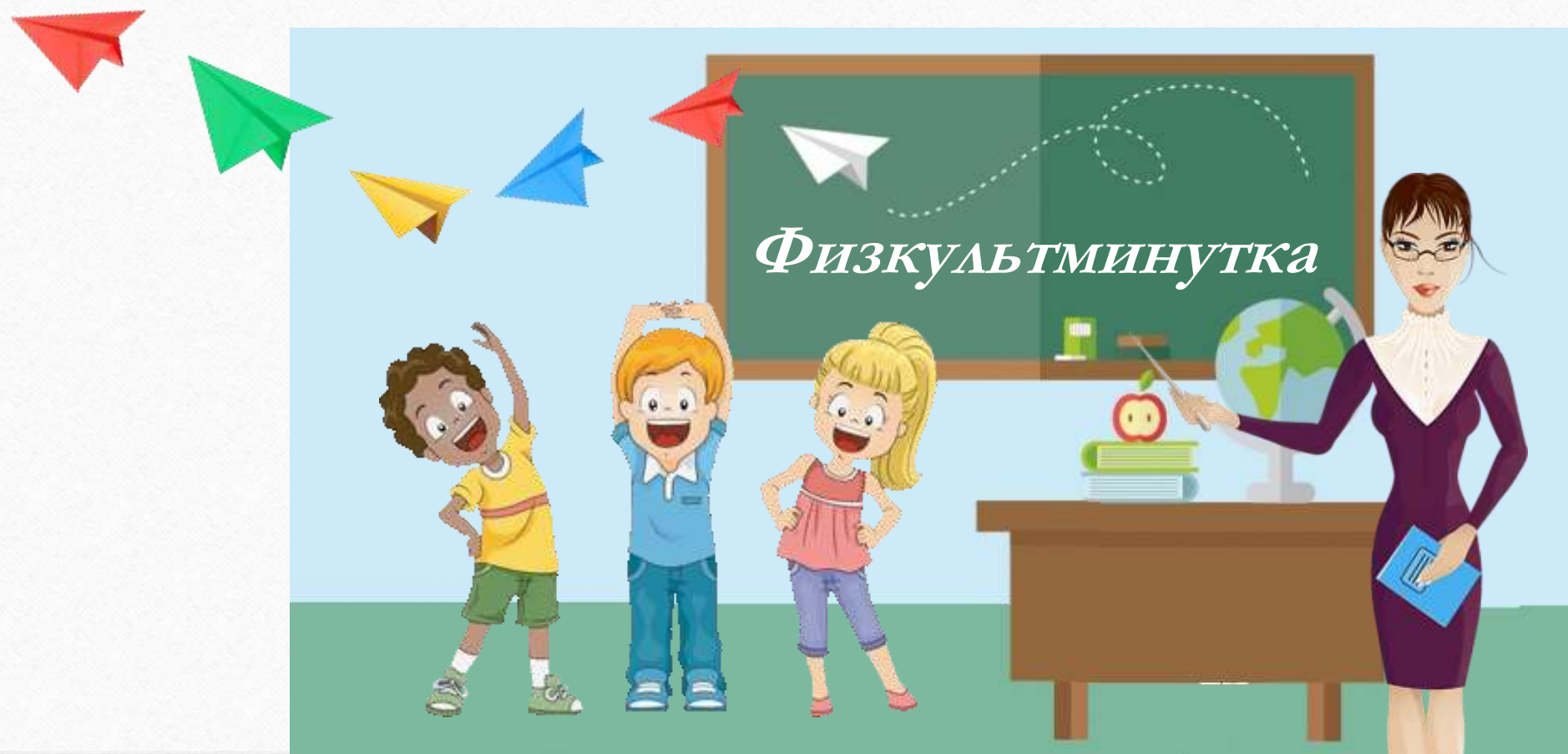
