При обучении детей с ОВЗ одним из самых важных условий для насявляется понимание того, что наши дети не являются ущербными по сравнению с другими, но, тем не менее, они нуждаются в особенном индивидуальном подходе, в реализации своих потенциальных возможностей и создании условий для развития. Ключевым моментом этой ситуации является то, что дети с ОВЗ не приспосабливаются к правилам и условиям общества, а включаются в жизнь на своих собственных условиях, которые общество принимает и учитывает.

**З**адача нас — педагогов состоит в том, чтобы создать такую модель обучения детей с ОВЗ, в процессе которой у каждого ребёнка появился механизм компенсации имеющегося дефекта, на основе чего станет возможной его интеграция в современное общество.

Дети, обучающиеся в школе - интернате, имеют свои особенности в развитии: низкую мотивацию к восприятию учебного материала, трудности в запоминании нового материала, мышление основано на образах и наглядности, поэтому использование здоровьесберегающих технологий повышает доступность учебного материала.

Наши дети отличаются от своих сверстников по показателям физического и нервно-психического развития. Им свойственны эмоциональная возбудимость, двигательное беспокойство, неустойчивость и истощаемость нервных процессов, заторможенность и т. д.

Поэтому нам педагогам, работающим с такими детьми, приходится корректировать не только дефект, но и нормализовать психическое и физическое состояние ребёнка. Решению этой задачи, нам помогает использование здоровьесберегающих технологий. Не случайно коррекционную педагогику называют ещё и лечебной.

Психическое развитие детей с ограниченными возможностями здоровья происходит медленнее, чем развитие обычных детей, для них главным видом деятельности продолжает оставаться игра. Учитывая эту особенность детей, мы используем игровые формы организации коррекционно-развивающей работы с применением здоровьесберегающих технологий.

Одной из таких форм, я использую занятие в виде тематического путешествия. На таком занятии присутствует главный герой (сказочный персонаж), который совершает путешествие. Дети выполняют задания, помогая тем самым герою продвигаться к конечной цели, в процессе выполнения заданий формируются и закрепляются навыки здорового образа жизни, счёта, написания букв, графические навыки развивается мелкая моторика и др.

 На сегодняшний день, в условиях стремительного развития науки и техники, мы создаём в школе – интернате условия для сохранения и укрепления здоровьявоспитанников, в том числе за счёт:

– оптимизации учебной, психологической и физической нагрузки учащихся;

– использование эффективных методов обучения;

– повышения удельного веса и качества занятий физической культурой;

– организация мониторинга состояния здоровья детей;

– улучшение организации питания обучающих;

– рационализация досуговой деятельности, каникулярного времени и летнего отдыха детей.

Сохранение и укрепление здоровья, как во время непосредственной образовательной деятельности, так и в свободное время особенно важны для детей с ограниченными возможностями здоровья.

 В ходе занятия в зависимости от состояния учащихся, степени их утомления мы организуем *динамическую паузу (иногда две)*, на которой проводятся физкультурные разминки с использованием простых стихотворных текстов. Проговаривание текста способствует развитию речи, памяти, выполнение физических упражнений развивает крупную и мелкую моторику учащихся.

*Релаксация* – проводим в любом помещении, вне зависимости от психического состояния детей. Можно использовать спокойную классическую музыку, звуки природы.

*Пальчиковая гимнастика* -   проводим ежедневно, хорошо влияет на детей с речевыми проблемами.

*Гимнастика для глаз* – проводим ежедневно в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки.

*Гимнастика дыхательная* – используем в различных формах физкультурно – оздоровительной работы.

Технологии обучения здоровому образу жизни:

*Проблемно-игровые* (игротренинги и игротерапия). Организуем незаметно для ребёнка, посредством включения в процесс игровой деятельности.

*Коммуникативные игры*. Занятия строятся по определённой схеме исостоят из нескольких частей. В них входят беседы, этюды и игры разной степени подвижности, занятия рисованием, лепкой и др.

Коррекционные технологии:

*Арттерапия*-лечение искусством, творчеством увлекает детей, отвлекает от неприятных эмоций.

*Работа с природными материалами* – глиной, песком, водой, красками. *Арттерапевтические* техники помогают снять нервное напряжение и подключить внутренние резервы организма ребёнка.

*Технологии музыкального воздействия* - используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя.

*Сказкотерапия.*Сказка – любимый детьми жанр. Она несёт в себе важное психологическое содержание «любовь, добро и счастье». Сказка трансформирует героя, превращая слабого в сильного, маленького во взрослого, наивного в мудрого, этим самым открывает ребёнку перспективы собственного роста.

*Психогимнастика -* я использую в виде выразительных движений в воспитании эмоций. Психогимнастика помогает детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других.

Очень важно, чтобы каждая технология имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребёнка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.

Только здоровый ребёнок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех её свойств и качеств. Особенно это касается детей с ограниченными возможностями здоровья.

**А на последок…**

хочется сказать, что здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы будем учить детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. А только здоровый ребёнок эффективно обучаем.

**Список литературы**

1. Бабанский Ю. К. «Методические основы оптимизации учебно-воспитательного процесса» 1982г. – 480 с.
2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2004, 296 с. - (Педагогика. Психология. Управление).
3. Кукушин В. С. Теория и методика обучения. - Ростов н/Д.: Феникс, 2005. - 474 с.
4. Менчинская Е.А. Основы здоровьесберегающего обучения в начальной школе: Методические рекомендации по преодолению перегрузки учащихся / Е.А. Менчинская. — М. :Вентана-Граф, 2008. — 112 с. — (Педагогическая мастерская).
5. Наш выбор – здоровье: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации/ авт.-сост. Н. Н. Шапцева. – Волгоград: Учитель, 2009. – 184 с.
6. Орехова В. А.Педагогика в вопросах и ответах: учебн. Пособие. – М.: КНОРУС, 2006.  С. 14

**Министерство образования и науки Амурской области**

**государственное общеобразовательное автономное учреждение**

**Амурской области**

**«Свободненская специальная (коррекционная) школа-интернат»**

**(ГОАУ «Свободненская специальная (коррекционная) школа-интернат»)**

Доклад на тему:

***«Здоровьесберегающие технологии, как ключ в образовательном учреждении».***

Выполнила:

 Лебедева Алена Павловна

г. Свободный

2018