**УДК 376.42**

***Аблаева Диляра Расимовна***

***студентка группы ЗС(Д)О-19***

***Преподаватель кафедры С(Д)О***

***Садовой Никита Генадьевич***

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ**

**Обозначение научной проблемы.** Источником счастья, радости и полноценной жизни родителей, учителей, общества в целом является здоровье детей. Это будущее страны и это ее главная проблема. Но вызывает заботу проблема резкого ухудшения состояния физического и умственного развития подрастающего поколения, снижения уровня рождаемости и продолжительности жизни, роста смертности, особенно детской.

**Цель исследования:** обосновать специфику использования здоровьесберегающих технологий в процессе воспитательной работы с детьми с умственной отсталостью.

**Краткое изложение материала**. Главной задачей в деятельности педагогических коллективов на сегодня является сохранение и укрепление здоровья детей, формирование положительной мотивации на здоровый образ жизни у педагогов, учеников и их родителей [2].

Внедрением широкого технологического подхода характеризуется современное образование. Это является новым этапом в развитии образования. На этом этапе будут пересмотрены подходы к обеспечению естественного развития ребенка.

Любая педагогическая технология должна соответствовать основным критериям технологичности: системности, управляемости, эффективности, воспроизводимости.

Здоровьесберегающие технологии используемые в процессе воспитания детей с умственной отсталостью разделяются на три группы:

– организационно-педагогические;

– психолого-педагогические;

– учебно-воспитательные [3].

Здоровьесберегающие технологии в процессе коррекционного воспитания: стимулируют у детей желание жить, быть здоровыми; учат их ощущать радость от каждого прожитого дня; вызывают у них позитивную самооценку [1].

Отличительные особенности здоровьесберегающих образовательных технологий, используемых в процессе воспитания детей с умственной отсталостью: отсутствие назидательности и авторитарности; элементы индивидуализации обучения; наличие мотивации на здоровый образ жизни; наличие оздоровительных моментов.

Проводя здоровьясберегающие занятия, педагог учитывает период работоспособности детей, их возрастные и физиологические особенности, применяет эмоциональные разрядки, обращает внимание на то, чтобы дети поочередно сменяли позу на занятии, использует физкультурные паузы [2].

Позитивная эмоциональная окраска таких занятий является условием эффективного использования здоровьесберегающих технологий. Выполнение упражнений со скукой, без желания не даст положительного результата, а скорее наоборот. Сама радость обучения, так же, как и радость от выполнения любых упражнений и труда, делает ребенка здоровее.

**Основные выводы.** Таким образом, формирование здорового образа жизни у детей с умственной отсталостью должно происходить непрерывно и целенаправленно. Фундамент здоровья закладывается с детства, и забота о здоровье детей касается не только медиков, но и с педагогов. Основной задачей использования здоровьесберегающих технологий в воспитании детей с умственной отсталостью является не навредить здоровью школьников и научить их беречь своё собственное здоровье.

**Литература**

1. Ахутина, Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход / Т.В. Ахутина. // Школа здоровья. – 2005. – № 2. – С. 21–28.
2. Банникова, Л.П. Программа оздоровления детей в дошкольных образовательных учреждениях: метод. пособие / Л.П. Банникова. – М.: ТЦ Сфера, 2017. – 48 с.
3. Брунов, В.П. Воспитание детей с проблемами в интеллектуальном развитии: учебное пособие / Б.П. Брунов. – Красноярск, 2016. – 153 с.