

Леся КУЗЬ,
фахівець (консультант), учитель-логопед КУ "Інклюзивно-ресурсний центр"
Ярмолинецької селищної ради

Використання здоров'язбережувальних технологій в корекційній роботі вчителя-логопеда

Поняття «здоров'язбережувальні технології» об'єднує всі напрями діяльності загальноосвітнього закладу щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів.

Під цим терміном учені пропонують розуміти:

– сприятливі умови навчання дитини в школі (відсутність стресових ситуацій, адекватність вимог, методик навчання та виховання);

– оптимальну організацію навчального процесу (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм);

– повноцінний та раціонально організований руховий режим.

Упровадження здоров'язбережувальних освітніх технологій пов'язано з використанням медичних (медико-гігієнічних, фізкультурно-оздоровчих, лікувально-оздоровчих), соціально адаптованих, екологічних технологій і технологій забезпечення безпеки життєдіяльності. Нині вирізняють технології збереження і стимулювання здоров'я; технології навчання здоровому способу життя; корекційні здоров'язбережувальні технології.

Використання здоров'язбережувальних технологій в діяльності корекційних педагогів стає перспективним засобом роботи з особами, що мають ООП. Ці методи роботи належать до числа ефективних засобів корекції. На тлі комплексної допомоги ці технології, не вимагаючи особливих зусиль, оптимізують процес корекції і сприяють оздоровленню всього організму дитини.

При цьому слід дотримуватися наступних принципів, як-от:

– індивідуальний підхід до кожної дитини з ООП;
– мультимодальний підхід – використання різних методів і технік (фізичні вправи, масаж, спеціальне обладнання, ігри тощо) для розвитку нових навичок та зміцнення м'язів;
– системність та постійність, регулярні заняття допомагають поступово коригувати наявні порушення у дитини з ООП;

– включати батьків у корекційний процес, надавати їм поради та рекомендації щодо підтримки дитини вдома та повсякденному житті;

– застосовувати ігровий підхід та розважальні активності, що сприяють покращенню мотивації дитини;

– з покращенням навичок дитини варто поступово ускладнювати завдання, щоб стимулювати подальший розвиток;

– моніторинг та оцінка - спостереження та оцінка прогресу дозволить адаптувати програму корекційної роботи відповідно до потреб дитини.

Також слід пам'ятати про інтеграцію дитини з ООП в соціальне середовище, забезпечуючи підтримку та можливість для участі в різних активностях.

Аналіз класифікацій існуючих здоров'язбережувальних технологій дає можливість виокремити такі їх типи:

– здоров'язбережувальні – технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання, праці й ті, що вирішують завдання раціональної організації навчально-корекційного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм);

– оздоровчі – технології, спрямовані на зміцнення фізичного здоров'я, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія;

– технології навчання здоров'ю – гігієнічне навчання, формування життєвих навичок, профілактика травматизму;

– виховання культури здоров'я – виховання у дітей особистих якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації до ведення здорового способу життя.

Також можна класифікувати такі види оздоровчих технологій:

Інноваційні гімнастики	Профілактично-лікувальні	Терапевтичного спрямування
Терапії: футбол-, художня, дихальна, звукова, імунна, масаж, гідроаеробіка, психогімнастика (вправи, ігри, етюди, пантоміми, анімації, театралізація).	Фітотерапія (чаї, коктейлі, фітомішечки); ароматерапія (ароматизація приміщення); вітамінотерапія (вітамінізація страв).	Арт-, пісочка-, казко-, сміхо-, кольоро-, музико-, лялько-, ігрова та танцювальна терапія, релаксація.

Важливими завданнями здоров'язбережувальних технологій є:

– рухова активність дітей і молоді;
– максимальне використання природи, мистецтва для духовного, емоційного розвитку дітей;

– створення позитивного мікроклімату в колективі навчального закладу;

– підвищення педагогічної культури батьків засобами педагогічної пропаганди.

Використання цих методів у роботі з дітьми допомагають досягненню максимально можливих успіхів у подоланні не тільки мовних труднощів, але і загально-го оздоровлення дітей з ООП.

На корекційних заняттях варто використовувати як традиційні, так і нетрадиційні здоров'язбережувальні технології та організацію раціональної рухової активності (психогімнастику: ігри та вправи на розвиток емоційної сфери, музикотерапію, релаксаційні вправи та етюди, рухливі і сюжетно-рольові ігри, створення сприятливого психологічного клімату з переважанням позитивних емоцій, навчання дітей прийомам м'язового розслаблення).

