

Структурное подразделение «Детский сад №56» ГБОУ СОШ №4 г. о. Сызрань

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ
В КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЕ
ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА С ДЕТЬМИ С ОВЗ**

подготовил:
педагог-психолог Мартынова А. М.

г. Сызрань, 2017 г.

*«Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным,
сделайте его крепким и здоровым»*

Жан Жак Руссо

Педагогическая технология - это инструмент профессиональной деятельности педагога.

Сущность педагогической технологии заключается в том, что она имеет выраженную этапность (пошаговость), включает в себя набор определенных профессиональных действий на каждом этапе, позволяя педагогу еще в процессе проектирования предвидеть промежуточные и итоговые результаты собственной профессиональной деятельности. Любая педагогическая технология должна быть здоровьесберегающей.

Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка – это технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка-дошкольника.

Основная задача этих технологий - обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и в семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника. Реализацией данных технологий занимается педагог-психолог. К этому виду технологий можно отнести технологии психологического и психолого-педагогического сопровождения ребенка в дошкольном образовательном учреждении.

В законе «Об образовании» сохранение и укрепление здоровья детей выделено в приоритетную задачу. Одна из задач Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования – охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Поэтому, сегодня сохранение и укрепление здоровья детей одна из главных стратегических задач развития страны.

Выделяется несколько компонентов здоровья:

- соматическое здоровье - текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития;

- физическое здоровье - уровень роста и развития органов и систем организма;

- психическое здоровье - состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта.

Дети с ограниченными возможностями здоровья имеют нарушения центральной нервной системы различной степени, отклонения в психоэмоциональной сфере, характеризуются повышенной утомляемостью. Нарушения различных психических функций головного мозга затрудняет восприятие, замедляет процессы анализа и синтеза, ослабляет познавательную деятельность, снижает работоспособность, ориентацию в практической деятельности. Такие дети нуждаются в охранительном щадящем режиме и таком же отношении к ним.

Объем познавательной информации постоянно увеличивается, из-за чего растет доля умственной нагрузки в режиме дня. Вследствие этого нередко на-

блюдается переутомление детей, снижение их функциональных возможностей, что отрицательно влияет не только на состояние здоровья дошкольников, но и на перспективы их дальнейшего развития. Поэтому необходимо проводить специальную работу по снижению утомляемости и развитию работоспособности детей с ограниченными возможностями здоровья в воспитательном процессе.

Педагог-психолог в работе с детьми с ОВЗ использует следующие здоровьесберегающие технологии:

- личностно-ориентированные технологии;
- игровые технологии (игротерапия);
- информационные технологии
- коммуникативные технологии;
- музыкотерапия;
- арттерапия;
- сказкотерапия;
- психогимнастика;
- технологии воздействия цветом (цветотерапия или хромотерапия);
- песочная терапия;
- дыхательная гимнастика;
- пальчиковая гимнастика;
- зрительная гимнастика;
- телесная терапия;
- релаксация;
- технологии коррекции поведения;
- использование сухого бассейна.

Игровая терапия

Данная технология решает следующий спектр задач: психокоррекции, психопрофилактики, развития и гармонизации личности ребенка, способствует улучшению психологического климата в семьях и малых группах. Игра – это наиболее естественная форма жизнедеятельности ребенка. В процессе игры формируется активное взаимодействие ребенка с окружающим миром, развиваются его интеллектуальные, эмоционально-волевые, нравственные качества, формируется его личность в целом. Сюжетно-ролевые игры способствуют коррекции самооценки ребенка, формированию у него позитивных отношений со сверстниками и взрослыми. Основной задачей игр-драматизаций также является коррекция эмоциональной сферы ребенка.

Информационные технологии

На современном этапе преимущества использования ИКТ открывают широкие возможности в практической деятельности педагога-психолога дошкольного образовательного учреждения.

Нами используются готовые продукты: компьютерные игры и тренажеры, различные развивающие программы по развитию памяти, внимания, логического мышления, игры-презентации.

