«**Современные технологии** **коррекционно-педагогической работы с детьми, имеющими отклонения в здоровье».**

Обмен опыта работы в санаторной группе

Дошкольный возраст – это период, когда происходит бурное развитие всех функциональных систем организма,  способствующий созданию устойчивого уровня адаптации и обеспечивающий здоровье человека  в течение всего последующего  развития. Вместе с тем,   в средствах массовой информации,  всё чаще звучат тревожные сведения о неуклонном росте числа детей имеющие отклонения в здоровье это такие заболевания как: нарушения опорно-двигательного аппарата, сокращение двигательной активности детей из-за приоритета «интеллектуальных» занятий, преобладание статических нагрузок, что ведёт к сокращению объёма двигательной активности и, как следствие снижению мышечного тонуса и общей слабости мышц, неспособных удерживать осанку в правильном положении, что позволяет приобрести ребёнку новое заболевание сколиоз (искривление осанки), различные патологии ; плоскостопие ,чаще всего из-за неправильно подобранной обуви; неуравновешенность, неадекватное поведение, которое чаще всего контролируется, психологами, психотерапевтами , неврологами ; отклонения кардиологического характера , часто болеющие дети респираторными заболеваниями ; дети находящиеся под наблюдением врача фтизиатра , который выявляет первичное тубинфицирование.

В ДОУ функционируют девять групп, из них две санаторные группы. В каждой группе создана система по укреплению физического здоровья детей. Во всех возрастных группах организация двигательной активности сочетается с закаливающими мероприятиями.

Педагогами санаторной группы ведётся активный поиск педагогических технологий, способствующих формированию, укреплению здоровья дошкольников и поэтому мы ведём совместную деятельность с физруком ДОУ, психологом, музыкальным руководителем, руководителем хорового пения, с медсестрой и врачом ДОУ.

Основная направленность оздоровления детей в группе – добиться  к моменту поступления в школу снятия с детей диагноза – «нарушение осанки и плоскостопие», уменьшить число заболеваний ОРЗ и ОРВИ, развить дыхательные способности, которые ведут к укреплению здоровья. С помощью препаратов, назначенных фтизиатром добиться улучшения здоровья и снятия ребёнка с учёта, а  также приобретение воспитанниками таких качеств и умений, которые будут им полезны в дальнейшем для сохранения и укрепления здоровья.

*К* ***здоровьесберегающим*** *технологиям относятся  педагогические приемы, методы, технологии, использование которых идет на пользу здоровью детей и, которые не наносят прямого или косвенного вреда.*

*Педагогические здоровьесберегающие технологии включают в себя:*

* физкультурные занятия;
* оздоровительные досуги;
* праздники здоровья;
* подвижные игры;
* своевременное развитие основ двигательных навыков у детей.
* физминутки;
* динамические паузы;
* пальчиковая гимнастика;
* дыхательная гимнастика;
* музыкатерапия;
* побудки (гимнастика после сна).

*Экологические здоровьесберегающие технологии:*

* Ароматерапия
* Фитотерапия
* Фитобар , фиточай
* Луковая, чесночная терапия
* Витаминотерапия
* Создание фитостен

Из всех выше перечисленных здоровьесберегающих технологий особое внимание хочется уделить ароматерапии, как новому, более эффективному методу закаливания.

Какие методы современной ароматерапии можно использовать в уходе за детьми? Могут ли ароматы навредить ребенку? В этих непростых вопросах нам помогла разобраться на семинаре «Нетрадиционные формы и методы оздоровления» главный врач детской поликлиники №3 Курганская Н.Г., получившая в Петербурге сертификат специалиста профессиональной ароматерапии.

