

## **Криотерапия, как современная нетрадиционная здоровьесберегающая методика в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья**

Мы живем в обществе, где нас тысячи людей. Все мы разные, не похожие друг на друга. У каждого из нас свои интересы, желания, цели.

Стремительно растёт в современном мире количество детей с ограниченными возможностями здоровья.

Существенной проблемой «особого ребёнка» является ограничение его связи с миром, отсутствие контактов с их сверстниками без нарушений развития и взрослыми, в ограниченное взаимодействие с природой, доступность культурных ценностей, а также – и к простому образованию.

Одна из приоритетных задач системы образования, которая закреплена во многих нормативных документах Правительства РФ – это создание комфортных условий для пребывания в дошкольном учреждении детей инвалидов и детей с ОВЗ. Исполнение этих задач – одно из главных направлений моей работы по самообразованию.

Я как педагог – психолог, стала задумываться как же помочь? Основная задача состоит в развитии самовыражения и самопознания ребенка с ОВЗ. Существует большое количество нетрадиционных методик, которые обширно представлены и активно применяют в коррекционно-развивающей работе. Для меня стало интересно обратить внимание на метод малораспространённый в детском саду метод. Это – криотерапия.

Криотерапия – одна из современных нетрадиционных методик коррекционной педагогики.

Методика, заключающаяся в использовании игр со льдом. Минимальное влияние холода (5-8 секунд) на нервные окончания обладают «целительными» свойствами. За счёт холода идёт сокращения мышц, а тепло их расслабляет, это усиливает приток крови к месту воздействия, в итоге развивается двигательная зона. Путём изменения сосудов достигается эффект. Улучшается процесс овладения графическими навыками, а также и артикуляционной моторики, а это влияет на развитие речи.

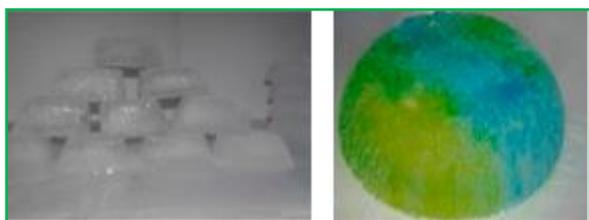
Этот метод позволяет мне как психологу проводить ряд коррекционно-развивающие занятия, не используя никакого особого оборудования, что является не маловажным в условиях дошкольного учреждения.



Льдинки можно сделать разноцветные, придать разную форму, это всегда вызывает у детей большой интерес.

Выполняя игровые действия, дети с ограниченными возможностями здоровья тренируются в различении и определении формы, величины, цвета, пространства, зрительных представлений, учатся сравнивать, группировать, исключать

предметы по внешним признакам, и по их назначению. Воспитывается сосредоточенность, внимание, настойчивость, развиваются познавательные способности, коррекция психических функций, социальных отношений. Игры со льдом позволяют закрепить и расширить сенсорные представления детей. Большой интерес вызывает рисование цветными льдинками. Когда дети строят из ледяных кубиков, они могут развивать конструктивные способности. Регулярное обучение (занятия) конструированию формируют у детей сенсорные и интеллектуальные способности. В процессе конструирования изучается как плоскостное, так и объемное пространство. Дети овладевают умением планировать свою деятельность, добиваться результата, адекватно оценивать его и давать полный отчет о работе.



Благоприятное воздействие оказывает криотерапия на эмоциональную сферу, ослабевает психоэмоциональное напряжение, формируется положительный настрой на занятие.

Мы всегда должны понимать, что дети с ограниченными возможностями здоровья — это просто дети, которым нужна забота, понимание. Да, жизнь нас сейчас не балует. Но эти дети иногда переносят невзгоды куда мужественней, чем мы. Я верю, что всеобщими усилиями мы добьемся отличных результатов!

**Щадилова Анна Юрьевна,  
педагог-психолог**