**Здоровьесберегающие технологии в организации коррекционно-образовательной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья в условиях специальной коррекционной школы**

 Лукашевич Вера Александровна,

 учитель-логопед ГБОУ СО «Сухоложская школа»

Проблемы специального образования сегодня являются одними из самых актуальных в работе всех подразделений Министерства образования и науки РФ, а также системы специальных коррекционных учреждений. Это связано, в первую очередь с тем, что число детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, неуклонно растет. Дети с ограниченными возможностями здоровья – это дети, состояние здоровья которых препятствует освоению образовательных программ вне специальных условий обучения и воспитания. Группа детей с ОВЗ чрезвычайно неоднородна. Это определяется, прежде всего, тем, что в нее входят дети с разными нарушениями развития: нарушение слуха, зрения, речи, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, с выраженными расстройствами эмоционально-волевой сферы, с задержкой и комплексными нарушениями развития. Это связывают с социальными проблемами, экологическими факторами, уменьшением двигательной активности детей и др. Состояние здоровья российских младших школьников вызывает серьезную тревогу специалистов.

Подготовка ребенка к здоровому образу жизни на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения. По данным Минздравминпрома и Госкомэпиднадзора России лишь 14% детей практически здоровы, 50% имеют функциональные отклонения, 35–40% имеют хронические заболевания. Количество детей, которые уже в начальных классах оказываются не в состоянии за отведенное время и в необходимом объеме усвоить программу, колеблется от 20% до 30% от общего числа учащихся.

Мы все без исключения желаем видеть своих детей здоровыми счастливыми, улыбающимися, умеющими общаться с окружающими людьми. Но это не всегда получается. Особенно сложно детям с нарушением речи. При отсутствии своевременной помощи со стороны педагогов, медиков и родителей, у многих из них речевые проблемы осложняются вторичными нарушениями, которые связаны с развитием личности. Впоследствии нарушение устной речи вызывают массу других проблем, в том числе и неуспеваемость в школе.

Проблема коррекции речи является одной из самых актуальных среди детей младшего школьного возраста. Главным приоритетом в работе с такими детьми является индивидуальный подход с учетом специфики психики и здоровья каждого ребенка.

В сложившихся условиях педагогическая деятельность должна быть в первую очередь направлена на сбережение и укрепление здоровья детей, в том числе детей с ОВЗ. Для оптимизации развития, преодоления нарушений, предупреждения развития патологических состояний, укрепления психического здоровья, по мнению ведущих детских психологов, педагогов необходимо проведение комплексной, профилактической и коррекционно-развивающей работы с детьми группы риска.

В нашем учреждении здоровьесберегающие технологии используются с учетом интеграции специалистов и педагогов. Опыт работы убедительно доказывает, что стойкость результатов достигается только при наличии единого коррекционно-образовательного пространства с сетью интегрированных связей, что позволяет детям с ограниченными возможностями здоровья более успешно адаптироваться. В комплексной работе с детьми имеющие речевые нарушения используем следующие адаптированные современные здоровьесберегающие технологии.

Виды современных здоровьесберегающих технологий, подходящих для применения в обычных условиях классной комнаты и кабинета специалистов, применяемых в процессе обучения детей:

*Физминутки* – комплекс упражнений, направленный на снятие усталости и напряжения, совершенствования общей моторики, выработке четких координированных действий во взаимосвязи с речью.Для повышения умственной работоспособности детей, предупреждения преждевременного наступления утомления и снятия у них мышечного статистического напряжения.

*Дыхательная гимнастика.* Неотъемлемая часть оздоровительного режима, способствующая развитию и укреплению грудной клетки. Проводиться в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлененным, постепенным выходом, что позволяет получить запас воздуха для произнесения различных по длине отрезков.

*Динамические паузы.* Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия

*Релаксация.* Упражнения для снятия напряжения с мышц туловища, рук, ног. Используется для обучения детей управлению мышечным тонусом, приемам расслабления различных групп мышц.

*Логопедическая ритмика.* Комплексная система упражнений, игровых заданий на основе сочетания музыки, движения, слова. Логопедическая ритмика направлена на решение коррекционных, образовательных и оздоровительных задач: на улучшение речи детей с помощью воспитания ритма речи, развитие чувства ритма через движение посредством формирования слухового внимания.

*Артикулляционная гимнастика* – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие подвижности, точности выполнения движений органов, участвующих в речевом процессе.

*Сказкотерапия.* Это метод использующий форму для интеграции личности, развитие творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром. Вовремя рассказанная сказка — значит столько же, сколько психологическая консультация для взрослого. Занятия используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей.

