**ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

 **« ШКОЛА №19»**

 **Теоретический семинар на тему :**

**«Использование здоровье сберегающих технологий на коррекционных занятиях с детьми с РАС»**

 **Подготовил**

**учитель начальных классов**

**учитель-дефектолог**

**Фаткулова РХ**.

г.Ульяновск.

январь 2024 г.

 ***«Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд учителя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».***

 Здоровье мы понимаем, как состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

 Современные здоровье сберегающие технологии позволяют предупреждать, корректировать и реабилитировать некоторые особенности, либо отклонения в развитии личности ребенка.
 Понятие «здоровье сберегающая» относится к качественной характеристике
любой образовательной технологии, показывающей, насколько при реализации
данной технологии решается задача сохранения здоровья основных субъектов
образовательного процесса – учащихся и педагогов.

 Речевое [развитие детей](https://pandia.ru/text/category/razvitie_rebenka/) является важным этапом в жизни школьников. И поэтому оказывает огромное влияние на формирование личности ребенка, и всех психических процессов. С каждым годом количество детей, имеющих отклонения от условной возрастной нормы такие, как повышенная возбудимость и утомляемость, нарушения внимания, плохая память и другие проблемы неуклонно растет.

 Ограниченные возможности здоровья (ОВЗ) ,расстройство аутистической системы препятствуют освоению [образовательных программ](https://pandia.ru/text/category/obrazovatelmznie_programmi/) и являются предпосылкой к нарушению взаимодействия детей с окружающим миром, обуславливают возникновение отклонений в их психическом развитии.

Залог успешности коррекционного воздействия зависит от работы всех участников – психолога, дефектолога, логопеда. педагогов, родителей.

 Особенности речевой деятельности отражаются на становлении сенсорной, интеллектуальной и [аффективно-волевой](https://pandia.ru/text/category/affekt/) сфер. У большинства детей с ОВЗ ,РАС(ограниченными возможностями здоровья, расстройство аутистической системы ) недостаточная устойчивость внимания, в совместной и продуктивной деятельности, ограниченные возможности его распределения. При относительной сохранности смысловой памяти снижена вербальная память, страдает продуктивность запоминания. Отмечается низкая мнемическая активность, которая может сочетаться с задержкой в формировании психических процессов (внимания, памяти, восприятия, мышления).

 С какими трудностями сталкиваются такие дети? У таких детей при овладении мыслительными операциями, доступными по возрасту, отмечается отставание в развитии словесно-логического мышления, с трудом овладевают анализом и синтезом, сравнением и обобщением. Часто дети соматически ослаблены и имеют замедленное развитие локомоторных функций (манипулятивную деятельность рук, силовую выносливость мышц и суставов). При выполнении движений по словесной инструкции возникают наибольшие трудности, встречается недостаточная координация пальцев кисти руки, недоразвитие мелкой моторики. Так же у детей с тяжелыми речевыми расстройствами отмечаются отклонения в эмоционально-волевой сфере. Им присущи нестойкость интересов, пониженная наблюдательность, сниженная мотивация, негативизм, неуверенность в себе, повышенная раздражительность, [агрессивность](https://pandia.ru/text/category/agressivnostmz/), обидчивость, трудности в общении с окружающими, в налаживании контактов со своими сверстниками. У детей с ОВЗ , РАС отмечаются трудности формирования саморегуляции и самоконтроля.А дети с общим недоразвитием речи относятся к категории детей с ограниченными возможностями здоровья.

**Особенности физического развития детей с речевыми недостатками:**

 – нарушение [артикуляционных](https://pandia.ru/text/category/artikulyatciya/) укладов, либо органов артикуляционного аппарата;

 – нарушение дыхания и голосообразования;

 – нарушение общей и мелкой моторики;

 – расторможенность и заторможенность мышечного напряжения;

 – повышенная утомляемость;

 – заметное отставание в показателях основных физических качеств (силы, скорости, ловкости);

 – нарушение темпоритмической организации движений.

 **Особенности психического развития детей с речевыми недостатками:**

 – нарушение пространственных отношений;

 – неустойчивость внимания;

 – расстройство памяти (особенно слуховой);

 – замедленность мыслительных процессов ;

 – задержка развития воображения.

 Коррекция и профилактика нарушений развития детей предполагает введение здоровье сберегающих технологий. Основа здоровье сберегающих технологий – личностно-ориентированный подход. Под здоровье сберегающей образовательной технологией понимается система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья школьников.

