Воспитатель МАДОУ д/с №53,

города Новосибирска

Самутенко Олеся Владимировна

«Здоровым быть здорово»

 Сохранение и укрепление здоровья детей - одна из главных стратегических задач развития страны. Она регламентируется и обеспечивается в том числе и Законом РФ N 273-ФЗ «Об образовании». Статистика констатирует ухудшение общего состояния здоровья детей в России.

 В нашем детском саду открыты и функционирую 5 комбинированных групп, где целенаправленную логопедическую помощь получают дети с ОВЗ (ограниченные возможности развитии). Чаще всего дизонтогенезом речевого развития сопровождается проблемами в формировании крупной и мелкой моторики, зрительно – моторной координации. Речь является высшей психической функцией, ее становление напрямую связано с тем, как работают клетки определенных отделов головного мозга. В этом случае, успешное преодоление проблем невозможно без грамотного лечения, а также условий профилактики и укрепления здоровья. Поэтому для детского сада очень важно привлекать к процессу воспитания дополнительные ресурсы, имеющиеся резервы. В условиях нашей группы реализуется программа «Здоровым быть здорово» в рамках вариативной части, реализуемой участниками образовательного процесса. Программа разработана и реализуется в силу актуальности проблемы сохранения здоровья детей и профилактики.

 Использование традиционных техник для здоровьясбережения, таких как зарядка, закаливание, хождение по массажным дорожкам дают свои результаты - дети становятся более выносливы и физически развиты. Но в своей работе мы находимся в постоянном поиске дополнительных и интересных форм работы по профилактике, оздоровлению и укреплению здоровья детей. Особо привлекательными становятся те формы работы, которые сочетают в себе развивающие и оздоровительные ресурсы. Такой техникой является гидрогимнастика, которая способствует развитию мелкой моторики рук, закаливанию, развитию зрительно – моторной координации. Гидрогимнастика разработана Штыкиной И. Н. – это способ организации пальчиковой гимнастики, с прокатыванием, перекатыванием, перекладыванием в теплой воде различных мелких предметов.

 Цель использования гидрогимнастики в работе с детьми младшего дошкольного возраста – создание условий для развития воображения, зрительного восприятия, зрительно-моторной координации, точности, плавности движений, развития тонких дифференцированных движений кистей и пальцев рук, речи, а также способствует подготовке руки к письму. А еще очень важной составляющей применения данной технологии является закаливание, т. к. используется вода разной температуры, иногда контрастной.

Вода несет огромное влияние в развитии ребенка: кожа рук, с ее обширной сосудистой системой и огромным количеством рецепторов, является механическим передатчиком раздражения в кору головного мозга. Помимо раздражения кожных рецепторов, вода оказывает механическое давление на мышцы, в результате чего они расслабляются и снимается патологическое напряжение. Пальцы рук движутся точнее и направленнее, что способствует наилучшему результату в работе с детьми

Из выше изложенного можно сделать вывод, что данный вид деятельности способствует не только быстрому и наилучшему результату и способствует оздоровительному закаливанию всего организма ребенка.

Занятие по гидрогимнастике реализуется нами после дневного сна, в течении 5-10 минут. В своей работе используем большое количество разных подручных материалов, таких как детали от мелкого конструктора, карандаши, косточки от фруктов, фасоль, мелкую игрушечную посудку из детского кухонного уголка, бусины различного размера и мячики с гладкой и шипованной поверхностью. Вода используется комнатной температуры, иногда чуть теплее. Так как центр развития речи и моторики находятся рядом: моторный центр способствует возбуждению речевого. Выполнение упражнений индуктивно приводит к возбуждению речевых центрах головного мозга и стимулирует развитие речи. Пальчиковые игры в воде, с мелкими предметами создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат понимать смысл речи, повышают речевую активность ребёнка. При контакте с водой, изменение размера мелких предметов, которая искажается сквозь зеркальную поверхность воды пробуждает в детях эмоцию интереса, что активизирует поисковую и познавательную активность. Детям с трудностями в развитии зрительно – моторной координации предлагаем разучить упражнения, сопровождая их стихотворными строчками, что ведет к удерживанию темпа речи. Ребёнок учится запоминать определённые положения рук и последовательность движений. Овладев многими упражнениями дети «рассказывают руками» целые истории. В результате пальчиковых упражнений кисти рук и пальцы приобретают ловкость, выразительность, силу, подвижность, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

Детям такие игры в воде доставляют массу удовольствия, у них улучшается настроение, расширяются возможности и количество коммуникаций с другими детьми. Вода и разница температур имеют еще и ощутимый оздоровительный, закаливающий эффект.

 

