

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ. ФОРМИРОВАНИЕ И
ПОДДЕРЖАНИЕ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ БАЗЫ У ДЕТЕЙ
ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ К ШКОЛЕ ГРУППЫ С ОВЗ**

Назаренко Елена Васильевна,
учитель-логопед I квалификационной категории,
МБДОУ №52 "Матрешка" с. Кулешовка

Аннотация: в данной научной статье описывается проблема дезадаптации детей с ограниченными возможностями здоровья, кратко описывается причина возникновения слабой истощающейся нервной системы в процессе образовательной деятельности, предлагаются специальные здоровьесберегающие условия, с помощью которых ребенку с ОВЗ будет легче обучаться.

Ключевые слова: дети с ограниченными возможностями здоровья, дезадаптация, первый энергетический блок мозга, здоровьесбережение детей с ОВЗ, психическая истощаемость, эмоциональная и мышечная скованность.

**HEALTH SAVING TECHNOLOGIES. FORMATION AND
MAINTENANCE OF PSYCHOPHYSIOLOGICAL BASE AT CHILDREN OF
GROUP, PREPARATORY TO SCHOOL, WITH OVZ**

Nazarenko Elena Vasilyevna,
teacher-logopedist of I kvalifikatsionnoy of category,
MBDOU №52 "Nested doll" of the village of Kuleshovka

Summary: in this scientific article the problem of disadaptation of children with limited opportunities of health is described, the reason of emergence of the weak exhausted nervous system in the course of educational activity is briefly described, special health saving conditions by means of which in the child with OVZ it will be easier trained are offered.

Keywords: children with limited opportunities of health, disadaptation, the first power block of a brain, a health-saving of children with OVZ, a mental exhaustion, emotional and muscular constraint.

С каждым годом в дошкольных образовательных учреждениях увеличивается количество детей с ограниченными возможностями здоровья. Данная проблема является актуальной, так как категория детей дошкольного возраста с ОВЗ, в дальнейшем, из детского сада переходит в общеобразовательные учреждения и, на этапе первой ступени начального школьного обучения, у детей возникает дезадаптация.

Дезадаптация - это психическое состояние, при котором у ребенка с большим трудом формируется процесс приспособления к новым условиям, в частности, к учебной деятельности. Дошкольникам с ограниченными возможностями здоровья свойственны трудности адаптации к учебному процессу и, уже в старшем дошкольном возрасте проявляются некоторые признаки.

Благодаря исследованиям советского психолога А.Р. Лурия известно, что причиной выше перечисленных нарушений является недостаточность работы первого блока мозга - энергетического блока, отвечающего за регуляцию тонуса головного мозга. По этой причине у дошкольников наблюдается слабая истощающаяся нервная система и замедленность мыслительных операций. Поражение первого блока мозга приводит к нарушению внимания с выраженной психической истощаемостью.

Причины возникновения нарушения первого блока мозга является влияние различные неблагоприятных факторов во внутриутробном периоде развития ребенка, а также в период родов (гипоксия плода, асфиксия при родах, применение лекарственных препаратов беременной, стрессы во время беременности и т.д.).

У дошкольников с ОВЗ в процессе занятий (логопедических, в непосредственно образовательной деятельности) часто наблюдается рассеянное

внимание, плохая память, сонливость, мышление теряет избирательный и произвольный характер, проявляются трудности в усвоении полученных навыков, трудности в формировании графомоторных навыков, неумение составлять связные, логические рассказы.

Непрерывная образовательная деятельность не может быть продуктивной в случае, если она длительна и однообразна. Известно, что при умственных нагрузках у детей с ОВЗ возникает утомление. Утомление - это защитная реакция, которая оберегает организм от истощения, стимулирует восстановительные процессы в организме. Вследствие высокой степени утомляемости детей и быстрой истощаемости коры головного мозга, снижается работоспособность дошкольников. Поэтому, ребенок на занятии часто зевает, вертится и мешает другим.

