Здоровьесберегающие технологии в коррекционно-образовательном

процессе школы-интерната для детей с ограниченными возможностями здоровья

 Здоровье – один из важнейших компонентов человеческого благополучия и неотъемлемое право человека. Сохранение и укрепление здоровья детей с ОВЗ является одной из важнейших задач нашего образовательного учреждения. В нашей школе выстроилась чёткая система оздоровительной и профилактической работы среди воспитанников, направленная на внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс, создание и развитие здоровой среды, которая реализуется в трех направлениях:

1. **Физкультурно-оздоровительное.**

Я работаю в дошкольной группе с детьми 6-7 лет. В своей группе мы ежедневно проводим утреннюю гимнастику, гимнастику после сна, используя «коврики здоровья». Проводим закаливающие процедуры: полоскание горла кипяченой водой комнатной температуры, мытье рук до локтя прохладной водой. Используем разные формы проведения занятий: занятия-игры, занятия с перемещениями, со сменой статической позы; физкультминутки для предупреждения переутомления детей. Инструктор по физкультуре проводит занятия три раза в неделю в зале с использованием мягкого оборудования. Дети не имеющие противопоказания три раза в неделю посещают плавательный бассейн.

Невозможно полностью реализовать принцип здорового образа жизни, не опираясь на помощь родителей. В целях организации единого здоровьесберегающего пространства ДОУ и семьи, мы используем разнообразные формы работы: педагогические беседы с родителями, общие и групповые собрания, выставки совместных творческих работ, участие родителей в подготовке и проведении праздников, физкультурных досугов. Наглядные стенды знакомят родителей с жизнью группы. Широко используется информация в родительском уголке, в информационных стендах медработников. Наши воспитанники активно участвуют в городских соревнованиях по бочче и плаванию, где занимают призовые места.

1. **Лечебно-профилактическое направление.**

В нашей школе-интернате работает большой штат медицинского персонала, узкие специалисты: педиатр, ортопед, невролог, психиатр, окулист. Работает процедурный кабинет, где детям делают прививки и уколы. Дети получают бесплатное медикаментозное лечение. Функционирует солевая комната (галокамера), физиотерапевтические кабинеты, где детям проводятся озокеритопарафинолечение, электрофарез, магнитотерапия, СМТ, МРТ, УФО, УВЧ, лечение ультразвуковыми волнами (фонофарез), ингаляции через небулайзер, Дорсонваль, гидромассажные ножные ванны. Дети получают курс лечебной физкультуры и массажа три раза в год. В школе организовано полноценное пятиразовое питание.

Хотелось бы более подробнее остановиться на

1. **Коррекционно-развивающем направлении.**

В целях сохранения и укрепления здоровья воспитанников на занятиях и в режимных процессах используем следующие виды деятельности:

1. Дыхательная гимнастика.

Для того, что бы дети могли владеть своим голосом и речевым аппаратом, они должны овладеть приёмами правильного дыхания. Дыхание важно для разборчивого произношения звуков, так как подчиняется требованиям артикуляционного аппарата и гортани. В результате выполнения дыхательной гимнастики возрастает объем и глубина дыхания, сила и выносливость дыхательных мышц.

1. Совместно с учителем-логопедом проводим артикуляционную гимнастику.

Правильная артикуляция звуков необходима для внятной, чистой речи. Гимнастика укрепляет мышцы артикуляционного аппарата, увеличивает их подвижность, объем выполненных движений, быстроту переключения.

1. Пальчиковая гимнастика.

Речевые области формируются под влиянием импульсов, поступающих от пальцев рук. Пальчиковая гимнастика способствует концентрированию внимания, а в дальнейшем облегчает будущим школьникам усвоение навыков письма.

1. Гимнастика для глаз.

У большинства детей нашей школы существуют проблемы со зрением: близорукость, косоглазие, астигматизм, частичная атрофия зрительного нерва. Поэтому регулярная тренировка глаз очень важна для сохранения и улучшения зрения, профилактики заболеваний глаз.

1. Самомассаж рук предметами.

Игровой самомассаж рук предметами – это уникальная тактильная гимнастика, биологический стимулятор, взаимодействующий на функции кожи, уровень снабжения организма кислородом и питательными веществами. А также средство повышения иммунитета, поскольку на ладонях расположены нервные окончания.

1. Релаксация.

Умение расслабляться позволяет устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстанавливает силы.

Учитель-логопед Каримова Н.К. в своей работе по коррекции речи использует нетрадиционные здоровьесберегающие технологии:

1. Элементы Су-Джок терапии.

Су-Джок терапия это воздействие на биоэнергетические точки с целью активизации защитных функций организма. Используется в качестве массажа для развития мелкой моторики рук, а так же с целью общего укрепления организма. Можно стимулировать активные точки, расположенные на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячи, грецкие орехи, колючие валики).

1. Кинезотерапия.

Кинезиологические упражнения направлены на совершенствование высших психических функций мозга, развитие подвижности нервных процессов, благотворно воздействуют на психическое состояние и самочувствие детей с ДЦП. Целесообразно их применять перед занятиями, требующими интенсивной умственной нагрузки (ФЭМП, обучение грамоте и др.). Используемые упражнения: «Кулак – ребро – ладонь», «Ухо – нос», «Замок», «Колечко», «Восьмерка».

1. Биоэнергопластика.

Данная технология представляет собой соединение движений артикуляционного аппарата с движениями кисти руки. Значимость биоэнергетики в том, что развитие артикуляционной моторики у детей с нарушением кинетических ощущений ускоряется, так как работающая ладонь многократно усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка. В коррекционно-педагогическом процессе используются упражнения: «Качели», «Утюжок», «Футбол», «Часики», «Улыбка», «Хоботок», «Лопаточка», «Чашечка», «Горка», «Парус».

1. Логопедический массаж лица и языка с использованием зондов.

Проводится учителем-логопедом с детьми, не имеющими судорог или эпилепсию. Кабинет учителя-логопеда оснащен всем необходимым оборудованием, дидактическими материалами, книгами и развивающими играми для детей.

 Таким образом, рассмотрев все виды здоровьесберегающих технологий, которые используются в нашей работе, можно сделать вывод о том, что их использование благотворно влияет на состояние физического и психического здоровья детей. Формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.