**Методическая разработка учителя-дефектолога. «Значение использования здоровье сберегающих технологий в коррекционной работе с детьми РАС»**

 **Подготовила:**

 **Учитель-дефектолог**

 **Ильченко В.Д.**

На сегодняшний день приоритетными задачами в программе модернизации российского образования являются: оздоровление ребёнка-дошкольника и культивирование здорового образа жизни.

В соответствии с Федеральными государственными требованиями к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования содержание образовательной области «Здоровье» направлено на достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы здорового образа жизни.

В этой связи весьма актуальным становится вопрос о внедрении в практику работы ДОУ здоровье сберегающих образовательных технологий, то есть такой организации образовательного процесса на всех его уровнях, при которой качественное обучение, развитие и воспитание детей происходят без ущерба их здоровью, и, наоборот, способствуют его укреплению.

В современных условиях проблема сохранения и укрепления физического и психического здоровья детей приобретает глобальный характер.

В процессе коррекционной работы дефектолога возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья детей.

Среди воспитанников с проблемами в речевом развитии высок процент соматически ослабленных детей. Некоторые из них имеют хронические заболевания. Также у большинства детей имеются проблемы с развитием общей и мелкой моторики, нарушения дыхания (поверхностное, ключичное дыхание). Среди воспитанников встречаются гиперактивные или, наоборот, пассивные дети, что обусловлено слабостью нервной системы.

Также у детей наблюдается повышенная истощаемость, дефицит внимания, снижение памяти и работоспособности.

Соответственно возникает необходимость проведения комплексной оздоровительно-коррекционной работы с данными детьми.

 Работа учителя-дефектолога предполагает коррекцию не только речевых расстройств, но и личности детей в целом. Поэтому в течение всего учебного года в работу учителя-дефектолога необходимо включать здоровье сберегающие технологии. При планировании и проведении занятий необходимо учитывать возрастные и психофизиологические особенности детей.

Упражнения, направленные на здоровье сбережения, проводятся в течение 1-2 минут в середине занятия. Возможно музыкальное сопровождение.

Виды работы направленные на здоровье сбережение:

1. Дыхательная гимнастика и дыхательно-голосовые упражнения.
2. Развитие общей моторики. Комплексы физкультминуток подобраны согласно теме недели. Проводятся в игровой форме в середине занятия.
3. Су-Джок терапия. Стимуляция биологически-активных точек расположенных на кистях рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики). Эффективен и ручной массаж пальцев.
4. Самомассаж области лучезапястного сустава и предплечий (поглаживание, растирание, разминание, вибрация).
5. Аурикулотерапия. Система воздействия на точки ушной раковины. Воздействие осуществляется путём массажа ушной раковины (надавливание, растирание) до лёгкого покраснения и появления чувства тепла.
6. Кинезеологические упражнения, направленные на формирование и развитие межполушарного взаимодействия. С этой целью в работе с детьми используется комплекс кинезеологических упражнений: «Колечко», «Кулак-ребро-ладонь», «Лягушка», «Ухо-нос», «Замок». А также упражнения направленные на развитие точности движений пальцев и способности к переключению с одного движения на другое.
7. Развитие мелкой моторики и зрительно-пространственного гнозиса:
— пальчиковые игры согласно лексическим темам занятий;— обводка шаблонов и штриховка изображений согласно лексическим темам.
8. Релаксационные упражнения, направленные на мышечное и эмоциональное расслабление. Используются для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приёмам расслабления различных групп мышц.

В результате проводимой работы по использованию здоровье сберегающих технологий на занятиях у детей формируется уверенность в себе, развивается самоконтроль, умение реализовать намеченные цели, также снижаются и исчезают многие негативные психоневрологические проявления, скованность и тревожность; улучшаются внимание, восприятие; дети учатся видеть, слышать, рассуждать; корректируется поведение и преодолеваются психологические трудности; снимается эмоциональное напряжение; развивается способность к переносу полученных навыков при изучении предметного материала.

Таким образом, применение системы здоровье сберегающих технологий, способствует личностному, интеллектуальному и речевому развитию ребенка.