**Здоровьесберегающие технологии в ходе коррекционно-развивающей работы**

**с детьми с ограниченными возможностями здоровья**

 Дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) – это дети, состояние здоровья которых препятствует освоению образовательных программ вне специальных условий обучения и воспитания. Группа дошкольников с ОВЗ чрезвычайно неоднородна. Это определяется тем, что в нее входят дети с разными нарушениями развития: нарушениями слуха, зрения, речи, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, c выраженными расстройствами эмоционально-волевой сферы, включая РДА, с задержкой и комплексными нарушениями развития.

Отклонения от нормы у детей раннего и дошкольного возраста сказываются на их дальнейшем психическом и интеллектуальном развитии, что имеет не только медицинское и педагогическое, но и социальное значение.

В настоящее время задача сохранения и укрепления здоровья детей - как физического, так и психического-, приобщения их к здоровому образу жизни и овладению современными здоровьесберегающими технологиями в нашем дошкольном образовательном учреждении является одной из значимых и приоритетных. Она представляет собой целостную систему воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребенка и ребенка, ребёнка и педагога, ребёнка и родителей. Я предлагаем использовать следующие коррекционно-развивающие и здоровьесберегающие образовательные технологии.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

* логоритмика направлена на коррекцию общих и мелких движений, развитие координации «Речь - движение» (инструктор по физической культуре, воспитатели, учитель-дефектолог, учитель-логопед);
* динамические паузы проводятся во время проведения непосредственной образовательной деятельности (НОД). Они могут включать элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики (инструктор по физической культуре, воспитатели, учитель-дефектолог, учитель-логопед);
* пальчиковая гимнастика проводится ежедневно. Пальчиковые игры и упражнения являются мощным средством повышения работоспособности коры головного мозга, влияют на центры развития речи. Развивают ручную умелость, помогают снять напряжение (воспитатели, учитель-дефектолог, учитель-логопед);
* дыхательная гимнастика также используется в процессе НОД. Ритмичные и шумные вдохи и выдохи способствуют насыщению организма кислородом, улучшают обменные процессы, психоэмоциональное состояние, выводят из стресса (воспитатели, инструктор по физической культуре, учитель-дефектолог, учитель-логопед);
* гимнастика для глаз – ежедневно по 3-5 мин. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога (воспитатели, инструктор по физической культуре, учитель-дефектолог, учитель-логопед);
* бодрящая гимнастика – после дневного сна, 5-10 мин. Форма проведения различна: упражнения на кроватях, ходьба по дощечкам и др. (воспитатели, инструктор по физической культуре). Технологии обучения здоровому образу жизни;
* образовательная деятельность проводится 2-3 раза в неделю в спортивном зале или на спортивной площадке. Это специально организованное, развивающееся во времени и в рамках образовательной системы взаимодействие детей и педагогов, направленное на достижение целей здоровьесбережения и здоровьеобогащения (воспитатели, инструктор по физической культуре);
* самомассаж предплечий, кистей и пальцев рук. Улучшает координацию движений, восстанавливает ослабленные мышцы, помогает снять излишнее напряжение, развивает внимание (воспитатели, инструктор по физической культуре, учитель-дефектолог, учитель-логопед);
* проектная деятельность – проводится по мере планирования. Процесс направлен на обеспечение физического, психического, социального благополучия ребенка. Например, проект «Все на свете я смогу, я здоровье берегу» (воспитатели, инструктор по физической культуре, родители, учитель-дефектолог);
* игротерапия – в свободное время. Игра может быть организована незаметно для ребенка посредством включения в игровую деятельность (воспитатели). Коррекционные технологии:
* артикуляционная гимнастика– осуществляется в процессе НОД. Гимнастика способствует выработке качественных полноценных движений органов артикуляции, тренировке мышц речевого аппарата (воспитатели, учитель-дефектолог, учитель-логопед);
* технологии музыкального воздействия проводятся в различных формах совместной деятельности. Это вспомогательное средство используется как часть других технологий. Снимается напряжение, повышается эмоциональный настрой (воспитатели, инструктор по физической культуре);
* кинезиологическая гимнастика рекомендуется во время проведения логопедических занятий и в процессе образовательной деятельности. Она активирует межполушарное взаимодействие, различные отделы коры головного мозга. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения (воспитатели, инструктор по физической культуре, учитель-дефектолог, учитель-логопед);
* психогимнастика (мимика и пантомимика) – в процессе образовательной деятельности. Мимика тесно связана с артикуляцией. Желание ребенка изображать на лице различные эмоции способствует развитию у него не только мимической, но и артикуляционной моторики (инструктор по физической культуре, воспитатели. учитель-дефектолог, учитель-логопед). Происходит соединение речедвигательного и слухового анализаторов, формирование естественной речи с выраженной интонационной и ритмической стороной (инструктор по физической культуре, учитель-дефектолог, учитель-логопед ).

Таким образом, применение в работе здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, обеспечивает индивидуальный подход к каждому ребенку. Использование указанных здоровьесберегающих технологий при проведении коррекционно-развивающей работы, а также создание наиболее разнообразной, интересной для воспитанников развивающей среды способствует решению задач их гармоничного развития более результативно.