**Здоровьесберегающие технологии для детей дошкольного возраста с нарушением слуха**

По данным ежегодной диспансеризации среди воспитанников имеющим нарушения слуха, имеют серьёзные проблемы со здоровьем, многие из них связаны с заболеванием центральной нервной системы, а 55 % воспитанников отстают в физическом развитии. Именно поэтому в рамках физического направления я уделяю повышенное внимание двигательной активности детей и правильному ее регулированию. С целью укрепления здоровья детей, закаливания организма, формирования потребности в соблюдении навыков гигиены в повседневной жизни я ежедневно провожу оздоровительные мероприятия, такие как:

* утренняя гимнастика, в которую включены физические упражнения, направленные на развитие всех видов движения (ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползанье, метание), общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, координацию движений, формирование правильной осанки, развитие равновесия (корригирующая гимнастика);
* дни здоровья, спортивные праздники, подвижные игры и игровые упражнения на улице, тематика которых предусмотрена адаптированной основной образовательной программой дошкольного образования слабослышащих и позднооглохших детей (например: тема «Новый год» - игра «Дед Мороз», тема «Осень» - игра «Листопад» и т.п.);
* эффективные виды закаливания: рижский метод закаливания – хождение по соляной дорожке, по коврику «Ежик», ходьба босиком по сырому песку (летом), которые оказывают тренирующее воздействие на кровеносные сосуды, нервную систему ребенка, повышает холодоустойчивость организма дозированный бег;
* дыхательная гимнастика, направленная на развитие ритма и темпа дыхания, задержки дыхания и т.д.;
* полоскание полости рта соленой водой, а также простой водой после каждого приема пищи;
* релаксационные упражнения под музыку;
* физкультурные минутки во время занятий;
* проветривание групповых и спальной комнат.

 Ежемесячно провожу театрализованные дни здоровья с использованием эстафет, героев мультфильмов, подвижных и народных игр. Для развития опорно-двигательного аппарата и координации движений включаю, катание на самокате, санках, скольжение и ходьба на лыжах.

 Процесс оздоровления детей я рассматриваю не только как совокупность лечебно-профилактических мер, но и как форму развития, поэтому главным приоритетом в этом направлении является использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе. Они позволяют улучшить деятельность нервной системы, снижать избыточное стрессовое напряжение, тем самым повышая восприимчивость детей к воспитательным и обучающим воздействиям. Так, для профилактики плоскостопия использую игры и упражнения: «Гусеница», «Барабанщик», «Кораблик»; для профилактики зрения: «Восьмерка», «Дирижер», «Углы», «Пальминг», «Волшебная точка»; для профилактики сколиоза «Аист», «Лыжник» и другие.

 В группе мной создан спортивный уголок (с элементами сенсорного оборудования: массажные коврики, «сухой» бассейн, лечебные мячи, мягкие модули, средства для закаливания).

Исследовательские методы, такие как: беседа, диагностическое задание, проблемная ситуация, рисуночный тест, используемые мной, помогают расширить представление о здоровом образе жизни у моих воспитанников.

Результатом физического направления является то, что за последние три года у 70 % воспитанников моей группы сформировано осознанное желание заботиться о своём здоровье. Дети соблюдают режим дня, у них сформированы культурно-гигиенические навыки, у детей отсутствуют вредные привычки. Благодаря применению закаливающих процедур на 36% наблюдается снижение заболеваемости воспитанников простудными и инфекционными заболеваниями, отсутствуют случаи травматизма у воспитанников, все дети дошкольной группы на протяжении трех лет успешно адаптировались к школьному обучению, и показывают положительную динамику развития. Кроме этого, воспитанники моей группы знают приемы, направленные на профилактику плоскостопия, снятия напряжения с глаз, используют приемы самомассажа, самостоятельно применяют их во время динамических пауз, проведения физкультминуток. Использование релаксационных игр и упражнений с фоновой музыкой позволили уменьшить уровень тревожности у 48% воспитанников и снизить количество возникновения стрессовых ситуаций, у 32% детей сформирован навык управления своими эмоциями в различных ситуациях, сформировать слуховое восприятие.