Она отметила, что летучие соединения ароматов устраняют в организме ребёнка иммунный дефицит, способствуют заживлению ран, нормализуют психическое состояние, уравновешивают процессы, протекающие в организме. Ароматерапия безвредна и является направлением нетрадиционной медицины. Нина Гавриловна рекомендовала строго придерживаться четырех основных правил детской ароматерапии:

1. Использовать только 100% натуральные  масла т.к продукция аромасинтеза может вызвать у ребенка аллергическую реакцию, беспокойное поведение, нарушение сна, раздражение слизистой носа и глаз. Использовать аромамасла только в микродозах. Для их применения в аромалампах и аромамедальонах уменьшить указанную в аннотации взрослую дозировку в 3-4 раза. Лучше взять меньше нужной дозы, чем больше. Максимальный срок хранения аромамасел - два года.
2. Помнить,чтоодна из особенностей растительных ароматов состоит в том, что их действие при больших и малых концентрациях противоположно по характеру: положительный эффект наблюдается только при низких концентрациях и не наблюдается при высоких.
3. Ароматерапия даст высокий эффект только в случае продолжительного и поэтапного применения так как натуропатическое средство действует не сразу, а постепенно.

* Фитомодули

Ресурсы этой области здоровьесбережения пока недооценены и слабо задействованы. Направленность этих технологий - создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой. В ДОУ это - и обустройство зимнего сада, озеленение территорий участков, и зеленые растения в группах (природная зона), живой уголок, участие в экологических акциях. Организация фитомодулей в группе.

*Задачи использования здоровьесберегающих технологий:*

* Формирование знаний о здоровье и здоровом образе жизни.
* Воспитание бережного и заботливого отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.
* Совершенствование практических навыков здорового образа жизни
* Укрепление психического здоровья детей и обеспечение их психологической безопасностью.

На занятиях по физкультуре, инструктор по физкультуре включает комплекс физических упражнений – которыеявляются ведущим средством устранения нарушений осанки. Они используются при всех видах нарушений осанки и вызывают улучшение кровообращения и дыхания,  трофические процессы. Общеразвивающие упражнения выполняются  из различных исходных положений, используются для развития всех мышечных групп, регулируя общую нагрузку занятия. Они могут выполняться с предметами и без них, а также с использованием тренажёров. Важное значение уделяется дозированию физической нагрузки.

Оздоровительную направленность физкультура приобретает лишь при обеспечении нагрузки на все группы мышц и физиологические системы организма. Основными критериями дозировки при проведении коррекционно-оздоровительных упражнений являются: исходные положения при выполнении упражнений, подбор физических упражнений, количество повторений каждого упражнения, методы выполнения упражнений, продолжительность занятия, моторная плотность.

*Методика проведения физкультуры следует основным методическим принципам:*

* осознанности,
* доступности,
* систематичности,
* наглядности.

Она показана всем детям, противопоказания имеют лишь временный характер.Программа «Детский сад 2100» предлагает начиная со средней группы проводить сюжетно – ролевую ритмическую гимнастику (Фомина Н.А. Методические рекомендации к программе по физическому воспитанию дошкольников – М.: Баласс, 2008. – 144с. Образовательная система «Школа 2100» («Детский сад 2100»). Цель её – активизация музыкального восприятия через движение. Основу ритмической гимнастики составляют физические и танцевальные упражнения различной направленности, выполняемые в согласовании и взаимосвязи с музыкой, передовая её ритм, темп, характер с помощью движений.

С целью развития творческих способностей детей, развитию основных видов движений особое внимание уделяем организации развивающей среды, развивающим играм с обычным и нетрадиционным оборудованием.

Основное правило, которое необходимо соблюдать при использовании спортивного оборудования в работе с детьми, - это выполнение инструкции по обеспечению безопасности их жизни и здоровья.

Большое внимание уделяется профилактической работе с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата. Организован спортивный кружок «Топтышки». Разработан перспективный план и составлена программа кружка.

В начале учебного года проводится анкетирование родителей, где уточняются диагнозы детей поступивших в санаторную группу. Делается запрос о необходимости оздоровления детей и посещения кружка здоровья «Топтыжка», где инструктор по физкультуре проводит профилактические мероприятия по устранению нарушения осанки, плоскостопия.Для повышения интереса детей к занятиям гимнастикой используются следующие средства: гимнастика, игровая ритмика, упражнения с различным физкультурным оборудованием, тренажёры, массажёры.

