



Томская областная универсальная научная библиотека
имени А. С. Пушкина
Отдел организации обслуживания инвалидов по зрению
МБЛПУ ЗОТ «Центр медицинской профилактики»



Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми, имеющими нарушения в развитии



МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

Издано на средства городской долгосрочной целевой программы «Социальная интеграция» на 2012-2015 годы»

Томск 2013



Томская областная универсальная
научная библиотека им. А.С. Пушкина
Отдел организации обслуживания инвалидов по зрению

МБЛПУ ЗОТ «Центр медицинской профилактики»

Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми, имеющими нарушения в развитии

методическое пособие

Томск - 2013

Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми, имеющими нарушения в развитии: методическое пособие /ТОУНБ им. А. С. Пушкина, Отдел организации обслуживания инвалидов по зрению; МБЛПУ ЗОТ «Центр медицинской профилактики»; отв. за выпуск А. А. Коваленко. – Томск, 2013. – 52 с.; 21. – (В помощь реабилитологу).

Здоровье детей – самое ценное, что у нас есть. Здоровьесберегающие технологии в детском саду и начальной школе должны быть направлены на то, чтобы дети уже в этом возрасте приучались правильно питаться и заботиться о своем самочувствии. Педагоги и воспитатели должны не только научить детей читать и писать, но и помочь ребятам получить первые знания о здоровом образе жизни, закаливании, самозащите.

Пособие содержит разработки из опыта работы специалистов образовательных учреждений Томской области по использованию здоровьесберегающих технологий в работе с детьми с ОВЗ.

Материал адресован учителям, логопедам, воспитателям, родителям, воспитывающим и обучающим детей с ограниченными возможностями здоровья.

Материалы, представленные в бесплатном издании, являются авторской работой (за исключением ссылок). На них в полной мере распространяется законодательство об авторских и смежных правах. Публикация, тиражирование и коммерческое использование текстов без согласия автора запрещено.

ОГАУК Томская областная универсальная
научная библиотека им. А.С. Пушкина, 2013

МБЛПУ ЗОТ «Центр медицинской профилактики»

РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО

Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья

Воложанина Алена Сергеевна,
психолог Культурно-образовательного центра
для детей с ограниченными возможностями
ТОУНБ им. А.С. Пушкина

Всем прекрасно известна истина: здоровье – одна из главных ценностей в жизни каждого человека. Здоровье дарит нашим воспитанникам хорошее самочувствие, а вслед за ним успехи и достижения, удачи и счастье.

В Российском обществе в последнее десятилетие сформировалась тенденция к общему ослаблению физического здоровья населения страны. Проблема здоровья и его сохранения в современном мире стоит более чем остро. И, вполне закономерно, что именно эти задачи стали приоритетными в программе модернизации российского образования в последние годы.

Согласно данным Госкомстата России складывается стабильная тенденция к увеличению количества детей, имеющих нервно-соматические заболевания и отклонения в психическом и физическом развитии:

	2000 г.	2003 г.	2007 г.	2011 г.
все зарегистрированные дети с диагнозом, полученным впервые в жизни	38225,7 тыс. детей	37118,6 тыс. детей	38140,5 тыс. детей	42055,8 тыс. детей
болезни нервной системы	713,9 тыс. детей	740,0 тыс. детей	843,4 тыс. детей	943,9 тыс. детей
болезни глаза и его придаточного аппарата	1211,0 тыс. детей	1169,8 тыс. детей	1201,3 тыс. детей	1291,3 тыс. детей
болезни уха и сосцевидного отростка	1076,9 тыс. детей	988,6 тыс. детей	1056,8 тыс. детей	1201,9 тыс. детей
врожденные аномалии (пороки развития), деформации и хромосомные нарушения	172,4 тыс. детей	187,2 тыс. детей	230,3 тыс. детей	264,4 тыс. детей

Плохое самочувствие, болезни и патологии рождения являются причинами отставания в росте, неудач на занятиях, в играх, в спорте.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 3 до 17 лет этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. В связи с этим, словосочетания «здоровьесбе-

регающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в планах воспитательной работы педагогов всех элементов образовательной структуры, начиная от дошкольных учебных учреждений, в т.ч. специальных (коррекционных). Воспитателям, психологам и педагогам, работающим с детьми, приходится не только исправлять дефект, но и нормализовать психическое и физическое состояние ребенка.

«Здоровьесберегающая технология» – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах обучения и развития. В концепции образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Здоровьесберегающие образовательные технологии наиболее значимы для всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей. Главный их признак – использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем. Их можно выделить в три группы:

- организационно-педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующую предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;
- психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми (сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса);
- учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья воспитанников.

Приведу лишь некоторые здоровьесберегающие технологии, которые могут быть использованы педагогами и воспитателями в своей работе:

- технологии сохранения и стимулирования здоровья (динамические паузы, ритмопластика, логоритмика, подвижные и спортивные игры, релаксация, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная и артикуляционная гимнастика);
- технологии обучения здоровому образу жизни (игротренинги и игротерапия, самомассаж, точечный самомассаж);
- коррекционные технологии (арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, психогимнастика, фонетическая гимнастика).

Эти, как и многие другие рекреативно-оздоровительные технологии

способствуют физической и духовной реабилитации детей, максимальному развитию инициативы, самостоятельности, снимают физическое, психическое и интеллектуальное напряжение и стимулируют социальную активность.

Наиболее актуальны вопросы здоровьесбережения именно в специальных учреждениях, куда ребята уже зачастую приходят с ослабленным здоровьем и нуждаются не столько в укреплении здоровья, сколько в поддержании сохранившихся функций и компенсации утраченных.

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, неосложненное развитие.

Здоровье наших воспитанников определяет здоровье нации в будущем. И это ответственность и родителей, и персонала учебных учреждений. Общими усилиями нужно постараться создать детям все условия для правильного и здорового развития.

Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе (хотя уже есть предпосылки к этой тенденции), 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 лично, интеллектуально, духовно.

Комплексное использование здоровьесберегающих технологий на уроках письма, чтения и развития речи с детьми с ограниченными возможностями здоровья

Голенцева Зоя Ивановна,

директор, учитель-дефектолог

Тагильцева Валентина Ивановна,

учитель высшей категории

Муниципального казённого специального (коррекционного)
образовательного учреждения для обучающихся воспитанников
с ограниченными возможностями здоровья, специальной
(коррекционной) общеобразовательной школы № 39 VIII вида г. Томск

Человек – высшее творение природы, но для того, чтобы наслаждаться ее сокровищами, он должен отвечать хотя бы одному требованию – быть здоровым. Учеными доказано, что 75% болезней взрослых заработано в детские годы.

Сложная нестабильная социально-экономическая ситуация, существующая в стране, привела к значительному ухудшению состояния здоровья школьников. Ежегодно по данным официальной статистики на 2-4% увеличивается заболеваемость детей и подростков. В процессе обучения в школе распространенность хронических заболеваний возрастает более чем на 50%.

Большую часть дня школьники проводят в стенах образовательного учреждения. Время обучения в школе совпадает с периодом роста и развития ребенка, когда его организм наиболее чувствителен к воздействию благоприятных и неблагоприятных условий окружающей среды.

Современный комплекс диагностик (медицинская, психологическая, физиологическая) позволяет выявить скрытые особенности развития ребенка. Поэтому деятельность специалистов коррекционного образовательного учреждения направлена на то, чтобы с одной стороны строить учебно-воспитательный процесс с учетом психофизиологических особенностей каждого ребенка, а с другой – умело применять здоровьесберегающие и превентивные технологии.

Одна из главных целей нашей школы сегодня – формирование культуры здоровья у учащихся, создание условий, позволяющих воспитать потребность в принятии здорового образа жизни.

Как помочь школьнику, как сделать так, чтобы он начал жить актив-

ной и полноценной жизнью, как сделать так, чтобы учение в школе вызывало прилив энергии, а обучение было в радость, развивало рефлексивные умения учащихся?

На первом этапе здоровьесформирующей деятельности собирается информация о соматическом, психическом, социальном здоровье ребенка. Используется широкий спектр различных методов: тестирование и анкетирование родителей, наблюдение, беседа, изучение школьной документации, анализ продуктов учебного труда, изучение особенностей семьи, быта, воспитательной среды. Проведение плановой экспресс-диагностики позволяет выявить индивидуальные проблемы детей, а в некоторых случаях требуется более детальное, углубленное обследование, касающееся изучения психического здоровья ребенка. Полученные в ходе работы результаты позволяют понять причины возникновения трудностей и определить способы оказания необходимой помощи: развивающие занятия, специальная комплексная коррекция, выбор определенных форм обучения.

Задачи образовательных учреждений в сфере охраны здоровья закреплены в ряде законодательных и нормативных документов. Значимость данной работы обозначается двумя основными положениями, содержащимися в Законе РФ «Об образовании».

Под здоровьесберегающими технологиями следует понимать систему мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывать среду и условия жизни ребят, воздействующие на их здоровье.

С учетом психофизических особенностей детей у нас в школе идет большая коррекционная работа по укреплению и сохранению здоровья.

В целях совершенствования знаний, умений и навыков по здоровьесбережению используются различные формы оздоровления: вводная гимнастика, физкультминутки (танцевальные, ритмические, двигательноречевые, когнитивные, познавательные), развивающие игры, сюжетно-ролевые игры, креативные творческие, оригинальные движения), физкультпаузы, подвижные игры, различные виды гимнастики (пальчиковая, зрительная дыхательная, для профилактики простудных заболеваний, пантомимическая).

В состав упражнений для физкультминуток включены упражнения по формированию осанки, укреплению зрения и упражнения, направленные на выработку рационального дыхания.

Кроме того, широко применяются авторские здоровьесберегающие методики:

1. Методика Сиротюк Л. А. (кинезиологические упражнения) – стимулируют творческую деятельность, помогают мобилизовать учащихся, позволяют улучшить память, внимание, речь ребенка, снижают утомляемость, повышают работоспособность.
 - Упражнения для снятия психоэмоционального напряжения.
 - Упражнения для повышения работоспособности.
 - **«Кнопки мозга»**. Одна рука закрывает пупок, другая рука массирует две подключичные ямочки 5-7 сек.
 - **«Энергетическая зевота»**. Массаж точек в углублении щек (на верхних скулах). Широко открыть рот и зевнуть не менее 3 раз.
 - **«Оркестр Балабок»**. Пропевание гласных звуков, они очень хорошо массируют те точки, которые находятся внутри. Вдох глубокий и пропевание звуков на выдохе, пока не кончится воздух. Перед этим упражнением сделать упражнение «Энергетическая зевота».
2. Методика Базарного В. Ф.
 - Смена динамических поз.
 - Зрительно-двигательные траектории.
 - Режим «зрительных горизонтов».
3. Методика Стрельниковой А. Н. (дыхательные упражнения):
 - **«Ушки»**. Покачивать головой как будто говорите «Ай-ай-ай, как не стыдно!» Следить за тем, чтобы не было поворота, так как при этом работает другая группа мышц. Правое ухо – к правому плечу, левое – к левому. Плечи неподвижны.
 - **«Кошка»**. Вспомнить кошку, которая крадется, чтобы схватить воробья. И повторять ее движения – чуть-чуть приседая, покачиваясь то вправо, то влево. Тяжесть тела перенести то на правую, то на левую ногу. На ту, в какую сторону повернулись. И яростно нюхать воздух справа, слева, в темпе шагов.
 - **«Обними плечи»**. Поднять руки на уровне плеч, повернуть ладони к себе и поставить их перед грудью, чуть ниже шеи. Бросить руки навстречу друг другу так, чтобы левая рука обнимала правое плечо, а правая – левую подмышку, то есть, чтобы руки шли параллельно друг другу. Движения следуют в темпе прогулочных шагов, строго одновременно с броском повторяйте короткие вдохи.
4. Су-джок. Использование на уроках массажера для кистей рук

обеспечивает увеличение энергии, состояние умиротворения и ощущение тепла внутри тела и вокруг него, ощущение потока энергии внутри тела, усиление ощущений, уменьшение стресса и эмоциональных проблем, увеличение ясности мысли.