Исследователи К.С. Лебединская, В.В. Лебединский, Е.М. Мастюкова, А.В. Семенович отмечают у детей с ОВЗ разную степень выраженности нарушения в познавательной, эмоционально-волевой сферы и психомоторики. В исследованиях выше указанных авторов отмечается тесная связь между психическим и двигательным развитием ребенка. и для гармоничного психического развития детей с ОВЗ необходимо полноценное развитие двигательной сферы. Также отмечается недостаточность кинестетических ощущений, которые затрудняют процесс формирования графомоторных навыков,

Исходя из данной проблемы, перед педагогами ставится задача: сформировать психофизиологическую базу у детей подготовительного к школе возраста с помощью создания специальных условий здоровьесбережения с учетом индивидуально-типологических особенностей нервной системы детей с ОВЗ.

Для того, чтобы устранить или максимально снизить процент детей неуспевающих или слабоуспевающих, педагогам и родителям важно придерживаться основных направлений здоровьесбережения детей:

- работа должна проводиться в благоприятных психоэмоциональных условиях;

- т.к. активность детей с быстро истощаемой нервной системой нарастает постепенно, необходимо в процессе занятия давать детям материал также в процессе нарастания сложности;

- задания и упражнения подбираются на увеличение мыслительных операций, развивающие скорость двигательных и речевых навыков.

- устраивать частые небольшие перерывы, не допуская длительную напряженную работу;

- оценивать не только результат, но и участие в процессе, для мотивации к обучению;

- нельзя ругать за неумение, т.к. дети по своим физиологическим особенностям свойственно часто ошибаться и не дотягивать до высокого уровня работоспособности, а также негативная реакция педагога может сказаться на отношении ребенка к обучению;

- соблюдение режима дня с учетом индивидуальных особенностей и возможностей организма;

- во время отдыха исключить просмотр телевизора и компьютерных игр;

- перед сном прогулка или спокойные игры;

- для неуверенных и "закрытых" детей можно использовать релаксационные игры и эмоциональные упражнения.

- выполнять утреннюю гимнастику;

- выполнять разминочные упражнения перед началом выполнения домашних заданий;

- проводить физминутки в процессе учебно-игровой деятельности;

- соблюдать водно-питьевой режим;

- проветривать помещение каждые 1,5-2 часа по 20-30 минут.

Известно, что у детей с ОВЗ часто наблюдается эмоциональная и мышечная скованность. Поэтому, чтобы преодолеть эмоциональную и мышечную скованность рекомендуется выполнять дыхательно-голосовые

упражнения, продолжительностью 3-5 минут. Такие упражнения помогают снять мышечное напряжение и эмоциональную зажатость, способствуют развитию и укреплению голоса, умению управлять им, а также является средством профилактики острых респираторных заболеваний. Очень важно объяснить родителям (законным представителям) детей с ограниченными возможностями здоровья о важности соблюдения данных рекомендаций и в домашних условиях.

Изучив специальную литературу, я выделила для себя основные выше перечисленные направления работы по здоровьесбережения детей с ОВЗ. Придерживаясь данных направлений я, как учитель-логопед, и воспитатели логопедической группы смогли добиться успехов и положительных результатов в процессе занятий с детьми. Дети стали более усидчивыми, внимательными к новому материалу, научились слушать и излагать свои мысли.

Список литературы:

1. Логопедия: методика и технология развития речи дошкольников : учебник / Ж.В. Антипова, Л.Р. Давидович, О.Н. Дианова [и др.] ; под ред. Н.В. Микляевой. - М. : ИНФРА-М, 2016. - 313 с. - (Высшее образование: Бакавриат).
2. Логопедия. Теория и практика / [под ред. д.п.н. профессора Филичевой Т.Б.]. - Москва : Эксмо, 2017. - 608 с.
3. Практическая нейропсихология, Опыт работы с детьми, испытывающими трудности в обучении / Под ред. Ж.М. Глозман. -2-е изд. - М.: Генезис, 2017. - 336 с.
4. развитие психофизиологической базы у детей дошкольного возраста с нарушениями развития. - 2-е изд., перераб. и дополн. - СПб. : ООО "ИЗДАТЕЛЬСТВО "ДЕТСТВО-ПРЕСС", 2018 - 128 с. (Кабинет логопеда).