г. Курска.
2. Алексеева Татьяна Григорьевна, воспитатель, МБДОУ "Детский сад № 146" города Чебоксары Чувашской Республики.
3. Анухина Валерия Васильевна, воспитатель, МБОУ СОШ № 2, дошкольное отделение "Матрешка", город Серпухов.
4. Артемова Татьяна Николаевна, воспитатель, МБОУ СОШ № 2, дошкольное отделение "Матрешка", город Серпухов.
5. Басыйрова Рузия Расиховна, воспитатель ДОУ, МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида № 3", с. Актаныш.
6. Белоконенко Александра Матвеевна, воспитатель, МБДОУ "Д/с "Дюймовочка" Республика Коми, г. Вуктыл.
7. Бессчастлива Екатерина Николаевна, музыкальный руководитель, МБДОУ "Детский сад № 16".
8. Бударина Наталья Дмитриевна, воспитатель, МБДОУ № 31 "Росинка", г. Псков.
9. Будукина Татьяна Анатольевна, инструктор по физической культуре, МБОУ СОШ № 2, дошкольное отделение "Матрешка", город Серпухов.
10. Гаврилова Гульфия Фаритовна, учитель начальных классов, МБОУ "ООШ ст. Миннибаево" Альметьевского муниципального района Республики Татарстан.
11. Денисова Екатерина Васильевна, воспитатель, ФГБДОУ "Детский сад № 258", г. Новосибирск.
12. Дзёх Маргарита Викторовна, учитель начальных классов, МБОУ "Гимназия № 18 имени И.Я. Илюшина", г. Королёв, Московская область.
13. Долгополова Надежда Евгеньевна, воспитатель, МАДОУ - детский сад компенсирующего вида № 82, г. Златоуст.
14. Дугарова Светлана Бадраевна, воспитатель, ГУ ЦПППН "Доверие" Забайкальского края, г. Чита.
15. Епифанова Татьяна Сергеевна, воспитатель, МАДОУ "Центр развития ребенка - детский сад № 13" г. Кунгур.
16. Завьялова Татьяна Юрьевна, учитель физической культуры, МАОУ "СОШ № 8 г. Челябинска".
17. Иванова Ольга Александровна, воспитатель, МБДОУ "Детский сад № 146" города Чебоксары Чувашской Республики.
18. Иванова Ольга Александровна, воспитатель, МБДОУ Детский сад № 146 город Чебоксары.
19. Иевлева Анна Дмитриевна, педагог, СПб ГБУ ДО «ДШИ № 13 Курортного района».

20. Ильюшкина Евгения Дмитриевна, учитель, МБОУ Катынская СШ, Смоленский район, село Катынь.
21. Камалетдинова Алия Ильясовна, воспитатель, МАДОУ "Детский сад № 25", г. Петропавловск-Камчатский.
22. Капралова Татьяна Владимировна, воспитатель, МБОУ Ро-стиловская школа.
23. Карпова Светлана Дмитриевна, воспитатель, МАДОУ "Центр развития ребёнка - детский сад № 10".
24. Кирильчук Ольга Викторовна, учитель, МБОУ "ООШ № 8 имени А.П. Чехова" Пермский край, г. Александровск, п. Карьер - Известняк.
25. Ковалева Надежда Николаевна, воспитатель, МДОУ ДС "Ёлочка" г. Краснослободска.
26. Коковина Татьяна Юрьевна, воспитатель, МБДОУ № 9, г. Миасс.
27. Кудрявцева Инна Александровна, учитель начальных классов, Областное бюджетное общеобразовательное учреждение "Школа-интернат № 2 им. Г. А. Карманова" г. Курска.
28. Кузнецова Марина Николаевна, воспитатель, МБДОУ "Детский сад № 12 "Ромашка" г. Вологда.
29. Кузьмина Екатерина Евгеньевна, педагог дополнительного образования по изобразительной деятельности, МАДОУ детский сад № 21 г. Белово.
30. Курамаева Юлия Бекбоевна, преподаватель, ГАПОУ "Братский индустриально-металлургический техникум".
31. Лазутина Дарья Алексеевна, воспитатель, МА ДОУ № 29, г. Краснотурьинск.
32. Ланцева Ольга Владимировна, воспитатель, МБДОУ № 116 г. Ангарск, Иркутская область.
33. Лебедева Елена Николаевна, педагог дополнительного образования, Детский сад № 23 «Солнечный город», г. Серов.
34. Лиховидова Ирина Александровна, заместитель директора по УВР, педагог дополнительного образования, МБОУДО Дом детского творчества Боковского района.
35. Лохмоткина Елена Ивановна, воспитатель, ГБУ ЦССВ «Наш дом» ДТСЗН г. Москвы.
36. Любченко Наталья Андреевна, педагог дополнительного образования, ГКУ «Карпинский детский дом-интернат».
37. Магдантдинова Альфия Наилевна, учитель-дефектолог, ГБОУ "Агрызская школа-интернат для детей с ОВЗ" г. Агрыз.
38. Макарина Ольга Сергеевна, воспитатель, ГБДОУ № 33 Московского района, город Санкт-Петербург.
39. Маликова Елена Владимировна, воспитатель, МБДОУ "Детский сад № 20 "Белочка".
40. Маралова Анна Федоровна, концертмейстер, ГБУДО ДЮТЦ "Васильевский остров".