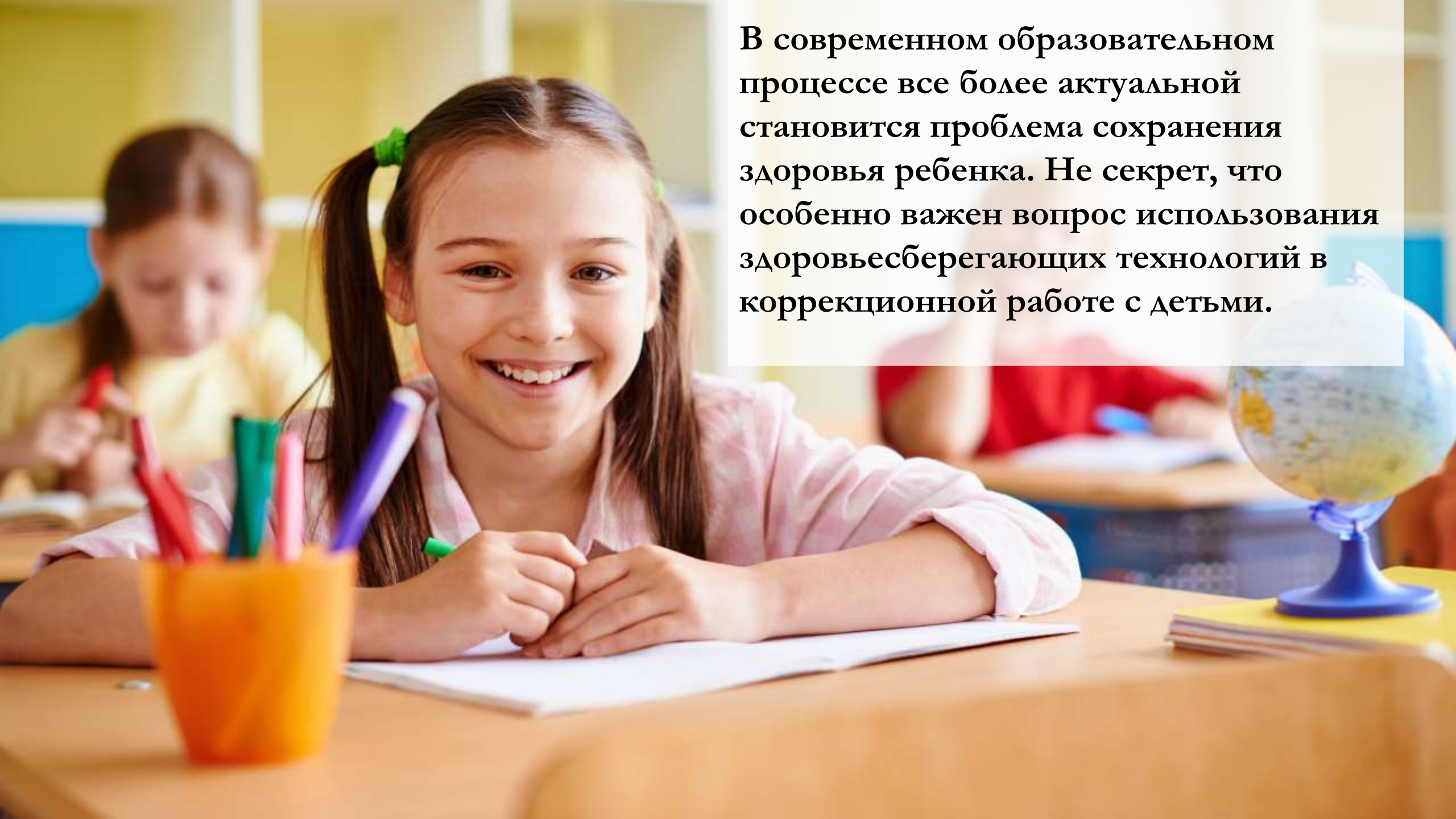