Идеи здоровьесберегающего образования позволяют использовать нестандартные формы уроков: уроки-игры, уроки-дискуссии, театрализованные уроки, уроки с групповыми формами работы, уроки-конкурсы, уроки-обобщения и др.

При этом не следует забывать о роли сказанного слова и силе его воздействия на организм человека. Слово – это не простое сочетание звуков. Ведь слово есть и было единственным доступным лекарством, оно исцеляло и давало силу жить и надеяться.

Когда мы выражаем ребенку нашу любовь, мы даем ему поддержку и чувство близости с ним, необходимые для его полного самораскрытия, реализации. Сказать: «Я тебя люблю» – это только одна из возможностей. Есть много других слов и безмолвных жестов, которые более подходят к конкретной ситуации и подкрепляют в ребенке чувство уверенности в себе, принятие мира и любви.

Восстановить природные вибрации органов и вернуть здоровье, не прибегая к помощи докторов, может любой из нас. Сделать это несложно: надо только научиться правильно произносить отдельные звуки: А, Е, И, О, У, Ю, Я, Э.

Например, звук «А» снимает боли различного происхождения, лечит сердце и верхние доли легких, помогает при респираторных заболеваниях, оказывает мощное воздействие на весь организм, способствуя насыщению тканей кислородом. Звук «О» называют «звуком легких»: он вызывает в груди целительную вибрацию, которая лечит кашель, трахеит, воспаление легких. Снимает спазмы и боли и облегчает течение такого тяжелого заболевания, как туберкулез легких.

Хотите всегда быть здоровым? Тогда один-два раза в день делайте следующее упражнение: глубоко вдохните, а затем произнесите этот звук, который вам наиболее подходит, мысленно направляя его на больной орган. Тяните этот звук как можно дольше – до тех пор, пока хватит воздуха! Полезнее всего пропеть весь ряд звуков: «А», «О», «У», «Ю», «И», «Э», «Я», «Е». При заболеваниях сердца или легких произносите целительные звуки на низких тонах, при болезнях печени, селезенки, желудка, почек или кишечника – на средних или высоких тонах. Упражнение повторите три-шесть раз.

Эту фонетическую зарядку можно включать практически на всех уроках и коррекционных занятиях.

Эффективность использования здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе состоит в том, что они повышают работоспособность детей, активизируют познавательный интерес и обеспечивают успешность ребенка в процессе обучения. Все это благотворно воздействует на психику ребенка, на состояние его психического и физического здоровья.

Комплексное использование оздоровительных мероприятий позволяет снизить утомляемость, повышает эмоциональный настрой. А это, в свою очередь, способствует укреплению и сохранению здоровья.

Социализация дошкольников с нарушениями слуха в условиях школы-интерната

Коврова Ирина Геннадьевна,
учитель-дефектолог ТОГКОУ для обучающихся
воспитанников с ограниченными возможностями здоровья,
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная
школа-интернат № 15 I, II вида», дошкольное отделение

На начальных этапах развития ребёнка с ограниченными возможностями здоровья препятствием к его обучению и воспитанию является первичное нарушение. При отсутствии коррекционного воздействия в дальнейшем ведущее значение начинают приобретать вторичные нарушения, и именно они мешают социальной адаптации ребёнка.

У дошкольников с нарушениями слуха есть свои особенности развития:

- несформированность речи;
- торможение развития познавательной деятельности;
- испытывают трудности проникновения в смысл человеческих поступков, им трудно оценивать и понимать смену настроения окружающих их людей;
- недоразвитие речи приводит к нарушению коммуникативной деятельности;
- испытывают трудности в выделении свойств и отношений предметов в разных видах деятельности (особенности сенсорного развития);
- моторная неловкость, медлительность в выполнении бытовых действий, беспомощность в самообслуживании;
- снижение слуха отрицательно сказывается на становлении игровой деятельности.

Специфика образовательного процесса в школе-интернате № 15 I-II вида (школа-интернат для детей, имеющих сенсоневральную тугоухость разной степени или глухоту) состоит в обучении и воспитании детей с нарушенным слухом, их всестороннем развитии в тесной связи с формированием словесной речи как средства общения и мышления на слуховой и слухо-зрительной основе, коррекции и компенсации отклонений в их психофизическом развитии для получения общеобразовательной, трудовой и социальной подготовки к самостоятельной жизни.

Ребёнку необходимо существовать в социуме, находить в нем своё место, уметь взаимодействовать с другими детьми и взрослыми. Сущность

социализации состоит в сочетании приспособления (адаптации) и обособления человека в условиях конкретного общества.

В процессе социализации развитие личности происходит по мере решения человеком ряда задач, которые объективно встают перед ним на каждом возрастном этапе. Проживание дошкольников в школе-интернате ограничивает их контакты с внешним миром, но даёт возможность для приобретения собственного опыта.

Работа по социализации идет в разных видах деятельности. При поступлении в специальное дошкольное учреждение дети нередко оказываются беспомощными в самообслуживании. Чаще всего, это результат семейного воспитания, так как физическая ослабленность, моторная неловкость, медлительность в выполнении бытовых действий побуждают окружающих взрослых к подмене элементарного, доступного по возрасту труда ребёнка собственным.

Различные формы детского труда: самообслуживание, хозяйственно-бытовой труд, труд в природе, ручной труд развивают предпосылки к овладению простейшей трудовой деятельностью, формируют интерес к коллективному труду и собственным трудовым умениям, уважительное отношение к труду старших, оказывают коррекционное воздействие на личностное развитие ребёнка.

Обучение детей, привитие им элементарных культурно-гигиенических навыков осуществляется на фронтальных занятиях, во время дежурств, на прогулке, в режимные моменты, на экскурсиях.

Для общения с окружающими людьми дети с нарушениями слуха должны овладеть произносительными навыками. Для развития устной речи и слухового восприятия проводятся специальные коррекционные занятия. Учителя-дефектологи работают над формированием речевых возможностей детей, уделяя большое внимание развитию сенсомоторных навыков.

Физическое и психическое развитие ребёнка невозможно без двигательной активности. Физическое воспитание дошкольников направлено на укрепление их здоровья, правильное физическое развитие, своевременное формирование двигательных навыков и качеств, оказывает положительное влияние не только на общее моторное развитие, но и создаёт благоприятные условия для гармоничного развития личности.

Тактильно-двигательные ощущения у малышей играют немаловажную роль в познании окружающего мира. «Хватание», «ощупывание» дают представление о предмете, его форме, величине, мягкости, теплоте и других свойствах, необходимых для развития образного мышления ребёнка. Развитие тактильных ощущений даёт представление об окружающем предметном мире.

Для адаптации в окружающей обстановке, развития у детей памяти, внимания, мышления педагоги используют коррекционно-развивающие упражнения и игры. Игры способствуют формированию зрительно-моторных координаций, ассоциаций и понятий, которые затем используются в быту.

Для развития коммуникативных навыков, познавательной активности педагогами используются театрализованные игры, которые помогают привлечь внимание детей к человеческим чувствам и отношениям, сопровождаются доступными детям эмоциями. Здесь приемлемы и жест, и мимика, и слово.

С помощью положительных и отрицательных персонажей ребёнок усваивает правила поведения в обществе, нормы общественной морали.

Большое место в обучении и будущей социализации дошкольников занимают игры. В процессе игры у детей формируется самооценка, самоконтроль, развивается эмоционально-волевая сфера, помогающая лучше понять настроения окружающих людей. Например, сюжетно-ролевая игра позволяет осознать проблемные ситуации, способы реагирования, отношения к ценностям и людям. Импровизация в игре позволяет детям выразить себя, использовать свои возможности, они учатся использовать различные средства для передачи многообразных явлений действительности.

В дошкольном отделении учитель-дефектолог, воспитатель, музыкальный руководитель проводят интегрированные занятия, направленные на развитие восприятия музыки, голоса, ритма речи, расширения активного словаря и воспитания эмоциональной отзывчивости детей.

Для того чтобы изначально приобщать дошкольников к социуму, необходимы экскурсии, посещение выставок, выступления на фестивалях, различных конкурсах. Так, дошкольное отделение на протяжении трех лет сотрудничает с библиотекой им. А.С. Пушкина, где с детьми проводятся развивающие занятия психологом.

Использование жизненных ситуаций при обучении и воспитании детей с нарушениями слуха даёт положительные результаты при формировании личности ребёнка.

Дошкольный возраст – это период для развития различного рода практических и умственных способностей ребёнка, необходимых для дальнейшей его социализации.

Музыка, ритм, движение – путь к оздоровлению!

Воронкова Нина Александровна,
музыкальный руководитель высшей категории
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения «Детский сад КВ № 28», ЗАТО Северск

Патология зрения занимает одно из центральных мест в списке различных нарушений развития у детей не только нашей страны, но и стран всего мира. Врачи бьют тревогу и призывают вести серьезную профилактическую работу по предупреждению заболеваний органов зрения.

Обладая сильным эмоциональным воздействием, музыка и занятия детьми различными видами музыкальной деятельности могут создавать благоприятные условия для профилактики нарушения зрения и успешного лечения, в случае уже существующей патологии.

Всем известно, что накапливаемое напряжение в течение дня, утомление (как физическое, так и психическое) отрицательно сказываются на общем состоянии здоровья. Но задумывались ли вы, что при этом страдает и зрение?

Неразрешенные эмоциональные проблемы, особенно касающиеся неудач, страхов, непонимания, незамедлительно приводят к ухудшению зрения. Ведь неспроста глаза называют зеркалом души. Во многих случаях чувства влияют на то, как и что мы видим. Отказ же от болезненных эмоциональных воспоминаний значительно ускоряет процесс улучшения зрения.

Поэтому важно научиться уменьшать напряжение во всех частях тела, сохранять состояние эмоционального комфорта, устранять стресс. Поможет в этом релаксационная музыка.

Исследования показали, что правильно подобранная музыка снижает количество гормонов стресса, нормализует частоту сердечных сокращений и кровяное давление, снимает мышечное напряжение, и, конечно, улучшает настроение.

Расслабляющее воздействие оказывает светлая музыка В. А. Моцарта, «Сентиментальный вальс» П. И. Чайковского, «Утро» Э. Грига, «Аквариум» К. Сен-Санса, «Лунная соната» Л. Бетховена и др.

Предложите детям лечь на ковер и, закрыв глаза, слушая звуки спокойной, светлой музыки, представить себя лучиками солнца, лепестками цветка, морской или небесной звездой. Эффект расслабления усиливается при сочетании музыки и слова.

Глазки закрываются,
Все чудесно расслабляется.

Греет солнышко всех нас,
Наступил волшебный час.
Руки теплые у нас,
Ноги теплые у нас.
Напряженье улетело,
И расслаблено все тело.

