**«Здоровье сберегающая среда как фактор детского развития для детей с ОВЗ».**

 В. А. Сухомлинский писал: «Забота о здоровье ребёнка – это важнейший труд педагога. От здоровья и жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». Современное общество, стремительные темпы его развития, новые информационные технологии предъявляют всё более высокие требования к человеку. За последние десять лет в стране сложилась устойчивая тенденция ухудшения параметров физического развития детей, подростков, молодёжи. Поэтому необходимость найти эффективные пути оздоровления приобретает первостепенную социальную значимость. Жизнь в 21 веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения и укрепления здоровья. Одной из актуальных задач современного российского общества является оказание социальной и педагогической помощи семьям, имеющих детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). При неуклонном росте, к сожалению, числа таких детей необходимо внимание к каждому из них. Существует более 300 определений понятия «здоровье». Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, **здоровье —** это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов. На новом этапе развития образования в России и согласно ФГОС первой и приоритетной задачей образования является: «Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Для реализации этой задачи необходимо в каждом образовательном учреждении создать развивающую здоровье сберегающую среду. Что же это такое? **Здоровье сберегающая среда –** это гибкая, развивающая, не угнетающая ребёнка система, основу которой составляет эмоционально комфортная среда пребывания и благоприятный режим организации жизнедеятельности детей. Особое значение в деятельности педагогического коллектива по созданию здоровьесберегающего пространства (среды) придается, подбору здоровьесберегающих технологий для организации образовательной деятельности с учащимися.
**Основные цели и задачи технологий:** обеспечить возможность сохранения здоровья, сформировать у ребенка необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни, научить детей использовать полученные знания в повседневной жизни.
**Выделяют *три группы технологий:***1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья
2. Технологии обучения здоровому образу жизни
3. Коррекционные технологии

**Технологии сохранения и стимулирования здоровья:**

* Ритмопластика
* Динамические паузы
* Подвижные и спортивные игры
* Релаксация
* Гимнастика пальчиковая
* Гимнастика для глаз
* Гимнастика дыхательная
* Гимнастика бодрящая
* Гимнастика корригирующая

 Мы педагоги клуба «Радость» большое внимание уделяем здоровьесберегающим технологиям. Активно используем в работе с детьми пальчиковые игры, разминки, физкультминутки с использованием элементов касательной терапии, массажа. Ведь через тактильный контакт ребенок выражает свое внутреннее состояние, отношение к другому человеку и рассчитывает получить ответ. Во время занятий применяем дыхательную гимнастику и гимнастику для глаз. Дыхательная гимнастика способствует насыщению кислородом коры головного мозга и улучшению работы остальных его центров, а также профилактике и лечению заболеваний дыхательной системы. Гимнастика для глаз направлена, в основном, на тренировку глазных мышц и профилактику заболеваний органов зрения.

 **Технологии обучения здоровому образу жизни:**

* Проблемно-игровые (игротреннинги и игротерапия)
* Коммуникативные игры
* Занятия из серии «Здоровье»
* Самомассаж
* Точечный самомассаж

Для поддержания здоровья детей полезно использовать точечный массаж или самомассаж. Здесь оказывается воздействие на биологически активные точки кисти рук, ушной раковины, так как они являются мощными рефлексогенными зонами, состоящими в контакте со многими внутренними органами и системами организма. Сеансы точечного массажа абсолютно безопасны для здоровья ребенка, однако, очень эффективны, доступны и просты в применении. Они стимулируют развитие всех систем растущего детского организма, усиливают внимание, память и интеллектуальные способности ребенка. Особое удовольствие у детей вызывает самомассаж кистей и пальцев рук с помощью различных приспособлений: шишек, орехов, шариков, шестигранных карандашей и массажных щеток. Научно доказано, что импульсы, идущие от пальцев рук, изменяют состояние коры головного мозга, усиливая ее регулирующую и координирующую функции.

**Коррекционные технологии:**

* Технологии музыкального воздействия
* Сказкотерапия
* Технологии воздействия цветом
* Технологии коррекции поведения
* Психогимнастика
* Фонетическая ритмика

 Внутренний мир ребенка с ОВЗ в развитии очень сложен. Как помочь таким детям увидеть, услышать, почувствовать все многообразие окружающей среды, познать свое «Я», раскрыть его и войти в мир взрослых, полноценно существовать и взаимодействовать в нем, развивать себя и в то же время заботиться о своем здоровье.
Средством, способным решить все эти задачи, является использование коррекционных технологий.
Современная психология и педагогика в значительной степени ориентирована на использование в коррекционной работе этих технологий как важного средства воспитания гармоничной личности ребёнка, его культурного развития. **Учитывая возраст и особенности наших ребят, в работе используются *следующие виды арттерапии:***

* Музыкотерапия – это вид арттерапии, где музыка используется в коррекционных целях.
* Куклотерапия – изготовление и применение различных кукол.
* Фототерапия – использование фотоматериалов и слайдов в работе с детьми
* Игровая терапия – метод коррекции посредством игры.
* Изотерапия – коррекция посредством изобразительной деятельности.
* Песочная терапия–сочетание невербальной формы психокоррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении ребенка (композиции из фигурок) и вербальной (рассказ о готовой работе).