Недоліки мовлення дітей тісно пов'язані з порушенням розвитку дрібної моторики, зокрема м'язів кисті руки. Саме тому вправи на розвиток «ручної спритності» займають значне місце на корекційних заняттях. Діти можуть опанувати такі прийоми самомасажу, як погладження, розтирання, розминання, вижимання, активні і пасивні рухи. Крім вправ для кистей і пальців рук, варто використовувати гімнастику для очей. Ці вправи сприяють розвитку концентрації уваги, забезпечують міжпівкульну взаємодію, навички вольової регуляції, уміння керувати рухами і контролювати свою поведінку.

Успішним є використання елементів су-джок терапії, її метою є нормалізація м'язового тону. Опосередковане стимулювання мовних областей в корі головного мозку. Су-джок акупунктура (су - кисть, джок - стопа) останнє досягнення східної медицини. Системи відповідності всіх органів тіла на кистях і стопах - це «дистанційне управління», створене для того, щоб людина могла підтримувати себе в стані здоров'я за допомогою впливу на певні точки. Су-джок терапія – це висока ефективність, безпека і простота, найкращий метод самопомоги, існуючий в даний час. З допомогою кілець («їжачків») зручно масажувати пальці для благотворного впливу на весь організм.

Для досягнення найкращих результатів у роботі з постановки звуків, щоб процес був більш цікавим і захоплював дітей, варто застосовувати такий метод, як біоенергопластика – це співдружна взаємодія руки і мови (сполучена гімнастика). Це благотворно впливає на активізацію інтелектуальної діяльності дітей, розвиває координацію рухів і дрібну моторику. Простежуються позитивні структурні зміни в організмі: синхронізується робота півкуль головного мозку, розвиваються здібності, поліпшуються увага, пам'ять, мислення, мова. Застосування біоенергопластики ефективно прискорює виправлення дефектних звуків у дітей зі зниженими та порушеними кінестетичними відчуттями, бо робота долонею багаторазово підсилює імпульси, що йдуть до кори головного мозку. Синхронізація роботи над мовленнєвою і дрібною моторикою вдвічі скорочує час занять, не тільки не зменшуючи, але навіть посилюючи їх результатив-

ність. Вона дозволяє швидко прибрати зорову опору - дзеркало і перейти до виконання вправ за відчуттями. Відзначаються позитивні структурні зміни в організмі: синхронізується робота півкуль головного мозку, розвиваються здібності, поліпшуються увага, пам'ять, мислення, мова.

Ще одна технологія- кінезіологія. Основною метою кінезіології є розвиток міжпівкульної взаємодії та синхронізація роботи півкуль головного мозку, що сприяє активізації розумової діяльності. Кінезіологічні вправи допомагають подолати стресові ситуації, поліпшити роботу мозку і всього тіла, сприяють гармонійному розвитку особистості та її творчої самореалізації. Вдосконалюють механізми адаптації дитячого організму до зовнішнього середовища, знижують захворюваність.

У розвитку мовного дихання важливе значення посідає дихальна гімнастика. Дихальна гімнастика у вузькому значенні — це спеціальні вправи для розвитку дихальної мускулатури, які відіграють важливу роль в оздоровленні організму, тому дітей обов'язково потрібно навчати дихати правильно. І що є актуальним – дихальна гімнастика є профілактикою захворювань органів дихання. Дихальна гімнастика Стрельникової для дітей – особливий і дієвий метод. Акцент робиться не на процесі дихання, а на характері і якості вдихів – вони повинні бути короткими і різкими через ніс і під час руху. Ця система не має обмежень – займатися можна людям будь-якого віку, незалежно від стану здоров'я. Як лікування дихальну гімнастику виконують двічі на день, для профілактики виконують вранці. Нею навіть можна замінити загальнозміцнюючі фізичні вправи, тому що вона вже сама по собі позитивно впливає на організм. Увечері ж гімнастика допоможе зняти втому, розслабитися після напруженого дня.

Отже, за допомогою дихальних вправ можна істотно розширити здатність дитячого організму використовувати кисень, який переносить кров. Це, своєю чергою, забезпечить збільшення енергетичного потенціалу організму і сприятиме збільшенню працездатності, адаптації до фізичних навантажень, формуванню гарного самопочуття і бадьорості протягом усього дня.

Застосовуючи здоров'язбережувальні прийоми на корекційних заняттях, не слід забувати про психоемоційну сферу. Створювати позитивний емоційний фон, використовувати музику, шумові ефекти (шум моря, лісу, вітру, спів птахів, голоси тварин т. д). Завдяки цим прийомам на корекційних заняттях підвищується здатність до навчання, покращується увага, сприйняття; діти вчаться бачити, чути, міркувати; коригується поведінка і долаються психологічні труднощі, знімається емоційна напруга та тривожність.