Сбросить накопленное психофизическое утомление помогает игровой массаж. Один из видов которого выполняется по спинке ребенка. Взрослый при этом напевает ту или иную песенку. Например, песня «Хрюшечки».

Терли свинки друг другу спинки,	Тереть ладонями спинку.
Мыли хвостики-крючки, отмывали пяточки,	Круговые движения ладонями.
Парились веничком, парились бе- резовым,	Пошлепать ладонями.
Вылетали из парной облачком ро- зовым.	Погладить тыльной стороной рук снизу вверх, ладонями обратно.
Уж такие душечки после баньки хрюшечки!	Хлопки.

Гармонизировать настроение призван пластический этюд «Цветок» с элементами зрительной гимнастики.

Ход игры: включите красивую, спокойную музыку. Предложите ребенку превратиться в любимый цветок и поиграть в сказку, которую расскажите на фоне музыки.

Солнышко ещё не взошло, цветочек спит. Глазки у него закрыты, дышит спокойно. Но вот первый луч солнца погладил его по голове (*погладьте малыша*).

Цветочек открыл глаза, посмотрел вправо, влево, вверх, вниз. Зажмурился от яркого солнца. Открыл глаза, улыбнулся, расправил лепестки (*раскрыть ладони, сложенные вместе*) и сказал: «Здравствуй, утро! Как ты прекрасно!» и закружился в танце (*свободный танец-импровизация*).

Музыка, использованная в данной игре, пробуждает светлые, добрые эмоции, погружая детей в состояние любви и покоя.

Сбросить эмоциональное и мышечное напряжение позволяют минуты радостного движения. Особую ценность в этом представляют танцы-забавы, выполняемые по показу взрослого, не требующие предварительного разучивания. Задорная музыка поднимает настроение, стимулирует двигательные функции детей. Ребенок весел и счастлив. В это время происходит столь необходимое расслабление во всех частях тела.

Недавние исследования показали, что нарушение осанки почти всег-

да сопровождаются ослаблением зрения. Правильная осанка способствует движению крови к голове, мозгу, зрительной системе и обратно. Для зрения это особенно важно, так как треть всей крови, поступающей к голове, питает зрительную систему. Формировать правильную осанку помогают танец, игровые упражнения-пантомимы. Такие как: «Грациозные лошадки», «Отважные моряки и солдаты», «Изящная балерина», «Восточная красавица с кувшином на голове», «Стройные березки». Особенно положительно влияет на зрение пение, аэробные упражнения, улучшающие кровообращение и насыщающие кислородом верхнюю часть тела.

Хочется уделить особое внимание вдумчивому подбору музыки при общении с детьми. Являясь мощным средством, пробуждающим эмоции, музыка оказывает большое влияние на самочувствие и деятельность детей. Неправильно подобранная музыка (агрессивная, длительная, слишком громкая) может вызвать отрицательные эмоции, оказать негативное воздействие на их самочувствие в целом, и на зрение в частности.

Предложенный практический материал поможет вам избежать возникновения проблем со зрением у вас и ваших детей, сохранит психофизическое здоровье, что благоприятно скажется на ясности зрения. А, как известно, лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать.

Театрализованные игры как средство социализации детей с нарушениями слуха

Корсунова Мунира Ривхатовна,
воспитатель ТОГКОУ для обучающихся
воспитанников с ограниченными возможностями здоровья,
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная
школа-интернат № 15 I, II вида», дошкольное отделение

К категории детей с нарушениями слуха относятся те дети, которые имеют стойкое двустороннее нарушение слуховой функции, при котором обычное речевое общение с окружающими затруднено (тугоухость) или невозможно (глухота). Эта категория детей представляет собой разнородную группу. По состоянию слуха различают детей слабослышащих (страдающих тугоухостью) и глухих. Тугоухость – стойкое понижение слуха, вызывающее затруднение в восприятии речи. Даже незначительное, казалось бы, снижение слуха, наступившее в раннем детстве, отрицательно сказывается на формировании речи ребёнка. При тяжёлой тугоухости, глухоте без специального обучения он вообще не овладевает речью. Это происходит потому, что ребёнок не слышит своего голоса, не слышит речи окружающих и, следовательно, не может ей подражать. Резкое недоразвитие речи или её отсутствие затрудняют контакты не слышащего ребёнка с окружающим миром, нарушают процесс формирования познавательной деятельности и в целом его личности.

Нарушение слуха ведёт не только к задержке речевого развития, но и к целому ряду вторичных и последующих нарушений в психическом развитии. Отмечаются сенсорные, двигательные, эмоциональные, интеллектуальные отклонения, нарушение речи и средств общения, отставание в предметной и игровой деятельности приводит к своеобразию и задержке сенсорного развития необученных глухих и слабослышащих детей.

Важно отметить, что дошкольники с нарушениями слуха и отсутствием речи большую часть своей жизни проводят в специализированном учреждении и в отличие от своих нормально развивающихся сверстников нуждаются в проведении с ними специальных обучающих занятий. Поступающие в специальное дошкольное учреждение маленькие дети имеют крайне бедные представления об окружающих их предметах и людях. Дети не только не могут их назвать, обозначить словом, но плохо выделяют их из группы разнородных предметов, с трудом узнают в изменившейся ситуации, не различают предметы по функциональному назначению, не всегда могут соотнести реальный предмет с его изображениями. У таких детей

сужен объём восприятия, оно характеризуется нарушением избирательности, целостности, обобщённости. У них образуются лишь простейшие, а не главные связи между объектами, поэтому дети с трудом постигают смысл воспринимаемого материала, наблюдаются отставания в моторном развитии, неблагоприятно сказывающиеся на общем развитии.

Именно поэтому считаю более эффективным в ходе целенаправленного обучения и социализации детей с нарушениями слуха в обществе – метод театрализованных игр. Ролевые игры помогают становиться ближе к самим себе потому, что позволяют выйти за пределы самих себя. Опыт импровизации позволяет им в большей степени выразить себя, использовать свои возможности, свои ум и тело, чувства и ощущения.

Содержанием детских театрализованных игр является жизнь, деятельность и отношения людей. Чтобы отражать их в игре, ребёнок должен иметь необходимые представления об этом, дошкольники с нарушенным слухом не в состоянии самостоятельно приобрести необходимые знания об этих сторонах действительности. Проводится предварительная работа в ходе тематических прогулок и экскурсий, где дети получают конкретные и содержательные представления о том, чем занимаются люди разных профессий, какую пользу они приносят (продавец, повар, врач). Дети используют в игре настольный театр, играют в пальчиковый театр, пользуются плоскостными фигурами сказочных персонажей, им нравится применять в игре шляпы, маски, костюмы, а зеркало помогает ребёнку, надевшему определённую маску, увидеть персонаж, который он представляет. Маска позволяет ребёнку выразить мысли, которые он не сказал бы от собственного имени. Драматическое творчество позволяет детям лучше ощущать как мир, который их окружает, так и собственное существо. Для того чтобы интерпретировать окружающий мир и выразить в творчестве идеи, действия, чувства, дети используют все свои ресурсы: зрение, слух, осязание и обоняние, мимику и жесты. Дети играют в своих мать и отца, самих себя, обыгрывают черты своего характера. В театрализованном царстве дети могут опробовать новые способы существования, проявляют подавленные области своего «Я», позволяют себе испытать погруженность в действие, возбуждение и спонтанность, которых им не хватает в повседневной жизни. Представление в пантомиме простых сенсорных образов, умение передавать их без слов, используя только мимику и жесты, значительно повышает осознание сенсорного опыта, мы видим, как ребёнок двигается и использует возможности своего тела, мы наблюдаем ригидность и скованность или лёгкость и плавность его движений.

Театрализованные игры помогают воспитателю привлечь внимание детей к человеческим чувствам и отношениям, сопровождают их вполне

доступными детям реальными эмоциями. С помощью положительных и отрицательных персонажей ребёнок усваивает правила поведения в обществе, нормы общественной морали.

Так сказкотерапия даёт возможность детям идентифицировать себя с героями сказок и вместе с ними переживать тяжёлые эмоции, внутриличностные конфликты и успешно разрешать их. В соответствии с возрастом дети получают в доступной форме психологические знания, позволяющие справиться с чувством одиночества, неполноценности, неуверенности в себе, с переживанием вины, стыда. Иначе говоря, доброжелательное и понимающее общение, игры, рисование, прослушивание и обыгрывание сказок, подвижные упражнения, музыка, пение, а самое главное, внимание к ребёнку помогают ему принять себя в мир, который его окружает.

Остров детства и здоровья

групповое развивающее занятие

Ершова Маргарита Валерьевна,
психолог Культурно-образовательного центра
для детей с ограниченными возможностями
ТОУНБ им. А.С. Пушкина

Программное содержание: формирование и расширение представлений о здоровом образе жизни; развитие зрительного и слухового внимания; знакомство с витаминами; формирование представлений о полезных и вредных продуктах; ознакомление ребят с пользой спорта.

Оборудование: карточки с наименованиями витаминов «А» и «С», листы для рисования, карандаши, картинка с изображением полезных и вредных продуктов, карта с изображением фруктов и ягод.

Последовательность действий.

Здравствуйте, ребята! Как у вас настроение? Наше занятие называется «Остров детства и здоровья», и сегодня мы поговорим о нашем здоровье и о том, что нужно делать, чтобы его укреплять.

Скажите, что вы любите есть больше всего? *Ответы детей.* Как вы думаете, в чем разница между «вкусным» и «полезным»? *Ответы детей.* Какие полезные, а какие вредные продукты вы видите на картинке? (*Ответы детей.*)

Кто из вас хочет быть здоровым? А как вы понимаете, что значит быть здоровым? *Ответы детей.* Верно, это когда не болеешь, растешь, когда хорошее настроение, когда можно гулять на улице, чувствуешь у себя силы и многое можешь сделать. А вы знаете, что каждый человек сам может укрепить себе здоровье? Есть такая поговорка: «Я здоровье берегу, сам себе я помогу». Так как же можно укрепить свое здоровье? Как вы думаете? *Ответы детей.* Закаляться, делать зарядку, купаться в море, правильно питаться, гулять на свежем воздухе, делать массаж.

Как вы думаете, что будет с человеком, если питаться одними сладостями? *Ответы детей.* Вам необходимо знать, что организму человека нужны различные продукты. Особенно полезны сырые овощи и фрукты: у того, кто их постоянно употребляет, как правило, бывает хорошее, бодрое настроение, гладкая кожа, изящная фигура. А вот конфеты, шоколад, мороженое, особенно в больших количествах, очень вредны для здоровья. Конечно же, не стоит полностью отказываться от сладкого. Однако необхо-

димо употреблять разнообразную пищу – чтобы быть крепким, здоровым и быстро расти.

Я открою вам секрет: чтобы быть здоровым, сильным, бороться с микробами и не поддаваться болезням, нужно кушать витамины. Витамины как солдаты охраняют наш организм от злых вредных микробов и разных болезней. У витаминов есть имена, их зовут А, В, С, Д. А вы знаете, где живут витамины? *Ответы детей.* Витамины живут в овощах, фруктах, ягодах и других продуктах.

Чтобы у вас были всегда зоркие здоровые глазки, нужно кушать витамин А. Живет он в оранжевых/красных овощах и фруктах. Подумайте и назовите оранжевые овощи и фрукты, в которых живет наш витамин А? *Ответы детей.* Да, это морковь, тыква, яблоко, болгарский перец. А еще этот витамин есть в рыбе, яйцах.

Чтобы сохранить здоровыми свои глазки, мы с вами сделаем гимнастику для глаз.

