**Е.А. Анисимова**

**МАОУ «СОШ №30»**

**Применение здоровьесберегающих технологий для успешного обучения детей с ограниченными возможностями здоровья на уроках истории в общеобразовательной школе**

Каждый современный учитель на каждом уроке пытается не только дать детям знания, он старается применять здоровьесберегающие технологии.

Термин "здоровьесберегающие образовательные технологии" можно рассматривать как совокупность тех принципов, методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения.

В настоящее время в современных школах увеличивается с каждым годом количество детей, которые относятся к категории детей с ограниченными возможностями, вызванными различными отклонениями в состоянии здоровья, и нуждающихся в специальном образовании, отвечающем их особым образовательным потребностям.

В соответствии с Конституцией Российской Федерации и Законом «Об образовании» дети с ограниченными возможностями имеют равные со всеми права на образование.

Поэтому одна из главных задач современной школы, где обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья, является создание условий, гарантирующих укрепление здоровья обучающихся. Следовательно, для них просто необходимо применение технологий здоровьесбережения и формирования здорового образа жизни на уроках.

Условно ЗСТ можно разделить на две группы: с прерыванием учебной деятельности и сопровождающие учебную деятельность.

На уроках истории я применяю ЗСТ с прерыванием учебной деятельности:

- физкультурные минутки;

-гимнастика для глаз,

-минутки релаксации,

- эмоциональные минутки

Так и ЗСТ сопровождающие учебную деятельность:

- карточки с датами, но прикреплённые к доске на разной высоте, что способствует увеличению двигательной активности;

- историческая карта не на доске, а на любой другой стене, в процессе объяснения я перехожу от доски к карте, а учащиеся, следя за мной, поворачиваются, это помогает снятию статического напряжения;

 - проблемное задание на карточке, а различные группы ответов развешаны по классу и нужно найти свой, доказать свое предположение, используя отдельные места текста в качестве аргументов.

У ребёнка происходит смена динамической позы, увеличение двигательной активности, причём всё очень органично, не нарушая плавного течения урока.

Изучая программный материал на уроках истории, мы затрагиваем проблемы, связанные со здоровьем человека. Например: урок истории России 8 классе, тема «Внешняя политика во второй половине XVIII в.», знакомя с выдающимся русским генералиссимусом А.В. Суворовым, бывшем в детстве очень болезненным ребёнком, акцентирую внимание учащихся на важности закаливания, как тела, так и духа, о воспитании упорства в достижении цели. А на уроке Всеобщей истории в 6 классе, рассказывая о жизни средневековой Европы, постоянными спутниками которой были эпидемии, обращаю внимание обучающихся на важности соблюдения норм санитарной гигиены. В 5 классе изучая Историю Древнего мира рассказываю об Олимпийских играх — это древний праздник силы, ловкости, меткости и красоты, у которого были свои законы и свои правила.

Для рациональной организации учебной деятельности учащихся  **использую на уроках видеоматериалы**, презентации, как средство для дискуссии, беседы, обсуждения, так как это способствует развитию и стимулирует познавательный интерес учащихся; обеспечивается индивидуальный и дифференцированный подход в процессе обучения.

Во избежание усталости учащихся чередую различные виды работ: самостоятельная работа, работа с учебником: устно и письменно, творческие задания. Они способствуют развитию мыслительных операций памяти и одновременно отдыху ребят.

Учитывая особенность детей, составляю задания, разные по степени сложности и требующие разнообразных видов деятельности:

Например: для развития поисковой деятельности учащихся использую такие коррекционные задания как:

- соедини стрелками даты и события, расположенные вразброс, убери лишнее;

- заполни пропуски (пропущены либо даты, либо события);

- расположи в хронологической последовательности (исторические события даны непоследовательно);

- закончи предложение;

- даны таблица, схема: заполни недостающие пункты таблицы, подбери информацию к схеме; и т.д.

 Работаю и на развитие навыка чтения, составление рассказа по картинке (3-4 предложения), поиску нужной информации в справочной литературе, интернете, нахождение в тесте ответов на поставленные вопросы, в работе с текстом это поиск главной мысли в нужном отрывке, умение составлять краткий конспект.

Немаловажным аспектом в сохранении **здоровья** учащихся с ОВЗ является внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный момент, которая стимулирует внутреннюю мотивацию: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу. Необходимы и эмоциональные разрядки на **уроке**: шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, афоризм и т. д.

Заключение

Таким образом, использование различных приемов и методов здоровьесбережения на уроках обеспечивает сохранение психического и физического здоровья обучающихся, способствует лучшему овладению ими системой знаний, умений и навыков.

«Если нельзя вырастить ребёнка, чтобы он совсем не болел, то, во всяком случае, поддерживать его высокий уровень здоровья вполне возможно»

академик Н.М. Амосов