Нарушения осанки напрямую связаны с образовательным процессом. При проведении воспитательно-образовательного процесса напряжение мышц генерируется, у ребёнка наблюдается моторно - закрепощённая статическая поза и поэтому необходимо чаще снимать у детей напряжение, расслабляться. Хорошим средством для снятия напряжения и расслабления являются музыкально-ритмические  оздоровительные игры. Оздоровительные игры с традиционным и нестандартным физкультурным оборудованием, массажи различного вида, игровая гимнастика, игровые упражнения для профилактики нарушения осанки и плоскостопия.

     Одним из важнейших направлений развития и оздоровления детей является грамотная высокоэффективная организация здоровье сберегающей двигательной среды. Для реализации предложенной системы оздоровления дошкольников сформирована модель предметно-развивающей двигательной среды.

***Комплексная программа развития и воспитания дошкольников в Образовательной системе «Школа 2100»   
(«Детский сад 2100)***\* Авторский коллектив: А.А. Леонтьев (руководитель), Р.Н. Бунеев, Е.В. Бунеева, А.А. Вахрушев, М.В. Корепанова, Т.Р. Кислова, С.А. Козлова, О.А. Куревина, И.В. Маслова, О.А. Степанова, О.В. Чиндилова. **Переработанная и дополненная,2007*)*** является здоровьесберегающей программой. Обязательными условиями решения поставленных задач являются охрана и укрепление здоровья дошкольников, развитие их двигательной культуры, создание предметно-развивающей среды.

Успешность развития и воспитания дошкольника зависит от того, насколько ребенок физически готов к нему. Поэтому важным в программе являются разделы *«Организация жизни. Охрана и укрепление здоровья дошкольников», «Физическое развитие».* Здоровье рассматривается в программе не только как физическое состояние и самочувствие, но гораздо шире – и с точки зрения осознания своей телесности как способа контакта с миром и как эмоциональное, социальное, душевное и психологическое благополучие человека. Целью занятий физической культурой является приобщение ребенка к основам здорового образа жизни, освоение им гигиенической культуры и культуры движений. Физическое развитие дошкольника предусматривает в первую очередь формирование интереса к активной двигательной деятельности и потребность в физическом самосовершенствовании, получение удовольствия от игр, движений, упражнений.

В группе  мы пополнили нетрадиционным физкультурным оборудованием оздоровительную зону (уголок здоровья): массажные коврики; корригирующие дорожки различной формы, длины и конфигурации для проведения работы по профилактике плоскостопия; массажёры для улучшения кровообращения; изготовили игры для проведения дыхательной гимнастики; цветные бутылки для проведения общеразвивающих упражнений, развивающих опорно - двигательный аппарат и используемые для проведения различных видов ходьбы и бега; большие и мелкие мячи, массажные мячи различного размера. Это разнообразное оборудование используется нами в течение всего дня при проведении индивидуальных занятий, в двигательных паузах, в оздоровительной гимнастике после сна, в самостоятельной деятельности детей, а также при проведении праздников и оздоровительных досугов.

С родителями воспитанников проводятся не только консультации, но и совместные с детьми занятия, праздники и досуги, родители делятся своим опытом по теме формирования основ здорового образа жизни.

Программой «Детский сад 2100» предусмотрен курс лекций для детей, на которых дети познают свой мир. Используя содержательную часть раздела программы «Познаю себя», взрослый подкрепляет интерес ребенка к самому себе, создает для него эмоциональный комфорт и психологическую защищенность. В этом мы видим необходимость включения раздела «Познаю себя» в качестве психолого-педагогического сопровождения в общую структуру и содержание программы, что является также обязательной частью здоровьесберегающих технологий.  
Еженедельно проводит занятия *психолог* по курсу «Познай себя», работа ведется совместно с родителями и воспитателями группы, что позволяет сохранить психологический комфорт в группе. Также родители получают индивидуальные консультации психолога по интересующим их вопросам.

На протяжении нескольких лет в группе проводиться работа кружка хорового дыхательного пения *«Соловушка»* руководителем которого является Порошкова О.П. .Что позволяет добиться хороших результатов в работе по оздоровлению детей и является одной из главных современной технологией корекционно - педагогической работы с детьми, имеющими отклонения со здоровьем

  Наверное каждый человек любит петь или пытается петь. Но мало кто знает, что правильное красивое пение имеет не только эстетический, но и физиологический оздоровительный эффект.

Правильное пение - это, в первую очередь, правильное дыхание. Правильное дыхание является неотъемлемой частью многих оздоровительных систем и видов спорта. Например: йога, у-шу и др. заболеваний верхних дыхательных путей и гриппа, старайтесь не нагружать голосовые связки, не кричать и длительно не напрягать голос. Анализ закономерностей развития голоса, а также многообразие причин его нарушения приводят к тому, что профилактика "здорового голоса" необходима. Она должна начинаться с раннего детства, причем особое значение профилактика должна приобретать в переломные моменты развития голоса. Она должна включать следующие разделы: воспитание здорового голоса и постоянная тренировка его, чем и являются хоровые занятия**.**

Многие светила медицины отмечают новейшие примеры лечебных свойств пения. Говорят, что пение помогает в лечении многих хронических заболеваний и депрессий. Например, сообщалось, что австралийские медики практикуют пение как помощь в улучшении состояния больных с заболеваниями позвоночника и суставов. Пойте себе на здоровье, а другим на радость! Пусть поют и ваши дети, ведь это так полезно!

По данным физиологии воздействие на человека музыки и пения выражается в создании определенных эмоциональных переживаний, оказывающих влияние на: психику человека; на интенсивность обменных процессов, дыхательной и сердечно - сосудистой системы; на повышение тонуса головного мозга и кровообращения. Умело подобранная музыка оказывает влияние на целенаправленную деятельность человека, способствуя такой ритмической перестройке организма, при которой физиологические процессы протекают более эффективно. Положительное эмоциональное возбуждение при звучании приятных мелодий усиливает внимание, активизирует ЦНС, стимулирует мыслительную деятельность, ослабляет нагрузку на работающие звенья, увеличивает работоспособность человека.  
*Все это - нелекарственная реабилитация функционального состояния человека.*

Влияние музыкотерапии выражается: в улучшении самочувствия, в снижении психоэмоционального напряжения, в нормализации вегетативного тонуса организма, в росте эффективности деятельности.  
Таким образом, пение не только форма обучения музыке, способ организации досуга и различных мероприятий , но это еще и мощный оздоровительный фактор, обеспечивающий эффективность воздействия на организм поющих, равную спортивным тренировкам "умеренной мощности". Тренировки "умеренной мощности" отмечают прежде всего устойчивость эмоционально-психического и физического состояния: кислотность крови, газовый состав остаются в норме, функции дыхания и кровообращения увеличены сильно, но не максимально, что и тренирует организм, повышая его физические возможности.  
Пение - это дыхание в биологически полезном ритме, благотворно сказывающемся на работе сердечной мышцы.   
*Для современного подрастающего поколения, с этих позиций пение в хоре - это "глоток кислорода.*

Современные технологии коррекционно-педагогической работы с детьми, имеющими отклонения в здоровье», нацелены на функциональное совершенствование детского организма, на повышение его работоспособности, на формирование защитных способностей к неблагоприятным природно-климатическим факторам, т.е. создают условия для того, чтобы дети росли здоровыми. Это и разнообразные виды самомассажа (точечный массаж, массаж ушей и кистей рук), динамические разминки, подвижные игры, дыхательные гимнастики и упражнения, гимнастика в постели, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, физкультурные минутки, игры-упражнения для профилактики и коррекции плоскостопия и сколиоза, полоскание горла .

По данным Всемирной организации здравоохранения сегодня свыше миллиарда горожан подвергаются воздействию высокой концентрации загрязнителей воздуха, от которых не защищает даже система кондиционирования зданий.

«Воздушный коктейль» в наших квартирах состоит порой из вредных для здоровья человека веществ, выделяемых различными синтетическими покрытиями, ДСП, а электромагнитные поля от бытовых приборов нарушают ионный баланс, способствуя образованию положительно заряженных частиц. Кроме того, в воздухе есть бактерии, для которых закрытое пространство все равно, что инкубатор, и, наконец, табачный дым. Отсюда можно сделать вывод: почему 80% новорождённых детей имеют патологию заболеваний.

