

Шаймарданова Ирина Магруфовна

учитель

ГБОУ Нефтекамская коррекционная школа-интернат

для обучающихся с ОВЗ

г. Нефтекамск, Республика Башкортостан

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ НА ДОМУ

***Аннотация:** в статье раскрываются особенности использования и организации здоровьесберегающих технологий при индивидуальном обучении умственно отсталых детей на дому.*

***Ключевые слова:** здоровьесберегающая технология, умственная отсталость, индивидуальный план, коррекция.*

Умственно отсталый ребёнок, как и всякий ребёнок, растёт и развивается, но его развитие замедляется с самого начала и идёт на дефектной основе, что порождает трудности вхождения в социальную среду. Обучение на дому – это форма образования, которую ребенок получает в домашних условиях, а сам процесс обучения осуществляется по индивидуальному учебному плану. Рекомендуется детям, которые по медицинским показателям не могут непосредственно обучаться в образовательном учреждении. Задачей индивидуального обучения на дому является освоение учащимися образовательных программ коррекционного обучения. Дети, которые обучаются на дому зачастую сильно отличаются от сверстников обучающихся в той же коррекционной школе. У них чаще наблюдаются нарушения эмоционально-волевой сферы, раздражительность, агрессивность, негативизм, немотивированные колебания настроения, недоразвитие высших психических функций, отставание в развитии двигательной сферы, недостаточно развитая моторика пальцев рук, недоразвитие речи.

В коррекции психического и физического состояния умственно отсталого ребенка эффективно помогает использование здоровьесберегающих технологий,

именно они значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей.

Здоровьесберегающие технологии – это целостная система воспитательных, оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка, педагога и родителей.

Выбор здоровьесберегающих технологий зависит от индивидуальной программы обучения, конкретных условий, а также от заболеваемости ребёнка. При проведении уроков со своими обучающимися придерживаюсь основных принципов здоровьесберегающего урока, которые направлены на укрепление физиологического и психологического здоровья. Это принцип: двигательной активности; оздоровительного режима; формирования правильной осанки и навыков рационального дыхания; психологической комфортности; опоры на индивидуальные особенности и способности ребёнка. В учебный процесс включаю мышечную релаксацию, дыхательную гимнастику, артикуляционную гимнастику, пальчиковую гимнастику, упражнения на развитие высших психических функций (внимания, памяти, мышления), физкультминутки, упражнения для профилактики зрения.

Проведение на уроках физкультминуток позволяет повысить общий тонус, моторику, способствуют тренировке подвижности нервных процессов. Благодаря им развиваются внимание и память, создаются положительный эмоциональный настрой, снимается психоэмоциональное напряжение. Обращаю внимание на содержание и продолжительность физкультминуток, а также на эмоциональный климат во время проведения и наличие желания их выполнять. Физкультминутку как элемент двигательной активности предлагаю детям для переключения внимания на другой вид деятельности.

Дыхательная гимнастика также оказывает благотворное влияние, так как от правильного дыхания во многом зависит здоровье человека, его физическая и умственная деятельность. Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмально-речевого дыхания (оно считается наиболее правильным типом дыхания). Ведётся работа над развитием силы, плавности,

длительности выдоха. Кроме оздоровительного значения, выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей работы над коррекцией звукопроизношения.

Артикуляционная гимнастика при регулярном выполнении помогает улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость); улучшает подвижность артикуляционных органов; укрепляет мышечную систему языка, губ, щёк.

Выполнение пальчиковой гимнастики стимулирует развитие речи, а также игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи. Ребенок учится концентрировать своё внимание и правильно его распределять. В результате кисти рук и пальцы приобретают силу, хорошую подвижность и гибкость, а это облегчает овладение навыком письма. Пальчиковую гимнастику часто провожу с использованием разных предметов, таких как грецкие орехи, деревянные палочки, спички, очищенные от серы. В начале уроков письма провожу самомассаж учащимися кистей и пальцев рук массажером Су-Джок.

Использование в работе с детьми с умственной отсталостью здоровьесберегающих технологий позволяет предотвратить переутомления, снимать стрессы, сохранять и восстанавливать психическое и эмоциональное равновесие детей.

Список литературы

1. Брунов Б.П. Воспитание детей с проблемами в интеллектуальном развитии: Учебное пособие. – Красноярск, 2006.
2. Никишов А.И. Методика обучения и воспитания обучающихся с интеллектуальными нарушениями / А.И. Никишов, В.Ф. Шалаев. – М.: Просвещение, 2012.
3. Протопопова В.А. Управление здоровьесберегающим образовательным пространством современной школы. – Волгоград: Учитель, 2004.
4. Селевко М.Т. Современные образовательные технологии. – Ярославль, 1998.