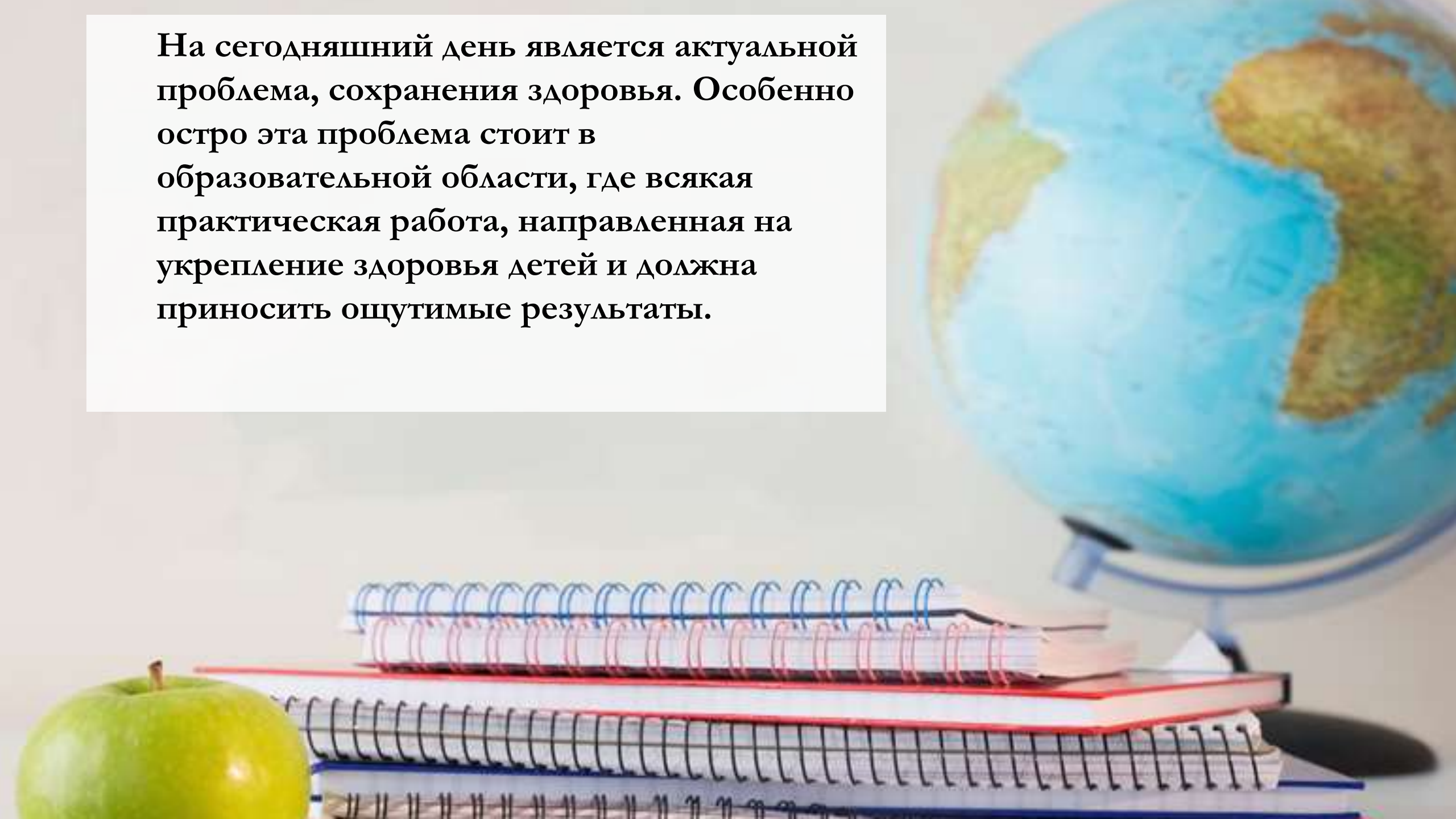
Использование здоровьесберегающих технологий В специальной (коррекционной) школе VIII вида





