*Применение здоровьесберегающих технологий в процессе обучения  детей с ТМНР.*

 Огромный процент обучающихся в образовательных учреждениях теряют своё здоровье, если процесс обучения организован неправильно или недостаточно органично.

 Здоровье - естественное состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. (Устав Всемирной организации здравоохранения). Поэтому, большое внимание, с моей точки зрения, следует уделять здоровьесберегающим технологиям. Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий зависит от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий образовательного учреждения, профессиональной компетентности педагогов, а также показаний заболеваемости детей.
    Сегодня  мы будем говорить о здоровьесберегающих технологиях в работе с детьми с тяжелыми множественными нарушениями развития    Дети с ТМНР - это достаточно сложный, своеобразный контингент.

Последствия раннего органического поражения центральной нервной системы отражаются на развитии всех сторон психики: мышления, речи, памяти, внимания, эмоционально-волевой сферы, а также на моторно-двигательном развитии детей. Грубо нарушены все функции движения: управляемость, четкость, объем. Данная категория детей с трудом овладевает  движениями кистей и пальцев рук, полученные умения и навыки быстро распадаются  без постоянной отработки и закрепления. Дети быстро забывают  ранее проделанные действия. Тяжелые множественные нарушения развития  вызывают значительные затруднения у воспитанников в процессе обучения.

    Учитывая специфику контингента учащихся, мы стремимся обеспечить психологическую комфортность во время учебного процесса. При организации образовательной деятельности (проведение занятий/ уроков) необходимо учитывать:

- обстановку и гигиенические условия в помещении;

-частую смену видов деятельности на занятии;

-среднюю продолжительность и частоту чередования различных видов учебной деятельности;

- рациональное распределение нагрузки по времени занятия;

-использование игровых форм работы;

-физкультминутки и другие оздоровительные моменты на занятиях/ уроках;

- создание благоприятной эмоциональной атмосферы.

Три подгруппы видов здоровьесберегающих технологий.

   -Организационно – педагогические технологии , определяющие структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиНах, способствующих предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезаптационных состояний;

-Психолого-педагогические технологии - связанные с непосредственной работой учителя на уроке, воздействием, которое он оказывает на своих учеников. Сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса;

 - Учебно-воспитательные технологии – включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся, мотивации их к ведению здорового образа жизни, предупреждению вредных привычек, предусматривающие также проведение организационно-воспитательной работы со школьниками после уроков, просвещение их родителей.

     Здоровьесберегающие образовательные технологии наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей. Главный их признак – использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем.

     Их можно выделить в три подгруппы: организационно-педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующую предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;

психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми;

 учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья воспитанников.

     В своей работе с детьми с ТМНР применяем следующие виды здоровьесберегающих технологий:

*медико-профuлактические* ,включающие в себя: организацию и контроль питания детей, физического развития; организацию профилактических мероприятий; контроль и помощь в обеспечении требований СанПиН; организация здоровьесберегающей среды.

 *Физкультурно-оздоровительные* , включающие в себя: развитие основных движений, повышение двигательной активности и укрепление здоровья ребенка.

 *Технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка*, способствующие созданию эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе взаимодействия, общения со сверстниками и взрослыми, социально-эмоциональное благополучие.

*Здоровьесберегающие образовательные технологии:*

*технологии сохранения и стимулирования здоровья* посредствам обязательного включения в занятия/ уроки динамических пауз, подвижных игр, релаксационных пауз, пальчиковой гимнастики;

 *технологии обучения здоровому образу жизни* посредствам занятий по адаптивной физической культуре;

*коррекционные технологии*:

Арттерапия. Лечение искусством, творчеством увлекает детей, отвлекает от неприятных эмоций, подключает эмоциональные резервы организма. Сюда входит работа с природными материалами – глиной, песком, водой, красками.

Арттерапевтические техники, помогающие снять нервное напряжение и

подключить внутренние резервы организма ребенка такие как:  красочная живопись с помощью пальцев на песке, крупе (манка, овсянка, горох и т.д.)

Сказкотерапия. Сказка – любимый детьми жанр. Сказкотерапия используется для психотерапевтической и развивающей работы. Психогимнастика - снятие эмоционального напряжения. Используется в непосредственно-образовательной деятельности. Мимика тесно связана с артикуляцией. Изображение на лице различных эмоций способствует развитию у ребенка не только мимической, но и артикуляционной моторики.

СУ-ДЖОК терапия, обладая высокой эффективностью, безопасностью и простотой, базируется на традиционной акупунктуре и является достаточно хорошей системой самооздоровления. Сочетание су-джок терапии и таких упражнений, как пальчиковая гимнастика, самомассаж с упражнениями по коррекции звукопроизношения и формированию лексико-грамматических категорий, позволяют значительно повысить эффективность коррекционных занятий.

          Особое внимание в нашей работе мы уделяем развитию мелкой моторики , задачами которого являются повышение работоспособности коры головного мозга и развитие активной речи ребенка.

Для развития мелкой моторики нами используется пальчиковая гимнастика, игры с природным, бросовым материалом (бассейны из гороха, фасоли и т.п.), а также игры с различными пособиями (шнуровки, мозаики, пазлы и т.д.).

     Развитие мелкой моторики проводится ежедневно, в любое удобное время, а также в непосредственно образовательной деятельности.

Здоровьесберегающие  технологии мы применяем при реализации всех общеразвивающих  программ с учетом того, что все эти программы интегрируются между собой.

Оздоровительную направленность должна иметь вся организация жизнедеятельности ребенка в учреждении.

Используя в работе доступные здоровьесберегающие технологии, мы создаём условия для обучения и развития.

     Из практического опыта работы с детьми с ТМНР, можно сделать выводы, что применение здоровьесберегающих технологий, используемых при обучении, способствуют обеспечению эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе взаимодействия, общения со сверстниками и взрослыми, оказывают положительное влияние на общее развитие детей.

 У воспитанников улучшается тактильно-двигательное, слуховое и зрительное восприятие, дети более продолжительное время могут удерживать внимание, воспитывается усидчивость, появляется элементарная игровая и учебно-практическая деятельность.

У них развиваются и закрепляются функционально важные навыки, необходимые для использования в повседневной жизни, появляется уверенность в движениях, в своих силах, дети становятся более самостоятельными, а, значит, улучшается качество их жизни.

 Применение здоровьесберегающих технологий, используемых при обучении, способствуют обеспечению эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе взаимодействия, общения со сверстниками и взрослыми, оказывают положительное влияние на общее развитие детей.