41. Милованова Жанна Владимировна, воспитатель, МБДОУ № 265.
42. Мишина Кристина Олеговна, инструктор по физической культуре, МБДОУ ЦРР № 5 "Мир детства".
43. Мокина Елена Яковлевна, педагог-психолог, МБОУ Большесосновская СОШ, Большесосновский детский сад.
44. Мокрецова Алла Николаевна, воспитатель, Филиал МАОУ «Холмогорская СШ имени М.В. Ломоносова» - Детский сад № 1 «Журавушка», Архангельская область, с. Холмогоры.
45. Морозова Татьяна Викторовна, учитель начальных классов, Областное бюджетное общеобразовательное учреждение "Школа-интернат № 2 им. Г. А. Карманова" г. Курска.
46. Намакаева Гелсия Абдулкаюмовна, старший воспитатель, МАДОУ «Шыгырданский детский сад «Сандугач».
47. Насырова Анджела Ивановна, воспитатель, МБДОУ № 32 г. Салавата РБ.
48. Нимакова Татьяна Ильинична, воспитатель, МБ ДОУ № 146 г. Чебоксары.
49. Ничкасова Татьяна Александровна, воспитатель, МБДОУ "Детский сад № 323" г. о. Самара.
50. Новикова Татьяна Александровна, учитель русского языка и литературы, МБОУ «ШКОЛА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ», Мытищи.
51. Овечкина Алевтина Анатольевна, воспитатель, МДОУ ДС "Ёлочка" г. Краснослободск.
52. Овчинникова Оксана Николаевна, учитель математики, МБОУ "Школа № 3" г. Юрьев-Польский.
53. Павлова Наталья Сергеевна, педагог дополнительного образования, ГБОУ ДО ЦТР и МЭО "Радость".
54. Палладина Елена Валерьевна, воспитатель, МБДОУ "Детский сад № 146 "Петушок" г. Чебоксары.
55. Плигина Елена Геннадьевна, воспитатель, Мисайловская СОШ № 1, Детский сад № 3.
56. Попкова Ольга Михайловна, учитель начальных классов, МАОУ "СОШ № 8 г. Челябинска".
57. Салаева Диана Витальевна, воспитатель, ГУ ЦПППН "Доверие" Забайкальского края, г. Чита.
58. Самсонова Анна Владимировна, воспитатель, МБДОУ № 9 город Миасс.
59. Сауцкая Татьяна Сергеевна, воспитатель, МБДОУ детский сад № 69 г. Уссурийск, Приморский край.
60. Свечникова Лариса Витальевна, методист, МБОУ ДО "Дом детства и юношества", п. г. т. Максатиха.
61. Селзнева Елена Юрьевна, воспитатель, ГБОУ Школа № 1284.

62. Снегирева Юлия Владимировна, воспитатель, МАДОУ «Детский сад № 25».
 63. Сняtkова Ольга Васильевна, воспитатель, МБДОУ "Детский сад № 12 "Ромашка" г. Вологда.
 64. Соболева Ксения Васильевна, воспитатель, ГУ ЦПППН "Доверие" Забайкальского края, г. Чита.
 65. Сомова Екатерина Сергеевна, воспитатель, ГБДОУ детский сад № 59 Красногвардейского района, г. Санкт-Петербург.
 66. Спиридонова Ирина Александровна, воспитатель, МБДОУ "Детский сад № 323" г. о. Самара.
 67. Степанова Ксения Юрьевна, учитель-логопед, МБДОУ "Детский сад № 146" города Чебоксары Чувашской Республики.
 68. Субботина Светлана Геннадьевна, педагог-организатор, МАУ ДО ЦРТДиЮ МО Кандалакшский район.
 69. Субботкина Марина Александровна, воспитатель, МБДОУ "ЦРР - детский сад № 53".
 70. Тимченко Светлана Александровна, педагог дополнительного образования, МБОУДО Дом детского творчества Боковского района.
 71. Триголос Элина Руслановна, педагог-психолог, МДОУ ДС "Ёлочка" г. Краснослободска.
 72. Турова Оксана Петровна, воспитатель, Пироговский детский сад структурного подразделения МБОУ "Юбилейная СОШ".
 73. Тхатель Саида Адамовна, воспитатель, МБДОУ № 3 "Созвездие" г. Адыгейска.
 74. Улядарова Ольга Станиславовна, воспитатель, МБДОУ № 6 "Василек", г. Сургут.
 75. Чаплинская Юлия Сергеевна, педагог дополнительного образования, МКОУ ДО "Центр детского творчества п. Терней".
 76. Чаплинская Юлия Сергеевна, учитель информатики и ИКТ, технологии, МКОУ СОШ п. Пластун, Приморский край.
 77. Шакирова Екатерина Хакимьяновна, воспитатель, ЧДОУ Детский сад № 131 ОАО РЖД, г. Екатеринбург.
 78. Шарипова Лидия Сергеевна, инструктор по физической культуре, МАДОУ детский сад № 179 «Детство».
 79. Шпакова Ольга Петровна, воспитатель, МБУ ЦППМСП «Лабиринт» РМЭ, г. Волжск.
 80. Юмагузина Фануза Айратовна, воспитатель, МОБУ ЦО ЗНАНИЕ.
 81. Япаева Елена Евдокимовна, учитель-дефектолог, ГБОУ "Княсовская СОШ".
-