В современном образовательном процессе все более актуальной становится проблема сохранения здоровья ребенка. Не секрет, что особенно важен вопрос использования здоровьесберегающих технологий в коррекционной работе с детьми.

На сегодняшний день является актуальной проблема, сохранения здоровья. Особенно остро эта проблема стоит в образовательной области, где всякая практическая работа, направленная на укрепление здоровья детей и должна приносить ощутимые результаты.



Понятие “здоровье” имеет множество определений. Но самым популярным, и, пожалуй, наиболее емким следует признать определение, данное Всемирной организацией здравоохранения:

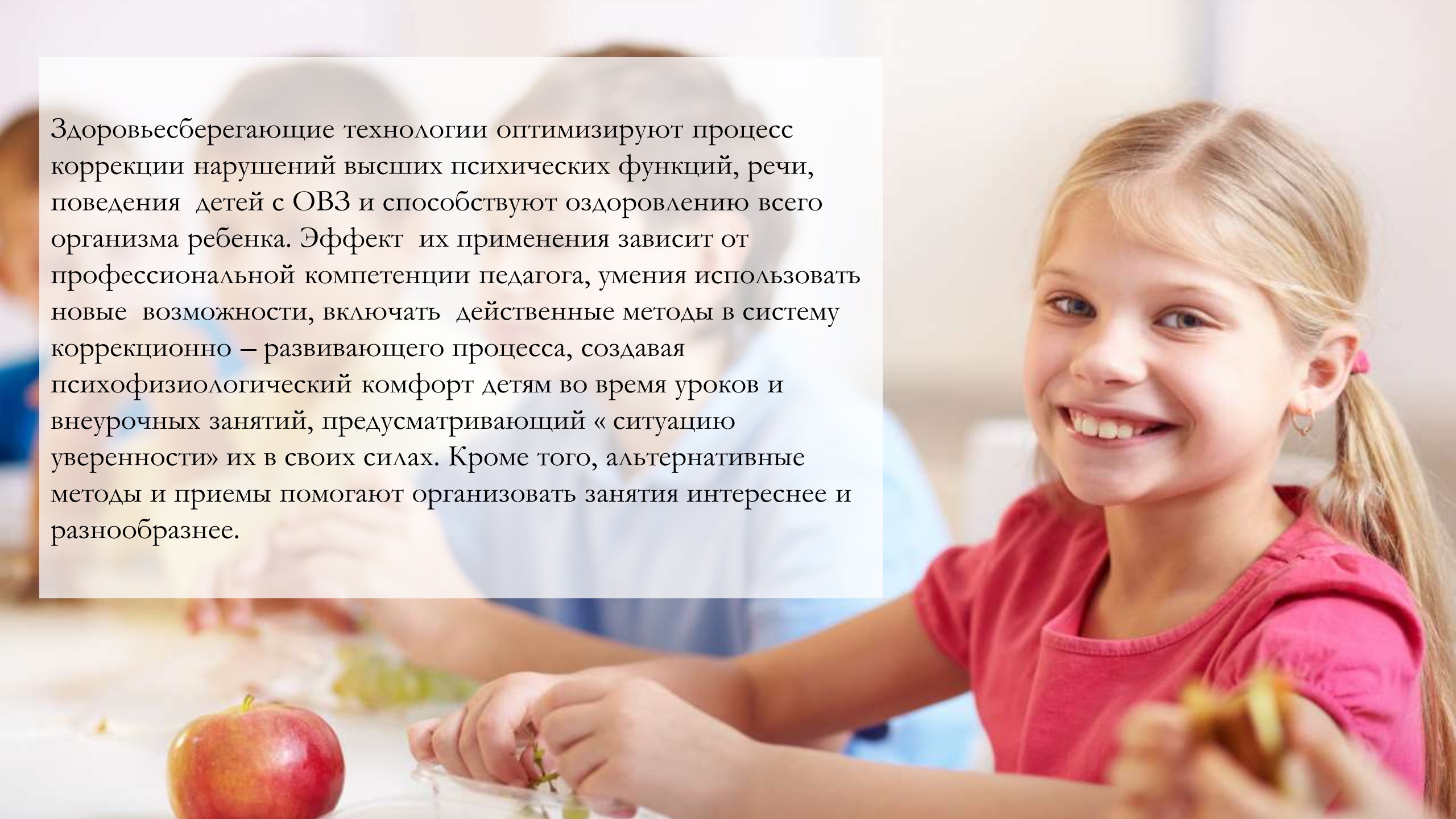


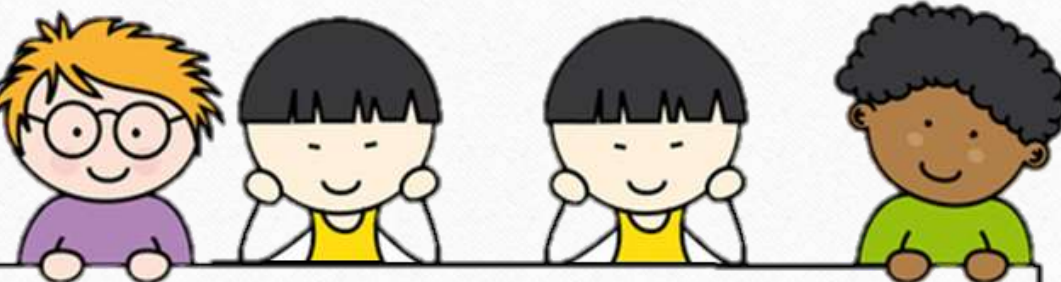


Всемирная организация здравоохранения

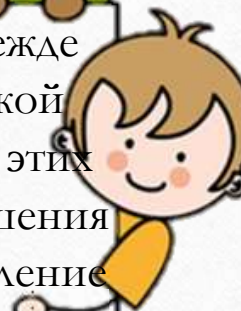
Здоровье — полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезни, т.е. это физическая, социальная, психологическая гармония человека, доброжелательные отношения с людьми, природой и самим собой.


Здоровьесберегающие технологии оптимизируют процесс коррекции нарушений высших психических функций, речи, поведения детей с ОВЗ и способствуют оздоровлению всего организма ребенка. Эффект их применения зависит от профессиональной компетенции педагога, умения использовать новые возможности, включать действенные методы в систему коррекционно — развивающего процесса, создавая психофизиологический комфорт детям во время уроков и внеурочных занятий, предусматривающий «ситуацию уверенности» их в своих силах. Кроме того, альтернативные методы и приемы помогают организовать занятия интереснее и разнообразнее.





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





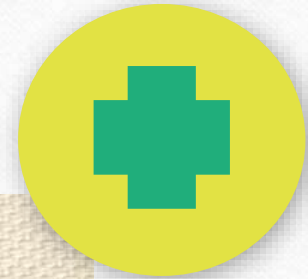
Коррекционно – развивающая
работа с применением
здоровьесберегающих технологий
предполагает коррекцию всей
личности детей в целом.