Проводимая работа имеет положительные результаты для развития и социальной адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья. На занятиях с использованием арттерапии ребенок не задумывается о конечном результате, он получает удовольствие от самого процесса, вот почему этот процесс для него так важен. **Изотерапия –** это не создание произведения искусства, не часть занятий по изобразительному искусству. Занятия с использованием изотерапии используются при создании положительной мотивации, помогают преодолеть страхи детей перед трудностями, создать ситуацию успеха, а также воспитывают чувство взаимопомощи, взаимовыручки. Такие занятия имеют огромное значение при развитии мелкой моторики пальцев рук.
На занятиях дети играют с красками, карандашами, фломастерами и со всем тем, чем можно создать изображение. Мы не учим ребенка рисовать, ведь главное — это уникальность каждого, возможность создать такое произведение, которое будет только его. Мы не ограничиваемся использованием обычного набора изобразительных средств (бумага, кисти, краски) и традиционными способами их использования. Дети более охотно включаются в процесс, отличный от того, к чему они привыкли, и с большим удовольствием участвуют в создании изображений нетрадиционным способом.
Изобразительные средства подбираются по принципу простоты и эффектности; ребенок не должен иметь затруднения в создании изображения с помощью этой техники; даже малейшие усилия должны быть интересны, оригинальны, приятны. Необходимо очень бережно обращаться с продуктами детского творчества. Что бы ни изобразил малыш, его творению надо уделить внимание, продемонстрировать свое уважение. Ни один день у нас с детьми не обходится без музыки. **Музыкотерапия,** как активная, так и пассивная, индивидуальная и групповая, играет огромную роль, своим влиянием на чувствительные зоны организма создает все условия для психических изменений организма. Воздействие музыки на жизнь ребенка всеобъемлюще. Дети с большим удовольствием слушают музыку, любят играть на музыкальных инструментах. Очень интересно наблюдать за маленькими «композиторами». Они перевоплощаются до неузнаваемости, их очень увлекает процесс создания музыки. Пусть не всегда их музыкальные произведения могут порадовать слух. Это не важно. Мы слушаем не музыку, а личность, которая выражается в спонтанном музыкальном произведении. Эти музыкальные произведения так и хочется назвать «музыкой детской души». Они помогают проникнуться переживаниями ребенка. В свою очередь ребенок с помощью создания музыки может избавиться от волнующих его эмоций или наоборот поделиться своей радостью с другими. Важным помощником в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья выступает природа. **Гардентерапия** имеет большое значение для коррекционного воздействия на детей нашей категории. Ведь сама по себе природа – это кладовая мира красок, звуков, положительных ощущений, эмоций и многого другого положительного воздействия на человека. Надо только направить его в нужное “русло”. В нашем клубе имеются все условия для гардентерапии. Летом на участках созданы замечательные клумбы с красивыми цветами. В кабинетах красивые «островки» из комнатных растений радуют и детей и взрослых. Дети каждый день любуются красивыми растениями, ухаживают за рыбками в аквариуме и от этого становятся добрее. Формируется гуманное отношение к природе. В своей работе с детьми большое значение придаем игровой терапии. **Игровая терапия** – метод коррекции эмоциональных и поведенческих расстройств у детей, в основу которого положен свойственный ребенку способ взаимодействия с окружающим миром – игра. Из опыта работы можно с уверенностью сказать, что, когда внимание ребенка отвлечено игрой, через проработку в игровой форме тех или иных задач можно, добиться куда больших результатов, чем на занятиях. Потому что игра-это основная сфера деятельности ребенка. Стимулировать детей к игре не приходится, они делают это с удовольствием. Использование дидактических и настольных игр в работе помогает решить много задач:
— развитие саморегуляции;
— развитие речи;
— самовыражение через действия и слова;
— снятие эмоционального напряжения.

Творческий характер занятий помогает ребенку открывать в себе что-то новое, лучше понимать себя, развивать свои отношения с другими детьми и миром. Внедряя в свою педагогическую деятельность здоровьесберегающие технологии, мы придерживаемся **следующих принципов:**

* доступность применения методики;
* систематическое применение;
* последовательность действий;
* совместная работа с родителями;
* комплексное воздействие на все анализаторы.

Только использование всех принципов в совокупности дает стойкий положительный результат в работе с детьми с ОВЗ. Важнейшей задачей современного общества и образовательного учреждения является сохранение здоровья ребёнка с ОВЗ, способного проявлять самостоятельность, физически подготовленного, творчески мыслящего, уверенного в своих силах.
Хочу закончить своё выступление словами **Марины Цветаевой: «Да, то что знаешь в детстве – знаешь на всю жизнь, но и чего не знаешь в детстве – не знаешь на всю жизнь».**Пусть здоровье станет образом жизни для наших детей. А пример такого образа жизни должны показать мы — педагоги!