**«Использование здоровьесберегающих технологий на коррекционных занятиях по РСВ И ФПСУР»**

**Подготовила: Трофимова Елена Васильевна, учитель-дефектолог высшей категории**

Здоровьесберегающие технологии на коррекционных занятиях по развитию слухового восприятия и формированию произносительной стороны устной речи направлены на создание комфортных условий для обучающихся, сохранение их физического и психического здоровья, а также повышение эффективности учебного процесса. Вот основные подходы и методы:

1**. Соблюдение санитарно-гигиенических норм**  
   - Освещение и проветривание: обеспечение достаточного естественного или искусственного освещения, регулярное проветривание помещения.  
   - Эргономика рабочего места: удобная мебель, соответствующая возрасту и росту детей, правильная посадка за столом.  
   - Режим работы: чередование видов деятельности, перерывы для отдыха глаз и снятия мышечного напряжения.

**2. Использование технических средств**   - Аудиоаппаратура: применение качественного звукового оборудования для четкой передачи звуков, что снижает нагрузку на слуховой анализатор.  
   - Компьютерные программы: использование специализированных программ для развития слухового восприятия, которые позволяют дозировать нагрузку и адаптировать задания под индивидуальные возможности ребенка.

**3. Дозирование нагрузки**   - Индивидуальный подход: учет особенностей каждого ребенка, подбор заданий в соответствии с его возможностями.  
   - Чередование активности: смена видов деятельности (слушание, говорение, двигательные упражнения) для предотвращения утомления.

**4. Дыхательная и артикуляционная гимнастика**   - Дыхательные упражнения: обучение правильному дыханию, что способствует снятию напряжения и улучшению работы речевого аппарата.  
   - Артикуляционная гимнастика: упражнения для развития мышц языка, губ, щек, что помогает формировать правильное произношение.

**5. Релаксационные техники**  
   - Паузы для отдыха: включение в занятие коротких перерывов для расслабления (например, упражнения на релаксацию, прослушивание спокойной музыки).  
   - Элементы психогимнастики: упражнения для снятия эмоционального напряжения, развития положительного настроя.

**6. Игровые методы**   - Дидактические игры: использование игр для развития слухового восприятия и произношения, что делает процесс обучения более увлекательным и менее утомительным.  
   - Подвижные игры: включение элементов двигательной активности для снятия статического напряжения.

**7. Работа с эмоциональным состоянием**   - Создание благоприятной атмосферы: поддержка, поощрение, минимизация стрессовых ситуаций.  
   - Элементы арт-терапии: использование рисования, лепки и других творческих методов для снятия напряжения и развития мелкой моторики.

**8. Контроль за осанкой и зрением**   - Упражнения для глаз: включение в занятие коротких упражнений для профилактики зрительного утомления.  
   - Контроль осанки: напоминание о правильной позе во время выполнения заданий.

**9. Индивидуальные и групповые формы работы**   - Групповые задания: для развития коммуникативных навыков и социального взаимодействия.  
   - Индивидуальные задания: для отработки специфических трудностей каждого ребенка.

**10. Обратная связь и рефлексия**   - Обсуждение результатов: подведение итогов занятия, обсуждение успехов и трудностей, что помогает ребенку осознать свои достижения и мотивирует на дальнейшую работу.  
   - Эмоциональная поддержка: похвала, поощрение, создание ситуации успеха.

Использование здоровьесберегающих технологий на коррекционных занятиях способствует не только развитию слухового восприятия и произносительной стороны речи, но и сохранению здоровья детей, формированию у них положительного отношения к обучению.