Гимнастика для глаз «Смотрим по сторонам».

Действия выполняются в соответствии со словами.

Поведи глазами влево незаметно, невзначай.

Кто с тобою рядом слева?

Громко, быстро отвечай.

А теперь глазами вправо

Ты внимательно смотри.

Кто с тобою рядом справа?

Тихо-тихо говори.

А теперь посмотрим вверх –

Там высокий потолок.

А сейчас прикроем веки

И посмотрим на носок.

Продолжим знакомство с витаминами. Для того, чтобы ваш организм был как крепость, не подпускал злых микробов и не позволял им заразить вас болезнями, очень нужен витамин С. Он, ребята, живет во всем, что кислое по вкусу. Как вы думаете, в каких продуктах питания мы можем найти витамин С? *Ответы детей.* Это лимон, апельсин, шиповник, мандарин, смородина, клубника. А еще витамин С есть в капусте, редисе, луке.

Вы сказали, чтобы укрепить здоровье, нужно делать зарядку, давайте встанем и сделаем **зарядку «Хомка, Хомка».**

Хомка, Хомка, хомячок,
Полосатенький бочок.
Хомка раненько встает,
Щечки моет, лапки трет.
Подметает Хомка хатку
И выходит на зарядку.
Раз, два, три, четыре, пять!
Хомка хочет сильным стать.

Поглаживающие движения по
бокам.
Потереть щечки и ладошки.
Движение «мельница».
Пять приседаний.

Молодцы! А теперь давайте посмотрим на доску, там есть различные фрукты и ягоды, давайте их назовем. *Дети выполняют задание.* Сейчас я вам раздам карточки с именами витаминов А и С, вам будет нужно догадаться, где они содержатся. *Дети по очереди прикрепляют витамины к фруктам на доске.*

Ребята, посмотрите, у вас на листочках с правой стороны нарисованы различные продукты. Перечислите, какие? *Ответы детей.* А с левой стороны написаны названия витаминов А и С, проведите дорожку от каждого витамина к нужному продукту. И вы узнаете, какие витамины содержатся в продуктах. От витамина С – красным карандашом, от витамина А – синим.

Итак, какой витамин содержится в морковке? Тыкве? Луке? Капuste? Апельсине? Яйцах? Чёрной смородине? *Ответы детей.*

Ребята, мы с вами теперь знаем, какие продукты полезные, а какие вредные, в каких продуктах содержатся витамины А и С. Я предлагаю вам нарисовать полезные продукты, чтобы лучше запомнить, что нужно кушать, чтобы не болеть. *Дети рисуют продукты.*

Ребята, какие полезные продукты вы сегодня узнали? *Ответы детей.* Замечательно! Я вам желаю, чтобы ваше здоровье было всегда крепким!

Занятие по развитию речевой функции с ребенком со сложной структурой нарушения

Медова Наталия Анатольевна,
учитель-дефектолог высшей категории
ТОГКОУ школы-интерната № 33, г. Томск

Занятие спланировано с учётом рациональной организации учебного процесса в соответствии с индивидуальными особенностями ребёнка, необходимого и достаточного двигательного режима. На занятии используются различные виды здоровьесберегающей деятельности, направленные на сохранение и повышение резервов здоровья и работоспособности учащегося. Данное занятие разработано для ребёнка со сложной структурой нарушения.

Краткая характеристика образовательных возможностей учащегося: безречевой, руки двигаются медленно, мелкая моторика не развита, общение через зрительный анализатор, слуховой анализатор сохранен, понимание речи крайне ограничено.

Технологическая карта занятия

Критерии здоровьесбережения	Характеристика
Количество видов учебной деятельности.	Виды учебной деятельности: логопедический массаж, пассивная артикуляционная гимнастика, фоноритмика, задания на ипликаторе Кузнецова, логоритмические упражнения, пальчиковый театр, компьютерные упражнения.
Средняя продолжительность и частота чередования видов деятельности.	Через пять минут.
Количество видов преподавания.	Виды преподавания: словесный, наглядный аудиовизуальный, практический.
Чередование видов преподавания.	Словесный и наглядный метод – метод сопровождения. Аудиовизуальный и практический чередуются.
Место и длительность применения ТСО.	ТСО как наиболее стимульный способ коррекции используется в каждом виде задания.

Поза учащегося, чередование позы.	Правильная посадка ученика, смена видов деятельности, постоянные пассивные упражнения.
Темп окончания урока.	Умеренный (исключение задания по фоно- и логоритмике).

Часть урока	Время	Нагрузка	Деятельность
1-й этап. Вербатывание.	5 мин.	Относительно невелика.	Пассивная.
2-й этап. Максимальная работоспособность.	2 0 - 2 5 мин.	Максимальное снижение на 15-й мин.	Продуктивная.
3-й этап. Конечный порыв.	10 мин.	Небольшое повышение работоспособности.	Репродуктивная.

Программное содержание: максимально полно задействовать компенсаторные возможности ребёнка в освоении бытовой коммуникации; обучать знакам и символам приветствия; развивать мелкую моторику; формировать артикуляционную моторику; формировать ритм слова; формировать навыки работы с компьютером.

Оборудование: зонд № 1, № 6 и № 3, иппликатор Кузнецова, куклы бибабо, компьютер, мультимедийный тренажёр «Луч», музыкальный треугольник, предметные картинки.

Последовательность действий.

1. Организационный момент.

Логопед приветствует ребёнка разными способами: словами, поглаживанием, рукопожатием. Ждёт от него согласия на продолжение работы, проговаривает направления деятельности, упоминая те упражнения, которые интересны ребёнку.

2. Логопедический массаж. Обкол по круговым мышцам губ зондом № 1, скольжение по круговым мышцам губ зондом № 3, рубящие движения по круговым мышцам губ зондом № 6, скользящие движения по поверхности языка от кончика языка к линии рвотного рефлекса зонды № 3 и № 6, скользящие движения по верхнему подъёму языка зондом № 6 и № 3 (пассивно).

3. Пассивная **артикуляционная гимнастика** руками логопеда, уточнение (пассивное) гласных и губных и зубно-губных согласных (придерживание руками артикуляционных поз).

4. Фоноритмика.

Любопытная Варвара смотрит влево, смотрит вправо. Логопед поворачивает голову ребенка влево и вправо.

А потом вперед – тут немного отдохнет. Возвращает голову в исходное положение.

Шея не напряжена и расслаблена...

А Варвара смотрит вверх – выше всех, выше всех. Логопед запрокидывает голову ребёнка.

Возвращается обратно – расслабление приятно! Возвращает голову в исходное положение.

Шея не напряжена и расслаблена...

А теперь посмотрим вниз – мышцы шеи напряглись! Логопед опускает голову ребенка вниз.

Возвращение обратно – расслабление приятно! Возвращает голову в исходное положение.

Шея не напряжена и расслаблена...

5. Работа над звуками.

Звук [А]. И.п.: Руки впереди вытянуты, ладони вверх. Пальцы округлы.

Произнося звук [а], руки разводятся в стороны до упора. Произносить можно долго и громко, долго-тихо, кратко-тихо.

Звук [О]. И.п.: Руки впереди внизу округло соединены.

Произнося [о], руки разводятся в стороны одновременно, слегка приподнимается подбородок, а руки округло соединяются над головой. (Тихо-долго, тихо-кратко).

Звук [У]. И.п.: Руки согнуты в локтях, кисти рук на уровне груди сжать в кулаки, указательные пальцы смотрят вверх.

Произнося [у], руки вытягиваются вперёд, указательные пальцы продолжают смотреть вверх, подбородок слегка приподнимается.

Звук [И]. И.п.: Руки согнуты в локтях. Локти смотрят вниз. Кисти рук на уровне груди, сжаты в кулаки. Указательные пальцы вверх.

Произнося [и] долгое, руки вытягиваются вверх, одновременно приподнимаемся на носки, подбородок слегка приподнимаем вверх.

6. Упражнения на аппликаторе Кузнецова (методика Т.В. Сорочинской). Плавно прожимая пальцы, начиная с большого, удерживая артикуляцию гласных.

7. Логоритмика. На экране компьютера появляются гласные буквы, при музыкальном сопровождении пропеваются А___У, А___О, И___У, А___И. Логопед помогает ребёнку удерживать артикуляцию.

8. Кукольный театр – куклы бибабо (ежик и медвежонок) логопед надевает на свою руку (ежик) и руку ребенка (медвежонок). Рука ребёнка придерживается.

Ежик: Привет!

Медвежонок: Привет! *Если ребёнок неговорящий, логопед произносит за него, но артикулирует ртом.*

Ежик: Как дела?

Медвежонок: Хорошо!

Ежик: Пока.

9. Логоритмика (формирование просодической стороны речи).

Играет музыка, логопед поёт песенку сначала громко.

Утром солнышко встаёт, Логопед поднимает руки ребёнка вверх.

Громко песенку поёт я-ё-ю, я-ё-ю – Хлопаем в ладоши.
громко песенку поёт.

Потом тихо.

Утром солнышко встаёт, Логопед поднимает руки ребёнка вверх.

Громко песенку поёт я-ё-ю, я-ё-ю – Хлопаем в ладоши тихо.
громко песенку поёт.

9. Работа со слоговой структурой слова с опорой на картинку с использованием музыкальных инструментов (длинное – короткое слово). Предметные картинки (дом, кот, рыба, муха, радуга, дерево). Логопед показывает картинку, проговаривает и совместно с ребёнком отстукивает ритм слова, уточняя, какое слово звучит продолжительно, а какое коротко. Для выполнения задания используется музыкальный треугольник.

10. Работа с компьютером (программа Загородней Л.В., Медовой Н.А. «Луч»). Задание на формирование зрительного восприятия. Подбери к длинной доске длинный гвоздик, а к короткой доске короткий.

11. Подведение итогов. Логопед прощается с ребёнком – дожидается ответной реакции (кивание головой, прощание рукой).

Расти здоровым, малыш!

Смирнова Галина Александровна,

воспитатель высшей категории

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад КВ № 28», ЗАТО Северск

Тотальное ухудшение состояния здоровья детского населения является одной из самых острых проблем, стоящих перед обществом. Сегодня наконец-то объектом пристального внимания педагогов, родителей и общества становится здоровье детей, поскольку именно здоровье является условием успешного роста и развития, духовного и физического совершенствования и в дальнейшем во многом жизненной карьеры.

Вопросами укрепления психофизического здоровья детей с нарушением зрения занимаемся уже на протяжении несколько лет. Были изучены и внедрены в практику работы такие пособия: программа «Здоровья» В. Алямовской, программа валеологического воспитания детей с нарушением зрения г. Озерск «Я – человек».

Ежегодно в детский сад поступают дети, которые, помимо нарушения зрения, имеют вторичные отклонения в психофизическом развитии. Основные глазные диагнозы: миопия, косоглазие, астигматизм.

Наш дошкольник – человек с гораздо большими проблемами, ведь у него нарушено зрение. Это создает детям множество проблем: трудности с восприятием окружающего мира, замкнутость, не различение эмоций и чувства, настроения детей, неуверенность в себе и т.д.

На улучшение здоровья малышей и их благоприятное психофизическое развитие влияет весь уклад жизни ребенка в детском саду. В режиме дня предусмотрена разнообразная деятельность по укреплению здоровья в соответствии с интересами и потребностями детей, с учетом времени года, а также состояния здоровья.