The illustration features a central white rectangular sign with Russian text. The sign is held by eight cartoon children: four are positioned behind the top edge, and four are behind the bottom edge. The children are diverse in appearance, including different hair colors (yellow, black, brown), styles (glasses, pigtails, short hair), and clothing (purple, yellow, green, orange, pink). Surrounding the sign are several colorful paper airplanes in red, blue, green, and yellow, scattered across the white background. The entire scene is set against a light beige, textured background that resembles a piece of paper pinned to a surface, with four silver circular fasteners visible at the corners.

Здоровьесберегающие технологии



Артикуляционная гимнастика
Дыхательная гимнастика
Зрительная гимнастика
Пальчиковая гимнастика
Психогимнастика



Самомассаж
Релаксация
Физминутки и динамические
минутки
Кинезиология
Су-джок терапия -
Биоэнергопластика

Артикуляционная гимнастика

Заборчик

Улыбнуться, с напряжением обнажив зубы. Удерживать данное положение на счёт до пяти. Прикус должен быть естественным, нижняя челюсть не должна выдвигаться вперёд.



Улыбка

Улыбнуться, не обнажая сомкнутые зубы. Удерживать данное положение на счёт до пяти.



Чистим зубы

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние, затем верхние зубы, делая движения языком справа-влево. Нижняя челюсть при этом не двигается.



«ЧАШЕЧКА»

Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу, боковые края языка загнуть в форме чашечки. Удерживать на счёт до пяти. Нижняя губа не должна обтягивать нижние зубы.



скачано на www.kupret.ru

«ГРИБОК»

Улыбнуться, открыть рот. Присосать широкий язычок к небу. Это шляпка гриба, а подвижная связка-ножка. Кончик языка не должен подворачиваться, губы - в улыбке. Если ребёнку не удастся присосать язык, то можно пощелкать языком, как в упражнении «Лошадка». В пощелкивании усиливается нужное движение языка.

