**Применение здоровьесберегающих технологий в практической деятельности учителя – дефектолога в школе для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья**

«Забота о здоровье ребёнка –это

не просто комплекс санитарно-

гигиенических норм и правил…

и не свод требований к режиму,

питанию, труду, отдыху. Это прежде

всего забота о гармоничной полноте

всех физических и духовных сил, и

венцом этой гармонии является

радость творчества»

**В.А.Сухомлинский**.

Школа – очень серьёзный, переломный этап в жизни ребёнка. Это и существенное изменение привычного образа жизни, новые непривычные нагрузки, серьёзный умственный труд, резкое ограничение движений. Ребёнок, привычный играть, много двигаться, вынужден длительное время проводить за партой. Резко уменьшается время отдыха, прогулок, возрастают эмоциональные нагрузки. Ребёнку нужно привыкнуть к новому коллективу, требованиям учителя, необходимости усидчиво и целенаправленно работать. Безусловно, для детей с ОВЗ, это большой труд. Нагрузки на детский организм огромны, поэтому для получения высоких результатов в учебно - воспитательном процессе важную роль играет систематическое применение здоровьесберегающих технологий.

Одним из главных элементов национального богатства любого государства является здоровье. Проблема здорового образа жизни в настоящее время приобрела первостепенное значение. Сохранение здоровья подрастающего поколения является самой насущной проблемой государства.

Именно в школе можно воспитывать культуру здоровья и формировать ЗОЖ у наших детей.

Я познакомлю вас с тем, какие ***здоровьесберегающие технологии*** в своей практической деятельности применяю на индивидуальных занятиях.

***Организация режима пребывания обучающегося на индивидуальном занятии****.*Кабинет учителя – дефектолога укомплектован всем необходимым оборудованием для осуществления коррекционно-образовательной работы и соблюдения здоровьесберегающего режима. Для создания атмосферы уюта кабинет оформлен в спокойных тонах, с рациональным освещением. Оборудование соответствует санитарно-гигиеническим требованиям. Перед каждым занятием организуется проветривание кабинета.

***Создание охранительного режима.*** В целях обеспечения психологической безопасности обучающихся во время их пребывания на занятии, создания комфортных условий коррекционно-образовательного процесса,

профилактики возникновения у детей психоэмоционального напряжения я организую условия для реализации охранительного режима:

- общение на занятии проводится на фоне положительных эмоций;

- активно поощряю на занятиях инициативу и успех. Похвала может быть вербальной: «Хорошо, молодец, верно, ты работаешь хорошо!», «У тебя отлично получается!» и т.д. Учитель может свою похвалу сочетать с поглаживанием головы ребёнка, выразить радость на лице, жесты, мимика, аплодисменты и т.д.;

***Профилактика нарушений осанки.*** Во время занятия осуществляю контроль за правильной осанкой обучающегося.

Учитель-дефектолог применяет ***фонетическую ритмику***. Это система двигательных упражнений, которая направлена на формирование фонетически правильно оформленной речи. Фонетическая ритмика помогает ребёнку нормализовать речевое дыхание, менять высоту и силу голоса, воспринимать, различать, воспроизводить различные ритмы, выражать эмоции с помощью различных интонационных средств.

***Упражнения по развитию мелкой моторики рук***. Тренировка движений пальцев и кистей рук является важнейшим фактором, стимулирующим речевое развитие ребенка, способствующим улучшению артикуляционных движений. В своей работе учителя-дефектологи применяют пальчиковые игры, графические диктанты по лексическим темам, обводку шаблонов и штриховка изображений различные задания в "сухом бассейне", с раздаточным материалом, СУ-ДЖОК и т.д.

***Артикуляционная гимнастика***, которая является основой формирования речевых звуков - фонем - и коррекции нарушений звукопроизношения; она включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения, как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы. С детьми дошкольного и младшего школьного возраста артикуляционная гимнастика проводится по подражанию с опорой на картинки. Старшим школьникам названия упражнений предлагаем слухо-зрительно или на слух. Если ученик затрудняется выполнить упражнение, то педагог предлагает ему выполнить упражнение по подражанию.

***Дыхательная гимнастика.*** Индивидуальное занятие начинается с упражнений на активизацию дыхания. Правильное речевое дыхание обеспечивает нормальное звукообразование, создает условия для поддержания нормальной громкости речи, четкого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности.  На практике используем разнообразные игры на развитие дыхания, например, «Ветерок», «Листопад», «Вертушка» и т.д.

***Смена динамических поз, физкультминутки.*** Для препятствия нарастанию утомления, снятию статической нагрузки проводим физминутки,

организуется смена динамических поз. Занятия проводятся в режиме смены динамических поз. Часть занятия дети проводят стоя (у доски, около двери, около окна): они могут слушать, рассматривать удаленные предметы, выполнять какие-либо задания. Часть занятия дети проводят сидя. Это делается для того, чтобы и укреплять позвоночник, формировать осанку и снимать утомление. Физминутки можно проводить не только с целью снятия утомления, а использовать с пользой для изучения нового материала или повторения пройденного.

***Профилактика нарушения зрения.*** Профилактическая работа по этому направлению включает систему мер, направленных на предупреждение нарушений зрения. Например, на стене располагаются различные зрительные ориентиры и детям предлагается найти глазами какую-либо фигуру.

Наряду с обеспечением необходимых условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся, развиваю у ребят осознанное, преобразовательное отношение к своему здоровью. Формирую у них мотивацию к здоровому образу жизни, знания о здоровье как ценности, культуру здоровья и личностных качеств.

Таким образом, формирование здоровьесберегающей среды на индивидуальных занятиях зависит от грамотно организованной работы учителя-дефектолога.

**ОБЛАСТНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ШКОЛА – ИНТЕРНАТ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ № 5» г. КУРСКА**

**Выступление на семинаре «Психология обучающихся с ОВЗ»**

**по теме «Применение здоровьесберегающих технологий в практической деятельности учителя – дефектолога в школе для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»**

***Подготовила учитель – дефектолог: Гузева Г.С.***