Утренняя гимнастика начинается с разогрева организма посредством движений. Комплекс составлен таким образом, чтобы движения были направлены на разминку всех суставов организма, позвоночника, различных групп мышц. Обязательной частью гимнастики являются дыхательные упражнения.

Стало ритуалом в конце проводить коммуникативную игру-этюд «Здравствуй».

Здравствуй, солнце золотое!

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок!

Мы живем в родном краю,

Я вас всех приветствую!

По окончании игры дети ладонями здороваются друг с другом и с воспитателем.

В комплекс также входят пальчиковые игры с элементами самомассажа.

Процесс умывания и мытья рук – это не только привитие гигиенических навыков, но и закаливающая процедура.

По утрам и вечерам

Открываю в ванной кран.

Я воды не пожалею,

Уши вымою и шею...

Здоровье и движение – два взаимозависимых компонента жизни любого человека, а ребёнка в особенности. Н. А. Бернштейн сказал: «Психика формируется в движении». Роль движений для развития психики и интеллекта чрезвычайно велика. Чем более тонкие движения ребёнку приходится выполнять и чем более высокого уровня координации движений он достигает, тем успешнее идет его психическое развитие. Двигательная активность ребёнка увеличивает энергетические возможности организма.

Ежедневно во время перерыва между занятиями проходит двигательная разминка, а на занятиях – оздоровительные минутки, куда включены гимнастика для глаз, имитационные упражнения, элементы самомассажа, упражнения для рук, стоп, осанки. Чрезвычайно важно для сохранения зрения правильно организовывать физминутки и перерывы между занятиями, следить, чтобы дети носили очки.

Одной из действенных закаливающих процедур в повседневной жизни является прогулка. Для того, чтобы она давала эффект, мы постоянно меняем виды деятельности в зависимости от погоды и предыдущего занятия. Своевременно регулируем характер деятельности.

Любимыми для детей являются подвижные игры. Подвижная игра – сильнейшее средство всестороннего развития слабовидящего ребёнка. Игры выбираются с учетом диагноза, отклонения в здоровье.

У детей со зрительной патологией из-за страха пространства нарушена координация движений. При подготовке к игре учитываются состояние остроты зрения ребёнка, наличие остаточного зрения, вид косоглазия (во время игр с мячом). Например, русские народные игры способствуют развитию навыка общения, пространственной ориентировке, речи, расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире и социальной адаптации.

Развитию защитных сил по отношению к неблагоприятным факторам

внешней среды способствуют физические упражнения на свежем воздухе. Однако, какой бы вариант физических упражнений ни был выбран, обязательно используется бег, подвижные игры, свободная деятельность на спортивных снарядах.

После дневного сна проводится гигиеническая разминка в сочетании с воздушными ваннами и закаливающими процедурами. Гимнастика помогает ребенку войти в активное состояние, вызвать положительные эмоции, укрепляет мышечный тонус. Дети просыпаются под музыку, выполняют в постели 3-4 упражнения, массаж рук.

Затем дети отправляются на «тропу здоровья» – это ходьба по нестандартным коврикам, по солевой дорожке. Этот инвентарь располагается так, чтобы дети занимались одновременно и не мешали друг другу. Босохождение является технически самым простым и хорошим средством укрепления стопы и связок.

Самомассаж лица – один из способов снятия напряжения. Требования: чистые руки, наличие носового платка.

Умыли котятка глаза и носы,
И щёчки, и лобики, даже усы,
И доброе слово друг дружке
Мяукнули в чистые ушки.

Аурикулярный массаж (аурикула – ушная раковина) помогает работать и развиваться различным системам организма, нормализует состояние нервной системы, усиливает концентрацию внимания, улучшает интеллектуальные возможности. Несложность выполнения этого массажа, отсутствие противопоказаний позволило широко внедрить его в детскую практику. Такой массаж можно применять на протяжении всей жизни. По утверждению восточных целителей, ушная раковина является пультом управления человеческим телом. Воздействуя на известные сегодня 170 точек ушной раковины, можно активизировать работу всех органов и систем тела. Массаж ушных раковин нужно делать одноименными руками: левое ухо – левой рукой, правое ухо – правой рукой.

Эффект от массажа ушной раковины усиливается, если к нему добавить массаж и упражнения для кисти рук. Кисти рук – ещё один «экран» состояния систем организма человека.

Игровое упражнение «Лепим умелую и уверенную руку». Ребёнку предлагаю побыть в роли скульптора. Материалом служит рука самого ребенка. Ваятель разминает глину, добываясь пластичности материала (руки). Затем работает с каждым пальцем, он придает ему особый характер. Большой палец должен быть сильным, добрым, выступающим – это основа и опора для всех (это папа). Указательный – строгий, следит за порядком, кон-

тролирующий (это мама). Средний – главный помощник родителей – это старший брат. Безымянный палец – немногословная, но очень трудолюбивая сестренка. Мизинец – маленький помощник всех членов семьи, хотя иногда довольно непослушный (это младший братик). Кисти можно массировать в течение дня многократно!

Работа мелких мышц кистей рук хороша как самодиагностика. Чем тоньше, дифференцированнее работа этих мышц, тем лучше развивается мыслительная деятельность. Массаж – эффективное средство развития интеллекта.

Для сохранения зрения, уменьшения болезненных проявлений, а также для профилактики утомления глаз использую упражнения для отдыха.

Глазки бегают по кругу,

Влево-вправо, вверх и вниз.

А затем ещё по кругу

Пробежались друг за другом.

Не догнали, спрятались (*зажмурить*).

Посидели, посидели, распахнулись, осмелели.

В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Здоровье современного дошкольника означает возможность положительного эмоционального выбора и ассоциируется со счастьем, красотой, добром, силой, умом.

Глаз – орган зрения. Знакомство с профессией окулист

3 класс

Кравченко Ирина Юрьевна,

учитель начальных классов

ТОГКОУ школы-интерната № 33, г. Томск

В школе, где обучаются дети с плохим зрением, особенно важно на раннем этапе начинать работу по сохранению здоровья.

На данном уроке используются ИКТ, игры, элементы театрализации, работа в парах, тестовые задания. Учащиеся делают открытия в опытах. Учителем проводится гимнастика для глаз, проводится смена динамических поз. В течение урока учитель формирует у учащихся основы здорового образа жизни, ведёт работу по профилактике.

Я думаю, что этот урок будет полезен и учащимся общеобразовательных школ. Ведь большую часть своего времени они проводят у компьютера и телевизора, которые являются основными «врагами» нашего зрения, и им также необходимо побольше узнать о профессии окулист и необходимости посещения этого врача.

Программное содержание: познакомить детей с органами чувств и их значением для человека; учить беречь зрение; познакомить с профессией окулист; приобщить к здоровому образу жизни, развивать физическую культуру детей, положительные привычки, выработку навыков гигиены зрения, учить прислушиваться к своему организму, чтобы помочь ему ритмично работать; расширять активный словарный запас и кругозор детей.

Последовательность действий.

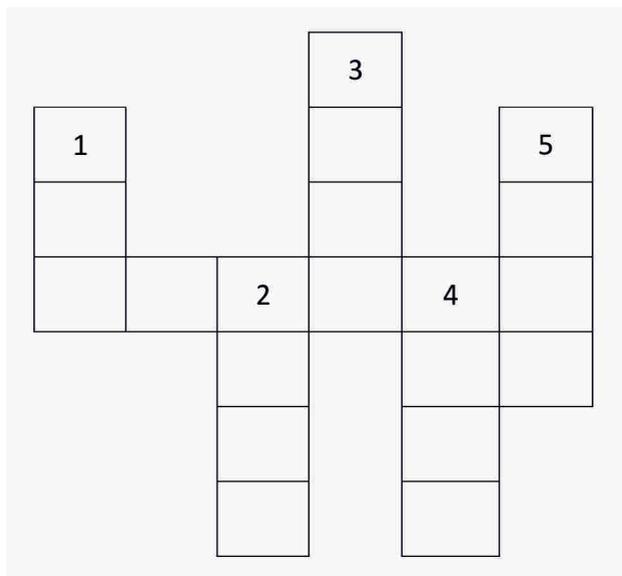
Организационный момент.

Сообщение темы и задач урока.

Чтобы узнать тему урока, нужно разгадать кроссворд.

1. У зверушки на макушке,
А у нас ниже глаз. (*Ухо*).
2. Маленький, кругленький,
А до неба не докинешь. (*Глаз*).
3. Мы в нее зимой и летом
С головы до ног одеты,
Даже на ночь снять не можем,
Потому что это... (*Кожа*).

4. Между двух светил
В середине я один. (*Нос*).
5. Всегда во рту,
А не проглотить. (*Язык*).



Какие слова у нас получилось? (*Органы*). А какие органы были загаданы во всех загадках? (*Органы чувств*).

О каком органе пойдёт сегодня речь, вы узнаете, если отгадаете последнюю загадку.

Брат с братом
Через дорогу живут,
А один другого не видит. (*Глаза*).
Разберёмся вместе, дети:
Для чего глаза на свете?
Почему у всех у нас
На лице есть пара глаз?
День закончился, затих,
Вы легли, закрыли их
И легонечко зевнули,
И тихонечко заснули. (Орлова Н.)

Одним из важнейших органов чувств является зрение, то есть наши глаза.

Как вы думаете, почему глаза являются главными помощниками человека? *Ответы детей*. Глаза помогают видеть всё, что есть вокруг, раз-

личать и узнавать предметы, их цвет, форму, величину. Глаза – один из важнейших органов чувств. Ученые провели опыты и подсчитали, что 90% информации, разных сведений об окружающем мире, человек получает с помощью органов зрения. Зрение – бесценный дар природы.

Повернитесь лицом к соседу и посмотрите в глаза друг другу. Какие разные у нас всех глаза: серьёзные, сосредоточенные, весёлые и пытливые, озорные и лукавые, добрые и правдивые, внимательные и задумчивые, огромные и зоркие, удивительные и умные. Но все очень красивые. Просто замечательные у вас глаза.

Как говорят о глазах, чтобы передать их красоту? Например, глаза небесные, светлые, пресветлые. Или очи, прекрасные, голубые. Есть даже такая старинная русская поговорка – глаза – зеркало души человека.

Ребята, почему так говорят? *Ответы детей.* Да, глаза человека приобретают большую силу. Глаза умеют говорить, глазами можно ободрить. По глазам можно увидеть, злой человек или добрый, в них отражаются особенности характера, прошлый опыт и даже интеллектуальные возможности человека. По глазам всегда определяли внутренние переживания, тончайшие оттенки эмоциональных состояний и мимолетных настроений. Не случайно в народе родились такие пословицы: «Глаза – это зеркало души», «Коль очи светятся, душа чиста», «Свой глаз – алмаз», «Чего нет в мыслях, того не будет и в глазах», «Ум людей – в их глазах», «На правду, что на солнце – во все глаза не взглянешь», «В чужом глазу сучок видим, а в своём бревна не замечаем», «Глаза боятся, а руки делают», «У страха глаза велики».

Какие по размеру бывают глаза? *Ответы детей.* Они бывают огромные и большие, маленькие и выпуклые, узкие и круглые, миндалевидные и глубоко посаженные.

Опыт-наблюдение с зеркалом.

Давайте рассмотрим наши глаза в зеркале. Где и как расположены наши глаза? Глаза расположены на расстоянии примерно 6 см друг от друга.

Каким бывает цвет глаз у человека? *Ответы детей.* Глаза бывают карие, голубые, зелёные, серые, синие.

Чтобы лучше понять, как мы видим, необходимо познакомиться со строением глаза и узнать, как он работает. *Показ слайда/макета/плаката.*

Глаз – волшебный теремок,
Круглый маленький домок,
Хитро он устроен –
Без гвоздей построен.

Круглый дом со всех сторон

Белой стенкой окружён,
Стенку эту белую
Называют склерою.

Обойдём же дом скорей:
Ни крылечка, ни дверей,
Впереди кружочек тонкий –
Роговица, словно плёнка,
Вся прозрачна, как стекло, –
В мир чудесное окно,
Через круглое оконце
В глаз проходит свет от солнца.

Глаз бывает синий, серый:
Впереди, пред белой склерой,
Яркой радужки кружок
Украшает глаз-домок.
В центре радужки – зрачок,
Чёрный маленький кружок.

А за радужкой лежит
Маленький хрусталик,
Он такой имеет вид,
Как стеклянный шарик.
Изнутри весь этот дом
Выслан, будто бы ковром,
Оболочкой гладкой –
Тоненькой сетчаткой.

Что же в домике внутри?
На картинку посмотри –
В домике невидное
Тело стекловидное,
Оно прозрачно, как алмаз.
Ну а как же видит глаз? (Орлова Н.)

Теперь, когда вы подробно узнали о строении глазок, давайте попробуем ответить на вопросы.

Почему мы видим предметы вокруг нас?

Ответ: Через зрачок лучи света проникают в глаз, и выпуклая линза в нашем глазу – *хрусталик* – создает изображение предметов на *сетчатке*. Сетчатка находится на задней стенке глазного яблока. На ней возникает уменьшенное и перевёрнутое изображение того, на что мы смотрим. Дальше по *зрительным нервам* изображение передаётся прямо нам в мозг. Мозг снова переворачивает картинку, и мы воспринимаем предмет правильно.

А теперь давайте подойдём к окну (*можно зажечь в классе свет*). Посмотрите в зеркало. Что происходит со зрачком при ярком свете?

Ответ: При ярком освещении зрачок сужается, чтобы глаз у нас не ослеп.

Свет потушить, предложить детям отойти от окна и сесть на свои места. Опять посмотреть в зеркало.

Что происходит со зрачком при слабом свете?

Ответ: Если света мало, зрачок расширяется, чтобы пропустить больше света и чтобы мы лучше видели.

Как защищены наши глаза и что их оберегает? Это вы узнаете, если отгадаете три загадки.

Два брата в разлуке скучают друг о друге,
А сойдутся вместе – сердятся и хмурятся. (*Брови*).

На поле боя
Сошлись воины,
День и ночь бьются,
То в битве сольются,
То врозь опять,
То очи не смыкают.
То ложатся спать. (*Ресницы*).

В гнезде – яйцо, на яйце – птица,
Птица яйцо крылом укрывает,
От ветра и дождя охраняет. (*Веко*).

Брови, ресницы и веки у нас не только для красоты. Они защищают глаза. Глаза – очень уязвимый орган человека, ткани глаза очень нежные и защищать их необходимо потому, что люди получают информацию об окружающем их мире, полагаясь на зрение больше, чем на другие органы чувств. Мы не имеем такого острого нюха, т.е. способности различать запахи, как собаки, или такого отличного слуха, как кошки. Брови защищают глаза от попадания в них пота, пыли и грязи. Ресницы делают то же самое, защищая нежную поверхность глазного яблока.

Итак, веки, ресницы, брови, слезы надежно защищают глаза. Помогите своим защитникам оберегать глаза. И глаза вам скажут «спасибо»!

Но этой защиты недостаточно. Отгадайте загадку.

Солёная дождинка размыла тропинку,
С холма бежит, что это, скажи? (*Слеза*).

Зачем человеку слёзы? Когда слёзы текут без вашего согласия? Давайте попробуем узнать, отгадав загадки.

1. Прежде чем его мы съели,
Все наплакаться успели. (*Лук*).

2. Белый столб стоит на крыше,
И растёт всё выше, выше,
Вот он вырос до небес и исчез. (*Дым*).

Слезы сохраняют нежную поверхность глазного яблока чистой и влажной. Их вырабатывают специальные железы, расположенные над наружными уголками глаз. Они называются слезными железами. При каждом мигании слезы распределяются по поверхности глаз. Мигание происходит в течение одной трети секунды; большинство людей мигают каждые шесть секунд. Если сложить это время, то получается, что человек тратит на мигание полчаса каждый день! Слезы, омывающие глаза, обычно испаряются или уходят в каналы – два миниатюрных канала, расположенных во внутреннем уголке каждого века. Если мы плачем или что-то попадает нам в глаза, у нас может вырабатываться слез больше, чем обычно, и тогда они текут по лицу. В течение жизни человек плачет 250 миллионов раз.

Нарисуйте схему строения глаза, не забудьте указать все части глаза.

Зачем человеку нужны два глаза? *Ответы детей*. Два глаза нам нужны для того, чтобы определять удалённость предмета. Каждый глаз по-своему воспринимает изображение. Картинки, попадающие на сетчатку двух глаз, несколько различаются.

Опыт-наблюдение.

В этом легко убедиться, если смотреть на палец, расположенный в 20 см от носа, и поочерёдно закрывать каждый глаз – положение пальца будет восприниматься по-разному. Давайте попробуем сделать небольшой опыт-наблюдение.

В головном мозге имеются специальные клетки, совмещающие воедино образы, поступающие от правого и левого глаза, в результате чего и формируется ощущение глубины пространства. Если долго идти или бежать, то наши ноги устанут и захотят отдохнуть.

А как же без отдыха весь день трудятся наши глаза? *Ответы детей*. Для этого существует гимнастика для глаз. Первые упражнения для сохранения зрения были созданы задолго до нашей эры. Древние люди, создавая комплексы для всего тела, не забыли и о наших глазах. Они точно знали, что для наилучшего результата нужна не только тренировка, но и полноценный отдых.

Физкультминутка.

Долго тянется урок –

Много вы читали.

Не поможет и звонок,

Раз глаза устали.

Глазкам нужно отдыхать,

Знай об этом каждый.

Упражнений ровно пять.

Их запомнить важно. (Ковалько В.)

На парте у каждого лежит памятка «Гимнастика для глаз».

Давайте внимательно просмотрим предложенные упражнения, прочитаем (*читает вслух учитель*) и постараемся их выполнить. *Все упражнения выполняются под тихую и спокойную музыку.*

1. Зажмурь из всех сил глаза, а потом открой их. Повтори это 4-6 раз.
2. Поглаживай в течение 1 минуты веки кончиками (подушечками) пальцев.
3. Делай круговые движения глазами: налево-вверх-направо-вниз-направо-вверх-налево-вниз. Повтори упражнение 10 раз.
4. Вытяни вперед руку. Следи за ногтем пальца, медленно приближая его к носу, а потом так же медленно отодвигая обратно. Повтори упражнение 5 раз.
5. Посмотри в окно, найди самую дальнюю точку и задержи на ней взгляд в течение 1 минуты.

Для чего, по вашему мнению, нужно делать зарядку для глаз? *Ответы детей.* Правильно, от ежедневной гимнастики укрепляются мышцы глаз. Каждый день потрать минуту для отдыха глаз – сохранишь зрение на годы.

Береги свое зрение – не потратишь время на его исправление!

А теперь давайте поиграем в ***игру «Полезно – вредно»*** и вместе выведем правила бережного отношения к зрению.

Если вы считаете, что фраза верна, хлопните в ладошки, если не верна – громко топайте ногами. *Дети выполняют задания, внимательно следя за словами учителя.* Итак:

1. В темноте нельзя читать,
Зренье будет уставать.
2. Осторожным надо быть,
Чтобы глаз не засорить.
3. Укреплять глаза, глядя на восходящее и заходящее солнце.
4. Помни: вреден телевизор,
Если глаз к экрану близок,
И, конечно, вредно глазу.
Если смотришь много сразу.
5. Промывать по утрам глаза.
6. У компьютера играть,
Не надо время соблюдать.

7. Не напрасно ты, Алёша!
Читал так много лёжа.
8. Шило, ножницы, ножи
Ты в игрушках не держи,
Ведь поранить очень просто
Можно глаз предметом острым!
9. Коль плохое зрение,
Носите без стеснения
Хорошие очки!
10. Употреблять в пищу достаточное количество витаминов: мор-
ковь, лук, петрушка, помидоры, сладкий красный перец.
11. В глаз легко внести заразу!
Глаз не трогай рукавом,
Только чистеньким платком!

К какому врачу вы пойдёте, если у вас разболелись глаза, и вы стали плохо видеть? *Ответы детей.*

Глазки наши сбережёт,
Капельки для них найдёт
По глазам специалист
Добрый доктор ... (*окулист*).

Вы пойдёте к врачу – специалисту по глазным болезням. Это врач – окулист. *Oculus* в переводе с латинского языка означает «глаз».

В кабинете окулиста висит плакат с изображением букв и картинок для проверки зрения. На нем изображены разной величины буквы. Если у человека нормальное зрение, то он отчетливо видит предпоследнюю и последнюю строчки с расстояния пяти метров.

Эту профессию называют ещё таким сложным словом офтальмолог. Это врач, который лечит наши глазки, занимается болезнями, связанными со зрением. Он проверяет на разных аппаратах здоровье глаз и при серьёзных заболеваниях назначит лечение, помогает подобрать очки, линзы.

К нам сегодня на урок пришёл окулист. Давайте посмотрим сценку.

Сценка.

Учитель. К окулисту пришёл ученик, плакал горько, совета просил.

Ученик. Я весь день телевизор смотрел, до полуночи над книгой сидел. Свет обычно включать не любил и в темноте вечера проводил. Видел всё! А теперь не могу!

Врач. Я вам помогу.

Учитель. Но при этом с досадой сказал.

Врач. Вам беречь надо было глаза! Непростительное поведение - так испортить хорошее зрение!

Работа в группах. Игра «Разрешается. Запрещается».

Детям раздаются карточки.

Сейчас вы попробуете сами побыть окулистами. Ребята, выявите причины ухудшения зрения. Дайте, пожалуйста, больному рекомендации.

Дети объясняют причину, по которой у ученика упало зрение, и дают ему рекомендации.

Разрешается	Запрещается
Читать при хорошем освещении.	Смотреть долго телевизор.
Расстояние от глаз до книги 30 см.	Работать длительное время за компьютером.
Свет должен падать с левой стороны.	Лёжа читать.

Так зачем же идти к окулисту, если ничего не болит? Отчего человек может потерять зрение? Легко ли живётся слепым людям? Что вы почувствуете, если увидите слепого человека? Как надо поступить? Можно ли исправить зрение?

Да, можно, но для этого нужно приложить немало усилий, времени, терпения – это долгий путь к исцелению. Профилактический осмотр глаз необходимо делать два раза в год для того, чтобы предупредить болезнь или приостановить ее вовремя на раннем этапе заболевания. Поэтому, чтобы зрение не исправлять, лучше его сохранять, применяя правила по защите зрения.

Что носят люди с недостатками зрения? На этот вопрос вам поможет ответить загадка.

Своих глаз нет, а другим видеть помогает? (*Очки*).

Некоторые считают, что раз уж появилась близорукость, то и незачем носить очки. А между тем устранить близорукость нельзя, но предупредить и приостановить можно. Правильно подобранные очки приносят большую пользу.

Иногда дети стесняются их носить. Хорошо подобранные очки могут сделать лицо даже более привлекательным, а также помогут улучшить зрение и настроение.

Защитные очки носят люди с отличным зрением: пилот, водитель, мотоциклист, альпинист, лыжник, защищая глаза от солнца, ветра, снега, пыли. Иначе глаза станут болеть. В защитных очках работают: у станка токарь – чтобы металлическая стружка не попала в глаз; сталевар и сварщик, глазам которых угрожают искры.

При необходимости пользуйтесь очками. Берегите глаза!

И они вам скажут «спасибо»!

Заботьтесь о своих глазах. Ведь никто не позаботится о вашем зрении

лучше, чем вы сами.

Вы носите очки? Не горюйте: со временем с помощью очков зрение может улучшиться.

Давайте посоветуем людям в очках следующее:

- Берегите свои «вторые» глаза.
- Храните их в футляре.
- Не кладите стеклами вниз.
- Регулярно мойте теплой водой с мылом.
- Снимайте во время занятий спортом.
- Периодически протирайте очки мягкой салфеткой.

Есть дети, которым приходится носить очки, потому что у них проблемы со зрением. Но одноклассники не всегда их понимают и называют «очкариками». Дети перестают носить очки.

Как вы думаете: как это повлияет на их зрение? Как помочь таким детям сохранить зрение? *Ответы детей.* Итак, играя на перемене, нужно быть внимательным, чтобы не повредить очки одноклассника.

Подведение итогов.

Сегодня на уроке мы говорили о бережном отношении к своему зрению. Узнали о строении наших глаз. Познакомились с новыми словами: очи, радужка, веки, зрачок, роговица, зрительный нерв, окулист.

Хочу закончить урок словами известного философа Геродота: «Когда нет здоровья, молчит мудрость, не может цвести искусство, не играют силы, бесполезно богатство и бессилён разум».

Домашнее задание. Предложить учащимся нарисовать рисунок «Что вредно для глаз».

Числа от 1 до 10 и число ноль (0). Нумерация

Загородняя Лариса Валерьевна,

учитель начальных классов

ТОГКОУ школы-интерната № 33, г. Томск

Данный урок входит в план работы коррекционной школы со слабо-видящими детьми по программе «Школа России» с использованием элементов здоровьесберегающей технологии В. Ф. Базарного, поэтому гимнастику для глаз, физминутки и упражнения по развитию мелкой моторики используют не только на специальных коррекционных уроках, но и на каждом предметном уроке. Кроме того, каждый урок проводится в игровой форме, как, например, представленный урок-путешествие по сказочному математическому лесу.

Тип урока: закрепление.

Программное содержание: закрепить знания, приобретённые детьми при изучении нумерации чисел от 1 до 10; совершенствовать вычислительные навыки; упражняться в письме цифры 0; проверить умение различать геометрические фигуры; продолжать готовить детей к составлению и решению задач; закрепить пространственные представления (слева, справа, вверху и т.д.); совершенствовать умения детей выяснять, на сколько в одной из сравниваемых групп предметов меньше (больше), чем в другой; развивать логическое мышление, память, внимание, мелкую моторику, пространственное воображение, зрительное восприятие; воспитывать любовь к природе, к предмету.

Оборудование: герои сказки «Колобок» из кукольного театра, исполняемые учениками, интерактивная доска, карточки с цифрами от 1 до 10, сюжетная картина, карточки с изображением геометрических фигур, домик.

Последовательность действий.

I. Организационный момент.

Давайте, ребята, учиться считать,

Делить, умножать, прибавлять, вычитать.

Запомните все, что без личного счета

Не сдвинется с места любая работа. (Яковлев Ю).

II. Сообщение темы и целей урока.

Учитель: Сегодня на уроке мы с вами закрепим те знания, которые вы получили, изучая числа от 1 до 10. Мы будем решать примеры, весёлые

задачи, сравнивать числа и выполнять много интересных заданий.

Но не просто считать и решать, мы отправимся в путешествие. Путешествовать одним скучно и неинтересно, поэтому нужно брать с собой друзей. А вот кого мы возьмём в путешествие, вы узнаете, отгадав загадку.

Из муки его слепили,
После в печку посадили,
На окошке он студился,
По дорожке он катился.
Был он весел, был он смел,
И в пути он песню пел.
Съесть его хотел зайчишка,
Серый волк и бурый мишка.
А когда малыш в лесу
Встретил рыжую лису,
От неё уйти не смог.
Кто же это? (*Колобок*).

Учитель: Как начинается сказка?

Пока один ученик вспоминает и рассказывает начало сказки, остальные дети должны вылепить Колобка из пластилина.

Ученик: Жили-были старик со старухой. Вот и просит старик:

– Испеки мне, старая, колобок.

– Да из чего испечь-то? Муки нет.

– Эх, старуха! По амбару помети, по сусекам поскреби - вот и наберётся.

Старуха так и сделала: намела, наскребла горсти две муки, замесила тесто на сметане, скатала в колобок, изжарила его в масле и положила на окно простынуть. Надоело Колобку лежать: он и покатился по дорожке.

Учитель: Ребята, а вы помните, как закончилась сказка?

Дети: Лиса съела Колобка.

Учитель: Вам нравится такой конец сказки? *Ответы детей.* Сегодня мы с вами сможем выручить Колобка из беды. Это в наших силах. Но для этого вам нужно помочь Колобку пройти испытания.

Покатился Колобок по дорожке, и привела она его в сказочный математический лес. Итак, отправляемся вместе с нашим героем в путешествие по сказочному лесу.

III. Лесная полянка Повторяйка (устный счёт).

Учитель: Катится Колобок по дорожке, попадает на лесную полянку Повторяйка-Сосчитайка, а навстречу ему Заяц.

Ученик надевает на руку куклу Зайца.

Заяц: Вот тебе, Колобок, заданье,

Устный счет как наказание.
Если ты решишь задачи,
Я тебя не накажу,
В путь-дорожку снаряжу.

Учитель: Ребята, надо быстро Колобочка спасать, чтобы он мог от Зайца убежать. Давайте поможем Колобку решить Зайкины задачи.

Четыре зайца шли из школы,
И вдруг на них напали пчёлы.
Два зайчика спаслись едва,
А сколько не успело? ... (Два).

Учитель: Как вы это узнали?

Дети: $4 - 2 = 2$

Учитель: Из норки выглянул барсук,
Уселась белочка на сук,
Вспорхнул на ветку воробей,
На тропку выполз муравей –
Все улыбнулись солнцу!
Сколько всего животных улыбнулись солнцу?

Дети: $1 + 1 + 1 + 1 = 4$

Учитель: Три зелёные лягушки
Сидели на опушке.
Одна им подмигнула
И в озеро нырнула.
Сколько лягушек осталось на опушке?

Дети: $3 - 1 = 2$

Учитель: Сорока в гнездо притащила браслет,
Серёжку, колечко и пару монет.
Такой богатейки в лесу не сыскать.
Ты ей помоги всё добро сосчитать.

Дети: $1 + 1 + 1 + 2 = 5$

Учитель: Молодцы, ребята, помогли Колобку уйти от Зайца.

IV. Ручеек Порешайка (решение примеров).

Учитель: Бежал-бежал Колобок, наклонился к ручейку Порешайка
воды напиться, а из лесу к нему Серый Волк.

Ученик надевает на руку куклу Волка.

В Колобках он знает толк.
Чтобы Волк его не съел,
Колобочек наш запел.

Волк: Ты не пой мне, Колобок,
Не заговаривай зубок.

Лучше ты реши примеры,
Будешь для ребят примером.

Примеры записаны на доске и у каждого ученика на карточке (шрифт увеличен).

V. Пенек Отдыхайка (гимнастика для глаз).

Учитель: Молодцы! Справились с Волчьими примерами! Можно бы путешествовать дальше. Да устал Колобок и сел на пенек Отдыхайку.

И глазки у Колобка устали. Давайте поможем Колобку сделать гимнастику для усталых глаз.

Вот как Заяц, – так косой!
А по мне – хороший, свой.

Свести глаза к носу.
Поднять глаза вверх, не поднимая
головы.

Посмотрю налево,
Посмотрю направо
И вперед посмотрю
Да и дальше покачу!

Выполнить движения глазами, не
поворачивая головы.

VI. Полянка Порешайка (знакомство с числом 0 и сравнение чисел).

Учитель: Теперь снова в путь. Катится Колобок по тропинке в лесу, а навстречу ему Медведь.

Ученик надевает на руку куклу Медведя.

Колобок наш испугался,
На сосну быстрее забрался.
Только начал песню петь,
Как медведь давай реветь.

Медведь: Лучше ты реши, дружок, с ноликом задачу и сравни числа в задачку.

Учитель: Задача. Посмотрите внимательно на картинку и скажите, сколько всего шишек растёт на соснах (на доске картинка с медведем).

Дети: Нисколько. Ноль!

Учитель: Конечно же, ноль.

Нолик – круглый, как Земля.

Все считают от нуля.

Арифметика проста:

Если ноль – ладонь пуста.

Пишем ноль, и ясно всем:

Здесь чего-то нет совсем!

Ребята, а что значит ноль?

Дети: Это значит «ничего», «нисколько».

Учитель: Казалось бы, что о нём говорить: ноль и ноль – пустышка.

Значит, подумает кто-то, вовсе пустяковая цифра, без которой легко обойтись. Но это не совсем так. Если разобраться, то выйдет, что ноль – очень даже важная персона. Как написать 10 без нуля? 100? 1000? Получится один, а вовсе не то, что хотелось. В Венгрии, в Будапеште, поставлен памятник нулю. Ни одна другая цифра не удостоилась таких почестей.

Давайте научим Колобка и Медведя писать эту замечательную цифру.

Учитель напоминает, как пишется 0.

Учитель: Овал начинаем писать от середины верхней стороны клетки, линию ведём вниз, закругляем, касаясь нижней стороны клетки, ведём вверх и снова закругляем.

Дети работают в тетрадях.

VI. Самостоятельная работа по карточкам с увеличенным шрифтом.

Задание – поставьте вместо точек знаки «>», «<» и «=» в предложенных примерах.

Учитель: Давайте вспомним: если к любому числу прибавить 0 или к нулю прибавить любое число, что получим?

Дети: Получим это же самое число.

Учитель: А если из любого числа вычесть ноль, что получим?

Дети: Это же самое число.

VII. Домик Игралка (состав числа 10).

Учитель: Катится Колобок дальше, видит, стоит домик. «Вот бы мне отдохнуть в этом домике, – обрадовался Колобок, – ведь я так устал и хочу отдохнуть». Но, чтобы войти в этот дом, нужно вспомнить состав числа 10. Кто поможет Колобку?

Дети вспоминают состав числа 10.

VIII. Физминутка «Зарядка».

Учитель: Пусть Колобок отдохнёт в этом домике, и мы с вами отдохнём.

Колобок наш утомился,

В домике расположился.

Вмиг поднимем дух ему,

Мы можем весело шагать по тропе волшебной.

На двух ногах 5 раз, а на одной $7 - 3 (= 4)$ раза скакать.

Руками $3 - 1 (= 2)$ раза весело махать,

По сторонам смотреть кругом,

За Колобком бежать бегом

И отдыхать потом.

Долго блуждал Колобок да и заблудился. Давайте поможем Колобку выйти на тропинку, но для этого надо выполнить задание.

IX. Лесок Сосчитайка (работа по сюжетной картинке).

Правильно вы, ребята, выполнили задание и тем самым помогли Колобку выйти на нужную тропинку. Покатился он дальше по сказочному лесу, напевая весёлую песенку, и привела его дорожка вот на такую замечательную поляну, а на ней деревья, звери разные.

Примерные вопросы по картинке:

- Кто изображён на этой картине?
- Придумайте по картине вопрос со словом «сколько».
- О ком можно сказать, используя слова «столько же»?
- Кого больше: зайцев или белок. На сколько?
- Кого меньше: медведей или зайцев? На сколько?
- Как называются деревья, которые изображены слева?
- Посчитайте, сколько берёз. Покажите самую высокую берёзу. Как вы определили, что это берёзы? Какие деревья изображены справа?
- Посчитайте, сколько ёлок. Покажите самую высокую.
- Где деревьев больше, слева или справа? На сколько?
- Как называется дерево, которое изображено в центре картины? Как вы догадались?
- Что за птица на стволе дуба? А вы знаете, как в народе называют дятла? Сколько всего птиц вы видите на рисунке?
- Ребята, а вы обратили внимание на гриб с красивой красной шляпкой? Как он называется? Это съедобный гриб или ядовитый?

X. Встреча с Геометрикой.

Продолжим вместе с Колобком путешествие по математическому сказочному лесу.

Покатился наш герой по дорожке, думал, уже дома скоро будет и чуть не столкнулся вот с таким человечком (*на интерактивной доске человек, состоящий из геометрических фигур, разные геометрические фигуры*).

Скажите, ребята, из каких геометрических фигур он состоит? (*Круг, прямоугольник, треугольники*). Так вот этот геометрический мальчик тоже приготовил Колобку задания. Как вы думаете, справимся мы с ними?

Перечислите геометрические фигуры, показанные на экране. (*Дети выполняют задание*). Какая фигура лишняя и почему? (*Например, среди треугольников разных цветов и размеров круг и т.д.*).

Назовите прямую, отрезок, точку, ломаную. Посчитайте, сколько звеньев и вершин у ломаной линии. (*Дети выполняют задания человечка*).

XI. Лесок Соображайка (решение задач на смекалку).

Учитель: Катится Колобок дальше, и попадает в лесок Соображайка,

а навстречу ему... как вы думаете кто? *Ответы детей.*

Ученик надевает на руку куклу Лису. У неё конверт с задачами.

Учитель: Вот и Лисонька идёт, хитрая плутовка,

И такую речь ведёт, заманивая ловко.

Лиса: Съем тебя я, Колобок,

Но прежде дам тебе я срок:

Чтоб сумел за 5 минут

Всё решить, что есть вот тут.

Получай ты мой билет

И готовь скорей ответ.

Уж от меня-то, Колобок, ты не уйдёшь, и ребята тебе не помогут.

Учитель: Поможем, ребята? Будьте внимательней, потому что задачи на смекалку.

Улитка на танцы спешила

И выйти пораньше решила.

Кокетливо выставив рожки,

Улитка ползла по дорожке.

Час лезла вдоль зарослей мха

И два – по листу лопуха.

Час кочку она штурмовала.

Пришла. Никого не застала.

А жаль, ведь проделала путь не простой.

Как долго придётся ползти ей домой? (*Домой ей ползти не надо, потому что домик у неё на спине.*)

Семь рассерженных гусей,

Семь отчаянных друзей

Ходят-бродят: «Га-га-га!»

Тут хозяйка позвала их:

– Есть хотите?

– Да-да-да!

И пошли ватагой всей

Семь рассерженных гусей.

Семь гусей ушли кормиться.

Сколько же осталось птицы? (*Нисколько.*)

Слон на обед съел корзинку бананов,

Пару корзиночек грибов со сметаной,

Яблок корзинку, корзинку галет.

Сколько корзиночек он съел на обед? (*Ни одной, потому что корзины несъедобные.*)

XII. Подведение итогов.

Учитель: Ну что ж, придётся Лисе отпустить Колобка, ведь все задания он выполнил правильно, а помогли ему в этом вы, ребята. Как вы ему помогли? *Ответы детей.* Что повторили? Что больше всего понравилось на уроке? Встаньте те, кто считает, что хорошо потрудились.

Колобку очень понравилось у вас, ведь вы такие добрые, умные, смелые, прекрасные артисты-кукольники, и он решил остаться в вашем классе.

Список литературы

1. Бенилова, С. Ю. Патогенные подходы к комплексному лечению нарушений речи у детей и подростков с последствиями органического поражения нервной системы: пособие для врачей. – М.: Прометей; Книголюб, 2003. – 32 с.
2. Волина, В. В. Праздник числа. Занимательная математика. – М.: Знание, 1993. – 336 с.
3. Головниц, Л. А. Дошкольная сурдопедагогика: воспитание и обучение дошкольников с нарушениями слуха. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 304 с. – (Коррекционная педагогика).
4. Епифанцева, Т. Б. Настольная книга педагога-дефектолога / под ред. Епифанцева Т. О. – 2-е. изд. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. – 486 с. – (Сердце отдаю детям).
5. Загадки «Веселый счет» для дошкольников [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://doshkolnuk.com/zagadki-veselyj>, свободный.
6. Ковалько, В. Азбука физкультминуток для дошкольников: средняя, старшая, подготовительная группы. – М.: ВАКО, 2010. – 176 с.
7. Крюкова, Т. Раз – ступенька, два – ступенька: цифры и рифмы для тех, кому 3, 4, 5. – М.: Карпуз, 2003. – 16 с.
8. Неболейка: конспект занятия по валеологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://vospitatel.com.ua/zaniatia/valeologiya/neboleika.html>, свободный.
9. Огнева, Н. А. Практическая реализация здоровьесберегающих технологий в специальной (коррекционной) школе VII вида [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://iro48.ru/?q=node/209>, свободный.
10. Панфиленко, Г. И. «Здоровьесберегающие технологии в коррекционной работе» // Актуальные задачи педагогики. – 2012. – № 6. – С. 54-56.
11. Программа «Воспитание и обучение слабослышащих дошкольников со сложными (комплексными) нарушениями развития» / О. П. Гаврилушкина, Л. П. Дмитриева, Н. Д. Соколова, Н. Д. Шматко и др.; под ред. Л. А. Головниц. – М.: УМИЦ «Граф-пресс», 2003. – 128 с.
12. Рау, Е. Ф. Система работы по устранению недостатков речи у детей дошкольного и школьного возраста. – М.: Просвещение, 1965. – 303 с.
13. Розанова, Т. В. Развитие памяти и мышления глухих детей. – М.: Педагогика, 1978. – 232 с.
14. Федеральная служба государственной статистики [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.gks.ru/>, свободный.
15. Федотова, Н. И. Здоровьесберегающие технологии в детском саду

[Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://ext.spb.ru/index.php/2011-03-29-09-03-14/98-hls-education/2422-2013-02-25-12-33-00.html>, свободный.

16. Физкультминутка / сост. Г. А Фролова. – М.: Карапуз, 1998. – 17 с.
17. Хромов, Н. И. Методы обучения детей с различными типами обучаемости: практ. пособие / Н. И. Хромов. – М.: Айрис пресс: Айрис дидактика, 2007. – 123 с.: ил. – (Библиотека психолога образования).
18. Яснов, М. Урок муравьедения. Стихи французских поэтов. – М.: Оникс 21 век, 2002. – 64 с.

Содержание

Воложанина А. С. Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья	3
Голенцева З. И., Тагильцева В. И. Комплексное использование здоровьесберегающих технологий на уроках письма, чтения и развития речи с детьми с ограниченными возможностями здоровья	6
Коврова И. Г. Социализация дошкольников с нарушениями слуха в условиях школы-интерната	11
Воронкова Н. А. Музыка, ритм, движение – путь к оздоровлению!	14
Корсунова М. Р. Театрализованные игры как средство социализации детей с нарушениями слуха	17
Ершова М. В. Остров детства и здоровья	20
Медова Н. А. Занятие по развитию речевой функции с ребенком со сложной структурой нарушения	23
Смирнова Г. А. Расту здоровым, малыш!	27
Кравченко И. Ю. Глаз – орган зрения. Знакомство с профессией окулист	31
Загородняя Л. В. Числа от 1 до 10 и число ноль (0). Нумерация	41
Список литературы	49

**Использование здоровьесберегающих технологий
в работе с детьми, имеющими нарушения в развитии**

методическое пособие

Редактор А. А. Коваленко
Художник-оформитель З. В. Мельчикова
Корректор С. С. Быкова
Ответственный за выпуск А. А. Коваленко

**ОООИЗ ОГАУК Томская областная универсальная
научная библиотека им. А.С. Пушкина,
634069 г. Томск, пер. Батенькова, 1**

 тел./факс (382-2) 51-23-01
 (382-2) 51-56-33

e-mail: deti@lib.tomsk.ru
сайт: <http://rslib.lib.tomsk.ru>
<http://koc-ovz.livejournal.com>

МБЛПУ ЗОТ «Центр медицинской профилактики»
634034, г. Томск, ул. Красноармейская, 68
 тел./факс (382-2) 282-448

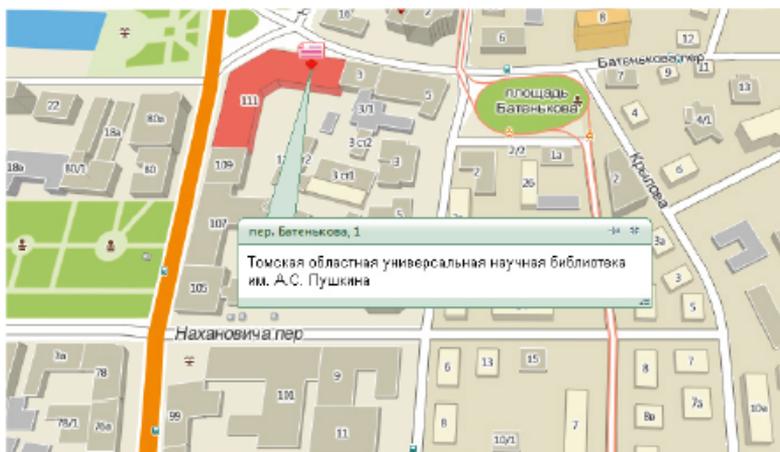
e-mail: linok@sibmail.ru
сайт: <http://profilaktika.tomsk.ru>

Подписано в печать 25.09.2013 Формат А5
Бумага офсетная. Печать ризограф. Гарнитура «Calibri».
Тираж 300 экз. Заказ № 948 от 20.09.2013

Отпечатано в типографии ООО «Рекламная группа Графика»,
634050, ул. Алексея Беленца, 17

Культурно-образовательный центр для детей с ограниченными возможностями

Центр находится
по адресу г. Томск, пер. Батенькова, 1
(здание магазина «Тысяча мелочей»)
тел./факс: (3822) 51-23-01
тел.: (3822) 51-56-33
e-mail: deti@lib.tomsk.ru
<http://rslib.lib.tomsk.ru>



Проезд общественного транспорта
автобус/троллейбус: до ост. Кинотеатр им. Горького
трамвай: до ост. пл. Батенькова

Обращаться ежедневно (вторник-суббота) с 10.00 до 18.00

Занятия детей с родителями и «Родительский лицей»
проводятся каждую вторую и четвертую субботы месяца в 12.00

**Проконсультироваться у психолога,
посетить занятия с детьми, воспользоваться услугами
реабилитационной гостиной и библиотекой
Вы можете БЕСПЛАТНО!**

Для регистрации в Детском центре или Пушкинской библиотеке
необходимо предъявить паспорт