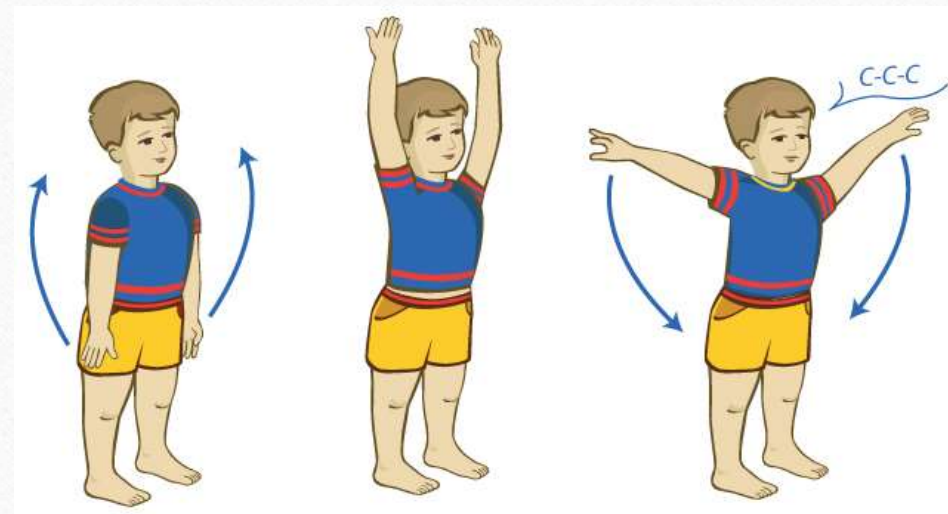
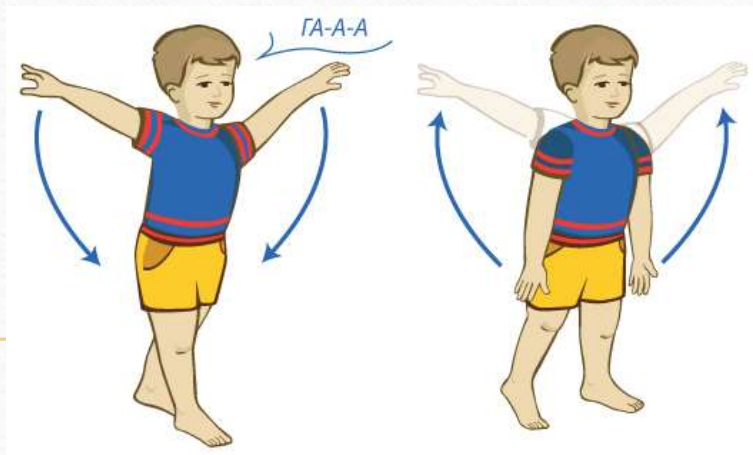


