**Тема: «Здоровьесберегающие аспекты учебной деятельности в коррекционной школе в условиях ФГОС».**

Проблема воспитания здорового поколения приобретает в настоящее время большое значение. С каждым годом увеличивается заболеваемость среди детей. Причины ухудшения здоровья зависят от многих факторов, в том числе и от неправильного отношения населения к своему здоровью и здоровью своих детей, отрицательного влияния окружающей среды, наследственных факторов, нарушения правил здорового образа жизни.

Обучение в школе - серьезная нагрузка для ребенка. Дети мало двигаются, подолгу сидят на месте, у них возникает гиподинамия и нарастает статическое напряжение в мышцах. С каждым годом обучения возрастает необходимость перерабатывать все больший объем зрительной информации, и как следствие - зрительный аппарат ребенка испытывает постоянное перенапряжение. Всё это создает предпосылки для развития у детей отклонений в состоянии здоровья - нарушения осанки, зрения, повышения артериального давления, накопления избыточного веса, увеличивается риск возникновения заболеваний сердечно - сосудистой системы и органов дыхания, нарушения обмена веществ.

Проблемы сохранения здоровья учащихся стали особенно актуальными на современном этапе. Кризисные явления в обществе способствовали изменению мотивации образовательной деятельности у учащихся, снизили их творческую активность, замедлили их физическое и психическое развитие, вызвали отклонения в их социальном поведении. В создавшейся обстановке естественным стало активное использование педагогических технологий, нацеленных на охрану здоровья учащихся.

Здоровьесберегающие технологии обучения - основополагающее условие повышения качества образования в рамках перехода к стандартам нового поколения.

Целью здоровьесберегающих технологий обучения является обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья за период обучения в школе, формирование у него необходимых ЗУН по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

А цель современной коррекционной школы – подготовка детей к жизни. Каждый школьник должен получить за время учебы знания, которые будут им востребованы в дальнейшей жизни.

Достижение названной цели в сегодняшней школе может быть достигнуто с помощью технологий здоровьесберегающей педагогики, которые рассматриваются как совокупность приемов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья учащихся.

Здоровьесберегающие технологии дают возможность предотвратить перегрузки и усталость у школьников, а также помогают детям осознать важность сохранения здоровья.

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это система воспитательно – оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья обучающихся.

Данные технологии включают: мониторинг состояния здоровья детей, своевременную помощь в коррекции; благоприятный психо-эмоциональный климат для комфортного пребывания детей с ОВЗ, организация рационального учебно – воспитательного процесса, организация рационального двигательного режима.

Здоровьесберегающие образовательные технологии на уроке или на занятиях – это технологии сохранения и стимулирования здоровья, они включают: дыхательную гимнастику; динамические паузы; развитие общей и мелкой моторики; Су Джок терапия; «Сухой» бассейн.

Коррекционно - развивающие технологии включают: артикуляционную гимнастику; логоритмику; игротерапию; песочную терапию; психогимнастику; релаксацию.

Здоровьесберегающее обучение:

- направлено на - обеспечение психического здоровья учащихся;

- опирается на - природосообразности, преемственности, вариативности, прагматичности (практической ориентации); достигается через - учёт особенностей класса (изучение и понимание человека); создание благоприятного психологического фона на уроке; использование приёмов, способствующих появлению и сохранению интереса к учебному материалу; создание условий для самовыражения учащихся;

- приводит к - предотвращению усталости и утомляемости; повышению мотивации к учебной деятельности; прирост учебных достижений;

- педагогика сотрудничества - её можно рассматривать как создающую все условия для реализации задач сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов.

Здоровьесберегающие технологии – это совокупность приёмов, методов, методик, средств обучения и подходов к образовательному процессу, при котором выполняются как минимум 4 требования:

1. Учёт индивидуальных особенностей ребёнка.
2. Привитие знаний ребёнку в умении самостоятельно защищать себя от стрессов, обид, оскорблений, обучение его средствам психологической защиты.
3. Не допускать чрезмерной изнуряющей физической, эмоциональной, интеллектуальной нагрузки при освоении учебного материала.
4. Обеспечение такого подхода к образовательному процессу, который гарантировал бы поддержание только благоприятного морально - психологического климата в коллективе.

Педагоги, использующие эти технологии, ограждают детей от перегрузок и переутомления на уроках. Благодаря этому у детей развиваются внимание, память, воля, творческое воображение, происходит формирование самостоятельности мышления, свободы суждений.

Для того чтобы быть здоровыми, детям нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления. И этому искусству должно уделяться как можно больше внимания.

*Какие же ориентиры я использую на уроках?*

Использование игровых технологий и оригинальных заданий. В своей практике широко использую нестандартные уроки: уроки – игры, уроки – соревнования, уроки – конкурсы, уроки – экскурсии и другие.

Приемы с элементами соревнования, благотворно влияющие на здоровье можно использовать и на других уроках.

Применение игровых технологий на уроках в комплексе с другими приемами и методами организации учебных занятий укрепляет мотивацию на изучение предмета, помогает вызвать положительные эмоции, увидеть индивидуальность детей.

Создание благоприятного психологического климата на уроке. Пожалуй, одним из важнейших аспектов является именно психологический комфорт учащихся во время урока. С одной стороны, таким образом, решается задача предупреждения утомления учащихся, с другой — появляется дополнительный стимул для раскрытия творческих возможностей каждого ребенка.

Доброжелательная обстановка на уроке, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция учителя на желание ученика выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор.

Для подготовки к уроку пользуюсь рекомендациями, которые связаны со здоровьесберегающей педагогикой.

Обстановка и гигиенические условия в классе должны соответствовать норме (температура и свежесть воздуха, рациональность освещения спортивного зала, наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей). Умение учителя использовать возможности показа видеоматериалов. Темп и особенности окончания урока. Проведение рефлексии настроения и эмоционального состояния целесообразно в начале урока с целью установления эмоционального контакта с группой и в конце деятельности.

Учителям, освоившим эту технологию, становится и легче и интереснее работать, поскольку исчезает проблема учебной дисциплины и происходит раскрепощение учителя, открывается простор для его педагогического творчества.

Использование вышеперечисленных здоровьесберегающих технологий при проведении коррекционно-развивающей работы с обучающимися с ОВЗ, а также создание наиболее разнообразной, интересной для ребёнка развивающей среды способствует повышению работоспособности детей; развитию психических процессов; формированию, развитию двигательных умений и навыков и в итоге, способствует социальной адаптации детей с ОВЗ в условиях ФГОС.

В заключение, хочется сказать: «Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым».