

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад №2 «Аленушка»

Консультация

Использование элементов здоровосберегающих технологий
Базарного Владимира Филипповича как направление физического
воспитания детей с ОВЗ

Учитель-дефектолог

Киселева М.В.

Сегодня очень актуальна проблема здоровья детей и реальное ухудшение физического, психического состояния, особенно ощущают те, кто работает с детьми дошкольного возраста. Но с другой стороны все мы несем ответственность за здоровье будущих поколений и только все вместе можем изменить ситуацию.

Сам термин «здоровьесберегающие» несколько косноязычный и название технологий звучит непривычно, но только до тех пор, пока их не изучишь и не полюбишь.

О методике Базарного В. Ф. наслышаны многие, но оценить ее могут лишь те, кто апробировал ее на практике.

Применение технологий Базарного В.Ф. позволяет устранять многие причины. Буквально несколько слов об авторе этой замечательной программы. Базарный В.Ф. – русский ученый, врач и педагог-новатор.

Более 30 лет посвятил решению судьбоносной для России проблемы – предотвращению демографической катастрофы страны путем сохранения и укрепления здоровья подрастающих поколений.

Его разработки признаны научным открытием, защищены патентами, одобрены Минздравом, утверждены Правительством, дают гарантированный результат улучшения и повышения уровня успеваемости и эффективности учебного процесса.

Первая технология – режим « динамических поз», или вертикализация позы – самая простая. В.Ф.Базарный предлагает два варианта. Первый – использование настольной конторки, второй – там, где это возможно менять позу детей. За столами – сидя, стоя, на ковре – сидя, стоя, лежа. Идеально, и в первом и во втором случае, дети стоят на массажных ковриках, в носочках. Главное в этой технологии не продолжительность стояния, а сам факт смены поз.

Под ноги кладем массажный коврик с раздражителями на них дети стоят без обуви. При этом необходимо учитывать расположение столов, чтобы у каждого было свободное пространство стоять на массажном коврике. И не в коем случае нельзя насильно заставлять ребенка вставать, пока он не почувствует в этом потребность.

Следующая технология – построение образовательной деятельности в режиме подвижных объектов и зрительных горизонтов.

Отличительной особенностью методики является то, что дидактический материал размещается на максимально возможном удалении от детей и эффективность зрительного восприятия повышается в условиях пространственного обзора. Сигнальные метки вносят огромное разнообразие в развивающую среду. То снежинки прилетели с прорезями, а в них задания, отгадки; то птицы перелётные прилетели весной и т.д.

Самое главное здесь то, что в ответ на каждый вопрос дети совершают десятки поисковых движений глазами, головой, туловищем. Это повышает работоспособность детей и снижает утомляемость, а также гармоническое

формирование функций зрительного восприятия и развития сенсорно-моторных функций.

Для повышения активности детей используем подвижные **сенсорно - дидактические подвески ("сенсорные кресты")**, которые развешены под потолком в группе. Подвижный образ обучения позволяет увеличивать двигательную активность детей. Этому способствуют дидактические игры с использованием всего пространства в группе, например: "Найди лишнюю фигуру", "Найди предметы определенной формы".

Так же, используем **сенсорно-координаторные тренажи, с помощью меняющихся зрительно-сигнальных сюжетов**. Методика выполняется следующим образом. В четырех верхних углах размещаем образно-сюжетные изображения. Это сцены из сказок, сюжеты пейзажей из природы, из жизни животных. Все вместе картины составляют единый сюжет. Средние размеры от 0,5 до 1 стандартного листа, а под каждой картинкой размещается в соответствующей последовательности одна из цифр.

Дети, находясь в свободном стоянии, на массажных ковриках, начинают живо фиксировать взгляд по команде на соответствующей цифре, картинке, цвете. Режим счета задается в случайной последовательности и меняется через 30 секунд. Общая продолжительность тренажа 1,5 минуты. Дети с огромным удовольствием выполняют повороты в прыжке с хлопком, это вызывает положительный эмоциональный всплеск.

Данный тренаж оказывает благоприятное влияние на развитие зрительно-моторной реакции, скорости ориентации в пространстве, а так же реакцию на экстренные ситуации в жизни.

С целью смягчения неблагоприятных последствий воздействия фактора закрытых помещений и ограниченных пространств мы используем **зрительно-координаторные тренажи, с помощью опорных зрительно-двигательных траекторий**. На потолке нарисован офтальмологический тренажер: **схема универсальных символов ("СУС")**, при этом цвета соответствуют следующим требованиям: наружный овал – красный, внутренний – зеленый, крест коричнево - золотистый, восьмерка - ярко-голубым цветом.

Есть несколько режимов выполнения данного тренажа, но наши дети полюбили идеальный вариант. Стоя на массажных ковриках, с вытянутыми вперед руками, под музыку, дети поочередно обводят указательным пальцем траектории с одновременным слежением за ним органом зрения, туловищем, руками. Данный тренаж чаще выполняем после работы, которая требовала от детей приложения усилий, т.к. она прекрасно снимает напряжение, расслабляет, снимает психическую утомляемость и избыточную нервную возбудимость.

Способствует доброжелательности, улучшает чувство гармонии и ритма, развивает зрительно-ручную координацию. А так же можно использовать лазерный лучик.

Бабочка на конце палочки исполняет роль зрительного тренажера.

Все это - огромное количество заданий для зрительного поиска.

Спираль В.Ф.Базарного с цветком в центре и летящей бабочкой по спирали является прекрасным зрительным тренажером для снятия напряжения.

В данной методике важен эмоциональный фон и применяют ее тогда, когда надо растормозить детей. Повышается не только физическая, но и психическая активность детей. У них развивается зрительно-двигательная поисковая активность, а так же зрительно-ручная координация.

"Диаграмма" для разгрузки зрения в нашей группе есть и на стене, где дети прослеживают путь кота Леопольда. прекрасно снимает напряжение с глаз , расслабляет, снимает психологическую утомляемость. Эту диаграмму используем для закрепления пространственных представлений: вверх - вниз, вправо - влево.

Уделяем особое внимание профилактики близорукости у детей.