скачано на www.kupret.ru

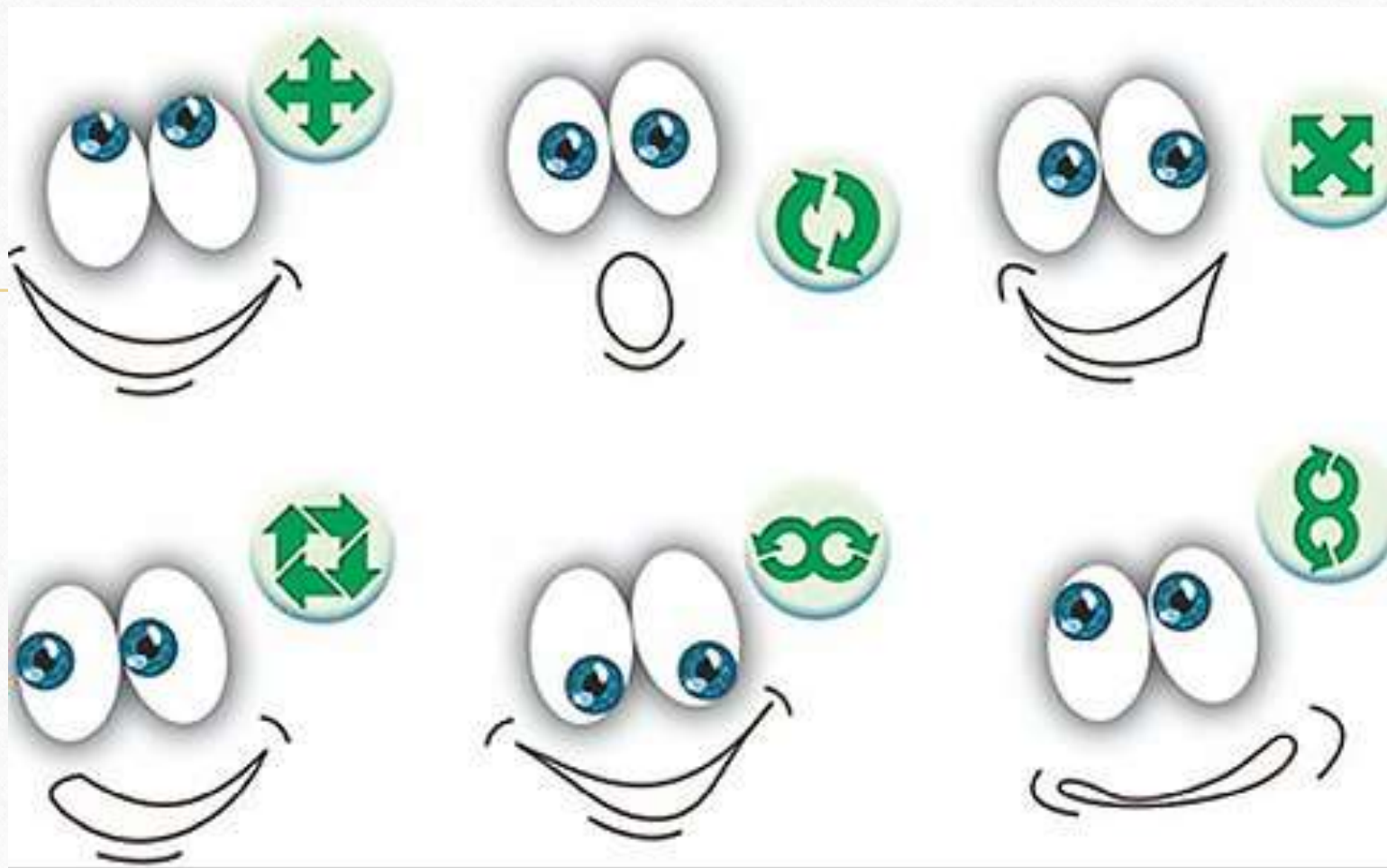
MyShared



Дыхательная гимнастика



Зрительная гимнастика



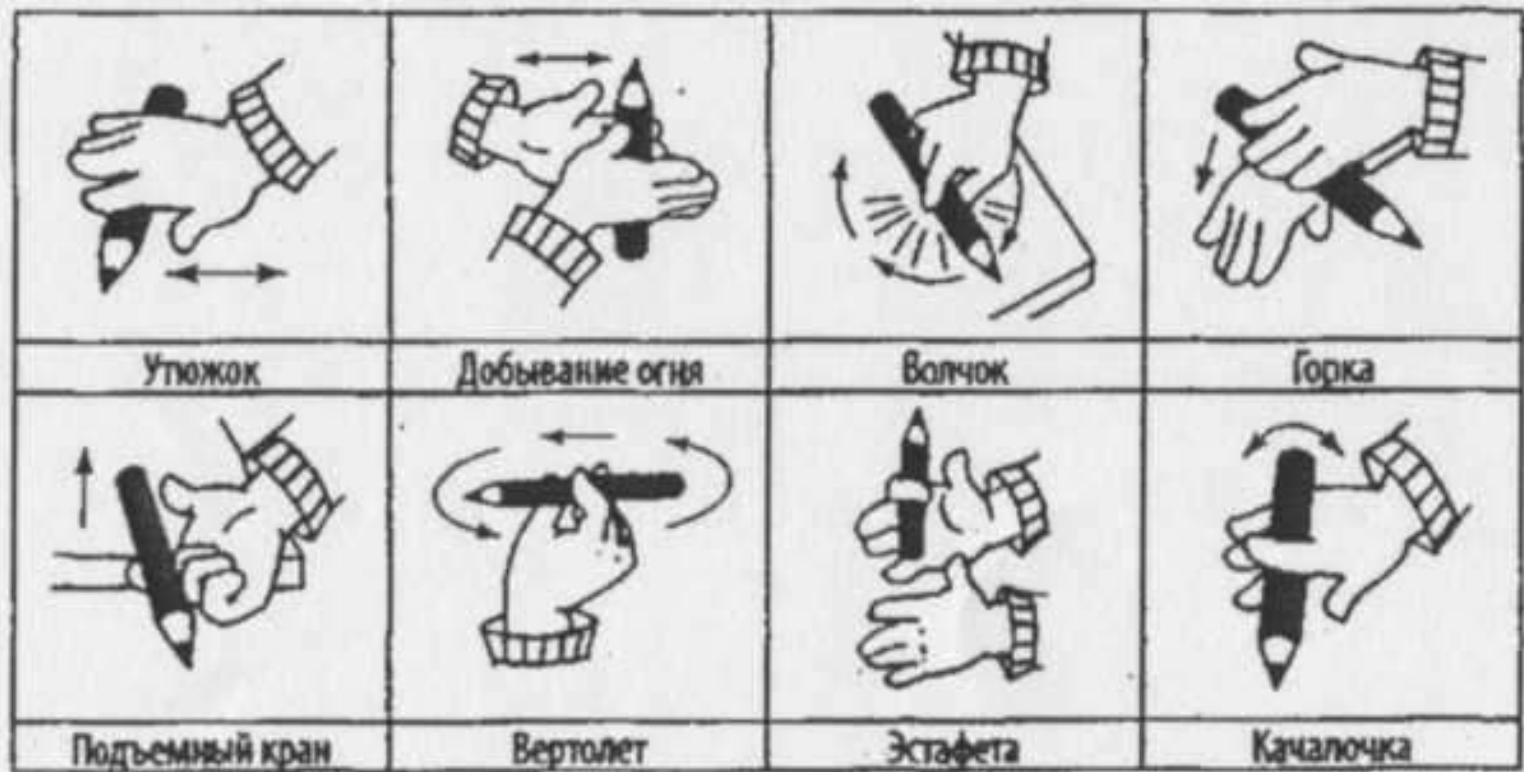
Пальчиковая гимнастика



Психогимнастика



Самомассаж



Релаксация



- *Учит детей расслабляться*
- *Способствует концентрации внимания*
- *Помогает снять напряжение*
- *Снимает возбуждение*



Релаксация



Shared

Биоэнергопластика

«ГРИБОЮ»

Под берёзой, у дорожки
Гриб растёт на толстой ножке.
Мимо мы пройти не сможем,
Гриб в лукошко мы положим.



Рис. 17.4.0

MyShared

«ЧАШЕЧКА»

Вкусных мы блинов поели,
Выпить чаю захотели.
Язычок мы к носу тянем,
Чашку с чаем представляем.