Все перечисленные негативные факторы можно нейтрализовать с помощью комнатных растений. Прежде всего, это субтропические и тропические виды, летучие выделения (фитонциды) которых способны уничтожать патогенные микроорганизмы, а также обогащать воздух биогенными веществами, благотворно действующими на общее состояние нашего организма. Анализ литературных данных за последние 40 лет позволил составить ассортимент растений (их объединили в 3 группы) для использования в профилактических и лечебных целях.

**В I группу входят растения, фитонциды которых обладают выраженной антимикробной активностью** (так называемые санирующие виды): сансевьера трехполосая, пеларгония душистая, колеус Блюма, алоэ древовидное, фикусы укореняющийся и карликовый, инжир, мирт обыкновенный, примула обконика . Эти растения подавляют деятельность микроорганизмов, которые могут стать причиной аллергии, желудочно-кишечного расстройства и респираторных заболеваний. В качестве основных санирующих видов используют мирт обыкновенный и псидиум Кэттли, но если в помещении (100 м3) находится 7 растений мирта 3-4-летнего возраста, то в 50% случаев достигается еще и лечебный эффект. Используя мирт для озеленения комнат, можно значительно уменьшить число острых респираторных заболеваний.

**Ко II группе относятся растения, фитонциды которых обладают лечебным действием**. Так, монстера благотворно влияет на людей с нарушением деятельности нервной системы, устраняет головную боль. Пеларгония помогает при бессоннице, различных неврозах, улучшает кровообращение. Розмарин лекарственный оказывает противовоспалительное и успокаивающее действие, повышает иммунитет, показан при заболеваниях дыхательной системы, хронических бронхитах и астме. Избавиться от перевозбуждения в конце рабочего дня и хорошо отдохнуть помогут мелисса, мята, размещенные в спальне. Запах листьев лимона дает ощущение бодрости, снижает артериальное давление.

**III группу составляют так называемые биологические фильтры – растения, очищающие воздух от вредных газов**. Например, хлорофитум хохлатый поглощает и полностью нейтрализует значительное количество газообразных углеводородов, а циссус антарктический лишь частично. В ходе экспериментов было установлено, что если в квартире разместить несколько экземпляров хлорофитума, то в течение 24 часов погибает до 80% вредных микроорганизмов.

В последнее время все большее распространение получает использование перечисленных видов в так называемых фитомодулях (пространство определенного объема с находящимися в нем растениями). При их создании надо учитывать освещенность и объем помещения, влажность воздуха и температуру, а также условия выращивания каждого вида.

Рассмотрим пример **фитомодуля** для жилой комнаты площадью 18 м2 с окнами южной экспозиции. Здесь фитонцидные растения дополняют декоративными и располагают ярусами. Крупные экземпляры – гибискус, диффенбахия пятнистая, сансевьера трехполосая, фикус Бенджамина – на полу (I уровень). На расстоянии 0,2-2 м от поверхности пола (II) размещают ампельные растения хлорофитум хохлатый и циссус антарктический, а выше (III) – так называемые фитолюстры и растения вертикального озеленения, например, аспарагусы.

Композиции из многолетних видов можно дополнить сезонными эфирно-масличными растениями. Для создания оздоровительных композиций необходимо большое количество растений (до 100 шт. на 100 м2), а для профилактических целей и декора – 10-15 экземпляров одного или нескольких видов.

Фитомодули можно создавать в офисах, жилых комнатах, детских садах и т. д

*Действие фотомодулей:*

* . БАКТЕРИЦИДНОЕ
* АНТИТОКСИЧЕСКОЕ (ПОГЛОЩЕНИЕ ТОКСИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ ИЗ ВОЗДУШНОЙ СРЕДЫ - ФОРМАЛЬДЕГИД, ТОЛУОЛ, БЕНЗОЛ И ДР.)
* ОПТИМИЗАЦИЯ МИКРОКЛИМАТА ЗА СЧЕТ ПОВЫШЕНИЯ ВЛАЖНОСТИ ВОЗДУХА,
* ПОВЫШЕНИЕ СОДЕРЖАНИЯ ОТРИЦАТЕЛЬНЫХ ИОНОВ В ВОЗДУШНОЙ СРЕДЕ
* СНИЖЕНИЕ ПСИХО-ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ ЗА СЧЕТ ДЕЙСТВИЯ ТЕРПЕНОВ
* ОПТИМИЗАЦИЯ ВИЗУАЛЬНОЙ СРЕДЫ
* ЭСТЕРОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ДЕЙСТВИЕ

***Помогает адаптации к ДОУ ароматерапия.*** Имеются положительные результаты по действию фитонцидов в виде аэрозолей эфирных масел мяты, лаванды, аниса, каланхоэ, эвкалипта с помощью прибора «Оритон» . Однако ароматерапия должна проводиться по назначению педиатра и строго индивидуально с использованием препаратов, имеющих санитарно-эпидемиологическое заключение.