 Только комплексное воздействие на ребенка может дать успешную динамику речевого развития. Совокупность методов и приемов в [коррекционной работе](https://pandia.ru/text/category/korrektcionnaya_rabota/) по преодолению нарушения речи затрагивает не только исправление дефектов речевой деятельности, но и формирование определенных психических процессов, представлений об окружающем мире, становлений отношений к воспитуемым социальным явлениям и навыкам поведения, основы личностной культуры. В процессе коррекционной работы педагога возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья детей.

***В практической деятельности мы применяем следующие здоровье сберегающие компоненты:***

- дыхательная гимнастика,

- пальчиковая гимнастика,

- самомассаж;

 Удивительные результаты даёт массаж кистей рук с помощью шарика Су-Джок, пружинок, прищепок, плодов каштанов, грецкого ореха, шестигранного карандаша и других подручных предметов. Такой массаж не только оказывает благотворное влияние на весь организм, но также помогает решать наши коррекционные задачи: активизирует мозг, развивает межполушарное взаимодействие, иннервацию речевых и двигательных анализаторов, способствует развитию речи, внимания, памяти, мышления.

- глазодвигательная гимнастика,

- мышечная релаксация.

 Все перечисленные технологии способствуют коррекции физических и психических нарушений детей, обеспечивают эмоциональное благополучие ребенка и способствуют формированию полноценной гармоничной личности.

 Современные здоровье сберегающие технологии позволяют предупреждать, корректировать и реабилитировать некоторые особенности, либо отклонения в развитии личности ребенка.

 Одними из таких современных здоровье сберегающих технологий, считаю использование контрастотерапии, криотерапии и арт-терапии. Одними из таких современных здоровье сберегающих технологий, считаю использование контрастотерапии, криотерапии и арт-терапии, которые я использую на своих занятиях. Рассмотрим каждую из них:

- ***Криотерапия*** - одна из современных нетрадиционных­ методик коррекционной педагогики, заключающаяся в использовании игр со льдом. Дозированное воздействие холода на нервные окончания пальцев обладает благотворными свойствами. Эффект основан на изменении деятельности сосудов - первоначальный спазм мелких артерий сопровождаться выраженным их расширением, что значительно усиливает приток крови к месту воздействия, в результате чего улучшается питание тканей.

 Рекомендуется организовывать занятия с использованием криотерапии по следующей схеме: одна, две процедуры в неделю в течение месяца, наиболее эффективно сочетание с контрастотерапией.

- ***Контрастотерапия*** - использование контрастных ванн для кистей рук. Стимулирующий эффект основан на переменном воздействии холода и тепла на нервные окончания пальцев. Для использования контрастотерапии необходимы две ванночки с водой такой формы, чтобы в них кисть ребенка могла погрузиться полностью.

 Оптимальное сочетание температур 45° С (горячая вода) и 16-18°С (холодная вода).

***- Арт-терапия*** (методы творческого самовыражения) в школьном возрасте применяем во всех видах непосредственно [образовательной деятельности](https://pandia.ru/text/category/obrazovatelmznaya_deyatelmznostmz/), рисование различными средствами художественного творчества, составление коллажей, оригами, объемные поделки из мятой бумаги и др. (например, в познании, коммуникации, в художественном творчестве).

 Большим успехом у школьников пользуются арт–метод, как «Песочная игра», «Воздушная пенка». На коррекционно-развивающих занятиях с детьми с ОВЗ с РАС игры в песочнице, с пенкой - один из естественных способов творческого выражения личности ребенка.

  Использование арт-терапии в коррекционно-развивающей работе с детьми школьного возраста позволяет глубже понять внутреннее состояние ребенка, помочь отреагировать на негативные переживания и снять психоэмоциональное напряжение (например, агрессию, тревожность, застенчивость).

 Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровье сберегающая деятельность в итоге формирует у ребёнка привычку к здоровому образу жизни.

Литература:

1. Свистовская по детско-подростковой и семейной арт-терапии. - СПб.: Речь, 2010.

2. Лебедева арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. - СПб.: Речь, 2008.

3. Цветной мир: групповая арт-терапевтическая работа с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. –Изд. Генезис, 2007.

5. Д. Зинкевич-Евстигнеева «Практикум по песочной терапии», СПб, «Речь».