Государственное бюджетное образовательное учреждение

школа №17 Невского района СПб

**Статья:**

**«РАБОТА СО ШКОЛЬНИКАМИ**

**С ОВЗ НАД ЗОЖ»**

Автор

воспитатель класса для детей с ТМНР

Городняя Ирина Анатолиевна

г. Санкт-Петербург

2018-2019 уч.год

Актуальность темы определяется рядом существующих противоречий между:

  - потребностью общества, заинтересованного в воспитании здоровой личности, с одной стороны, и резким ухудшением состояния здоровья подрастающего поколения, с другой;

- необходимостью методических разработок по формированию у детей здорового образа жизни и отставанием в разработке этого вопроса теории и практике.

 Проблема   здорового   образа   жизни  в современном обществе сегодня является одной из самых актуальных. Культура  здорового   образа   жизни  выступает как один из основных компонентов общей культуры человека.  Вот почему вопрос о формировании у школьников ценностного отношения к своему здоровью, здоровью окружающих его людей, получение необходимых знаний о  здоровом   образе   жизни, стремление вести  здоровый   образ   жизни  и воспитание в себе негативного отношения к вредным привычкам является не только актуальным, но и одним из самых важных для подрастающего поколения, особенно для детей с ТМНР.

**Новизна:** дети с ОВЗ не знакомы с понятием «здоровый образ жизни»; они не осознают значимость здоровья и как его сохранить и укрепить.

**Цель статьи:**

Укрепление здоровья детей с ОВЗ посредством применения эффективных методов оздоровления в условиях семьи и школы.

**Задачи статьи:**

* создание условий для благотворного физического развития детей;
* повышение интереса детей к здоровому образу жизни через разнообразные формы и   методы физкультурно-оздоровительной работы;
* удовлетворение природной потребности детей в движении;
* активизация познавательных интересов.

**Место реализации оздоровительных задач:** ГБОУ и семья.

**Срок реализации**: 2018 – 2019 учебный год

**Участники**: педагог, дети, родители.

**Условия для реализации**:

- осуществляем тесное взаимодействие с педагогами, логопедом, инструктором по физической культуре;

- сотрудничество с родителями.

**Основные направления реализации задач по улучшению здоровья детей с ОВЗ:**

1. Выявление нарушений двигательной активности, координации движений непосредственно на занятиях и в беседах с родителями;

2. Рациональная организация двигательной деятельности детей:

* утренняя гимнастика дома;
* ежедневный режим прогулок;
* создание необходимой развивающей среды;
* строгое соблюдение двигательного режима и режима дня;
* проведение физкультминуток, игр с движениями в свободной деятельности;
* занятия по формированию ЗОЖ.

3. Лечебно-профилактическая работа:

* постоянный контроль осанки;
* контроль дыхания на всех видах деятельности детей;
* контроль за нагрузками для переболевших детей;
* подбор мебели в соответствии с ростом детей;
* сбалансированное питание;
* потребление фитонцидов (чеснока и лука);
* употребление соков и фруктов;

4. Использование практически апробированных и разрешённых методик оздоровления детей в режиме дня:

* пальчиковая и артикуляционная гимнастика;
* дыхательные упражнения Стрельниковой;
* психогимнастика по методике Чистяковой;
* использование различных массажеров;
* игровой массаж, элементы самомассажа.

5. Комплекс психогигиенических мероприятий:

* элементы релаксации;
* элементы музыкотерапии (музыка сопровождает режимные моменты);
* обеспечение благоприятного психологического климата в группе.

6. Коррекционная работа:

* коррекционная работа с детьми, имеющими склонность к формированию нарушений осанки, склонность к плоскостопию;
* реабилитация детей, перенёсших простудные заболевания;
* индивидуальная работа с детьми, отстающими в основных видах движений;
* коррекция психоэмоциональной сферы;
* проведение ЛФК.

7. Консультативно-информационная работа:

* оказание консультативной помощи родителям учеников по вопросам сохранения здоровья и профилактических мероприятий для школьников;
* оформление стенгазет, консультаций.

**Работа с детьми с ОВЗ:**

* Беседы: «Как живет мое тело», «Внутренняя кухня человека», «Как стать Геркулесом», «От простой воды и мыла, у микробов тают силы», «Шаги воздуха в организме»…;
* Познавательное чтение «Букварь здоровья», «Разговор о правильном питании», «Уроки Знайки. Воспитай себя»;
* Дидактические игры «Собери фигуру человека», «Пирамида здоровья», «Удивительное лицо», «Вредно - полезно»;
* Фотовыставка «Мы растем здоровыми»

**Работа с родителями:**

* Консультации для родителей: «Гигиена одежды», «Закаливание, или первый шаг на пути к здоровью», «Роль семьи в сохранении и укреплении здоровья детей» «Здоровье. Безопасность Развитие» «Роль дыхательной гимнастики в оздоровлении детей», «Забота о здоровье детей - дело общее», «В здоровом теле - здоровый дух!».

**Практическая ценность статьи:**

* Создание информационной копилки (консультации) с целью обогащения опыта родителей и педагогов по развитию  и укреплению психофизического здоровья школьника с ОВЗ через совершенствование системы воспитания и формирования навыков ведения здорового образа жизни;
* Разработка картотеки подвижных игр с учетом возрастных особенностей детей;

**Ожидаемые результаты:**

* снижение уровня заболеваемости;
* расширение знаний детей о здоровом образе жизни;

**Ожидаемая результативность работы**:

* выставка рисунков, поделок;
* оформление лэпбука с родителями «Растём здоровыми и крепкими»**.**

**Перспектива:**

С целью повышения интереса к здоровому образу жизни необходимо продолжать систематическую работу в данном направлении через создание и реализацию новых проектов, и использование интегрированного подхода в этом направлении.