Комплексы упражнений, направленные на профилактику нарушений зрения.Проводятсяежедневно по 1–2 мин. В любое свободное время, в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, а также во время подгрупповой логопедической образовательной деятельности («Следи за игрушкой», «Близко–далеко», «Солнечные зайчики», «Бегающий огонёк»). Эти упражнения позволяют снять напряжение и расслабить мышцы глаз.

Гимнастика для слуха.Хорошим упражнением в этом плане является задание хлопнуть в ладоши. Детям очень нравится игра в «испорченный» телефон.

*Аурикулотерапия* – система лечебного воздействия на точки ушной раковины, каждая из которых отвечает за работу какого-либо органа или системы. Воздействие осуществляется путём массажа ушной раковины (надавливание, нажимание, растирание) до лёгкого покраснения и появления чувства тепла.

*Су-Джо терапия.*Это стимуляция высокоактивных точек соответствующих всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стоп. Воздействие осуществляется во время хождения по ребристой доске, коврикам с пуговицами, и. т д. На коррекционных занятиях используем различные приспособления (шарики, массажные мячики) для стимулирования активных точек, расположенных на пальцах рук ребенка.

*Арттерапия.*Лечение искусством, творчеством увлекает детей, отвлекает от неприятных эмоций, подключает эмоциональные резервы организма. Сюда входит работа с природными материалами – глиной, песком, водой, красками.

*Технологии музыкального воздействия.* Используется в качестве вспомогательного средства, как часть подгрупповой образовательной деятельности, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя, закрепления лексической темы недели, развития слухового внимания (прослушивание аудиозаписей шума дождя и льющейся воды, песня птиц, жужжания насекомых, голосов животных, фрагментов классической музыки, спокойной инструментальной музыки).

При анализе практической деятельности пришли к выводу, что традиционные методы психолого-педагогического воздействия на ребенка часто не приносят устойчивого положительного результата, так как они не устраняют первопричину нарушений – дисфункцию мозга, нарушений темпов развития и др. Нужны методы, направленные на механизмы возникновения психофизиологических отклонений в развитии, способные улучшить функционирование мозга, повышающие продуктивность протекания психических процессов. К таким методам относятся методы образовательной кинесиологии. Упражнения направлены на активизацию различных отделов коры больших полушарий головного мозга, восстановление межполушарного воздействия, регуляцию тонуса, развитие произвольности и самоконтроля, снятие стресса, что позволяет снять не только отдельный симптом, но и улучшить функционирование мозга, повысить продуктивность протекания психических процессов.

Детям с речевыми нарушениями особенно полезны такие упражнения. Они так же полезны детям с разными видами левшества, а также тем, у кого еще не сформировалась ведущая рука и нарушены моторика и координация движений.

Таким образом, можно сделать вывод, что использование этих методов здоровьесберегающих технологий на уроках в специальной коррекционной школы оказывает положительное влияние на эмоциональное состояние школьников, способствует развитию внимания, концентрации, усидчивости, проявлению заинтересованности учащихся в выполнении своей работы.

Здоровый образ жизни пока не занимает первое место в главных ценностях человека в нашем обществе. Но если мы научим детей ценить, беречь и укреплять свое здоровье, будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поколение будет здоровым и развитым, не только духовно, но и физически и справляться с теми большими целями, которые определяет для него государство.

ЛИТЕРАТУРА

 1. Алямовская В.Г. Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении // Дошкольное образование. – 2004. - № 17.

2. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. – 2004. - № 2.

3. Бушлякова Р.Г. Артикуляционная гимнастика с биоэнергопластикой. – СПб.: Детство-Пресс, 2011.

4. Кувшинова И.А. Здоровьесбережение как необходимый аспект комплексной реабилитации детей с речевой патологией: «Логопед». – М., 2009. – Вып. 6.

 5. Леонова С.В. Весёлая разминка. Комплекс дыхательных физических упражнений под чтение стихотворных текстов // «Логопед». – 2004. - № 6.

6. Сократов Н.В. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей. – М.: ТЦ Сфера, 2005.

7. Лядова Н.В. Здоровьесбережение в современном образовательном процессе: проблемы, перспективы <http://forumpoipkro.forum24.ru/>.

8. Сахаров Б.М. Фитотерапия. Лечение соками.‑М.:Профит Стайл, 2008. – 256 с.

9. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. М.:АРКТИ, 2005.

10. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие технологии в работе учителя и школы. – М.: АРКТИ, 2003. – 272 с.