Рис. 17.5.0

MyShared

«КАЧЕЛИ»

Сели дети на качели
И взлетели выше ели.
Даже солнышко коснулись,
А потом назад вернулись.



Рис. 17.6.0

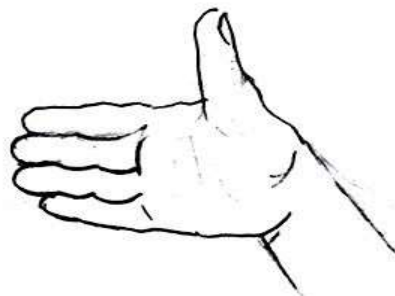


MyShared



Кинезиологические упражнения

Упражнение: "Флажок-рыбка-лодочка"



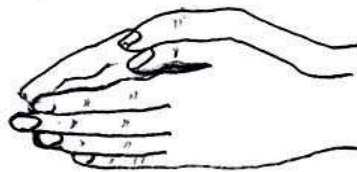
Флажок

Ладонь ребром, большой палец вытянут.



Рыбка

Пальцы вытянуты и прижаты друг другу. Указательный палец опирается на большой палец.



Лодочка.

Обе ладони поставлены на ребро и соединены "ковшиком", большие пальцы прижаты к ладони.

Упражнение: "Кулак-ребро-ладонь"



Ладонь, сжатая в кулак



Ладонь ребром



Расслабленная ладонь

СПАСИБО!!!