Использование ИКТ способствует стимуляции интеллектуальной деятельности ребенка с ОВЗ, формированию и совершенствованию его высших психических функций: внимания, памяти, пространственных и конструктивных пред-

ставлений, речи, логического мышления. Применение данной технологии дает возможность учитывать индивидуальные особенности и возможности каждого ребенка с ОВЗ.

Музыкотерапия – использование музыки для расслабления и успокоения, активизации эмоциональной сферы, коррекции эмоционального состояния.

Арттерапия – это форма работы, основанная на изобразительном искусстве и другие формы работы с ребенком. Основная задача состоит в развитии самовыражения и самопознания ребенка с ОВЗ. Рисунки детей отражают уровень умственного развития и индивидуальные личностные особенности, а также являются своеобразной проекцией личности.

Библиотерапия (в том числе сказкотерапия) — литературное сочинение и творческое прочтение литературных произведений.

Сказкотерапия – это целостный педагогический процесс, способствующий развитию всех сторон речи, воспитанию нравственных качеств, а также активизации психических процессов (внимания, памяти, мышления, воображения) детей с ОВЗ. Сказкотерапия способствует развитию и коррекции эмоциональных состояний, снижению тревожности, повышению самооценки, снижению агрессивных проявлений у детей с ОВЗ.

Психогимнастика (мимика и пантомимика).

Основной акцент делается на обучение элементам техники выразительных движений, использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств, приобретение навыков в саморасслаблении.

Мимика тесно связана с артикуляцией. Желание ребенка изображать на лице различные эмоции, способствует развитию у него не только мимической, но и артикуляционной моторики.

Технология воздействия цветом (цветотерапия, хромотерапия) - воздействие цвета на людей неоднозначно, а сугубо индивидуально, оно носит избирательный характер, и это необходимо учитывать в работе с дошкольниками с ОВЗ.

Пескотерапия (sand-play) – игра с песком, как способ развития ребенка с ОВЗ. Песочная терапия – одна из разновидностей игровой терапии. Через игры с песком легко решаются такие задачи, как развитие коммуникативных навыков, то есть умение нормально общаться. Игра в песок позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей, и это делает его прекрасным средством для развития и саморазвития ребенка с ОВЗ.

Дыхательная гимнастика - ритмичные и шумные вдохи и выдохи способствуют насыщению организма кислородом, улучшают обменные процессы, нормализуют психоэмоциональное состояние, выводят из стресса.

Пальчиковая гимнастика является мощным средством повышения работоспособности коры головного мозга, влияет на центры развития речи. Развивают ручную умелость, помогает снизить напряжение.

Зрительная гимнастика – это комплекс упражнений направленный на улучшения циркуляции крови и внутриглазной жидкости глаз; укрепления мышц глаз; улучшения аккомодации (это способность глаза человека к хорошему качеству зрения на разных расстояниях).

Телесная терапия – методы работы с телом, целью которых является улучшение телесного и душевного самочувствия. В практике телесно-ориентированной психотерапии используются различные методы. Это может быть массаж или различного рода упражнения. Их особенность заключается в том, что любой из них направлен на расслабление зажимов, на осознание тела, эмоциональное отреагирование и проживание настоящего момента.

Релаксация способствует снижению психического, эмоционального напряжения, повышению эмоционального настроения.

Применение **сухого бассейна** способствует снижению уровня психоэмоционального напряжения. Снижения двигательного тонуса, способствует регулированию мышечного напряжения. Способствует развитию кинестетической и тактильной чувствительности, образа тела, пространственных восприятий и представлений. Используется для коррекции уровня тревожности и агрессивности.

Применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, обеспечивает индивидуальный подход к каждому ребенку с ОВЗ.

Использование вышеперечисленных здоровьесберегающих технологий при проведении коррекционно-развивающей работы с детьми, а также создание наиболее разнообразной, интересной для ребенка развивающей среды способствует повышению работоспособности, выносливости детей, развитию их психических процессов, формированию и развитию двигательных умений и навыков, развитию общей и мелкой моторики и в итоге способствует социальной адаптации детей с ОВЗ.