В ноябре 2008 года в ДОУ работает опытно – экспериментальная площадка по теме «Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе с детьми санаторных групп с фактором риска по туберкулезу».

В рамках эксперимента было принято решение использовать ароматерапию одновременно с другими методами закаливания в санаторных группах. В течение зимнего периода воспитанники санаторных групп принимали так же сборы шиповника. Такая процедура являлась одной из составляющих индивидуальной целостной ароматерапевтической программы. Результат оказался положительным.

В 2009 году на августовском педагогическом совете было принято решение использовать ароматерапию в группах старшего дошкольного возраста, а в 2010-2011учебном году ароматерапию стали использовать во всех возрастных группах дошкольного учреждения.

Естественным регулятором состояния воздушной среды являются комнатные растения, которые обладают бактериостатическим действием, оптимизируют состав воздуха, повышают содержание кислорода. Всероссийским НИИ лекарственных и ароматических растений разработаны и апробированы специальные фитомодули для образовательных учреждений.

Предложены четыре варианта композиций:

**Композиция К-1**

Хлорофитум- 1 шт. *(поглощение углеводородов из воздушной среды )*

Базилик Кипр- 2 шт. *(бактерицидное)*

Мята- 2шт. *(бактерицидное)*

Мелиса-1шт. *(снимает психо-эмоциональное напряжение)*

Герань душистая- 1шт. *(бактерицидное* **)**

Пилея – 1 шт.

**Композиция К- 2**

Пилея-1шт.

Пеларгония – 1

Каланхое – 1 шт.

Гипоэстер – 3 шт

Базилик Кипр – 2 шт**.**

**Композиция К-3**

Спатифиллум – 1 шт.

Ректантера – 1 шт.

Базилик Кипр – 2 шт.

Мята Кипр – 2 шт

**Композиция** **К-4**

Спатифиллум – 1 шт.

Ректантера – 1 шт.

Пеларгония – 1 – шт.

Мелисса – 1 шт.

Мята Кипр – 2шт.

**Заключение:**  При использовании комнатных растений следует размещать их так, чтобы не ухудшалась инсоляция и освещенность в групповых помещениях, а так же выполнять рекомендации по устройству природной зоны согласно нормам СанПина.

Использование здоровьесберегающих технологий в физкультурно-оздоровительной работе с детьми способствовало снижению заболеваемости детей ДОУ, сохранению и укреплению здоровья детей, позволило старшим дошкольникам научиться самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

Так на протяжении всего времени,посещение ребёнком детского сада ведётся оздоровительная работа с детьми имеющими отклонения со здоровьем. В дальнейшем хотелось бы приобрести тренажёрные дорожки для профилактики плоскостопия, ручные массажёры для использования их на занятиях по ОЗОЖ. С помощью родителей сделать физ .пособие для тренировочных занятий поднятие мышечного тонуса ног, живота.

Анализируя и сравнивая данные за прошедший и настоящий год, мы каждый раз отбираем и используем наиболее эффективные формы оздоровительной работы.

Сравнительный анализ показал, что прослеживается положительная динамика. За последние три года заболеваемость в ДОУ снизилась на 5,5% притом, что с каждым годом количество детей с I группой здоровья становится меньше.

Результатом использования этих технологий и методик является улучшение состояния здоровья детей, снижение простудных заболеваний, профилактика нарушений опорно – двигательного аппарата у детей.

***Человек — высший продукт земной природы. Человек — сложнейшая и тончайшая система. Но для того чтобы наслаждаться сокровищами природы, человек должен быть здоровым, сильным и умным.***

***Иван Павлов.***