**«Использование коррекционно-развивающих технологий**

**в работе с обучающимися с нарушением зрения»**

Наше будущее – это наши дети. Цель современной школы- подготовка детей к жизни… К жизни в мире, полном огромного объёма информации.

Наша задача – помочь детям овладеть не только багажом интеллектуальных знаний общеобразовательного цикла, но и умениями, знаниями и навыками здоровьесбережения.

На достижение этих целей и ориентированы здоровьесберегающие технологии.

**Цель:** Формирование у обучающихся осознанного отношения к здоровью, как ведущей ценности и мотивации к здоровому образу жизни, накоплении знаний о здоровье.

**Задачи:** Охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма.

***Все виды занятий – кропотливый, интересный труд, который развивает внимание, мышление, память, совершенствует сенсомоторику – согласованность в работе глаза и руки, координации движений, их точность.***

#### **1. Нейрогимнастика — Образовательная Кинезиология**,это комплексная система игровых групповых занятий для детей, способствующая укреплению и расширению резервов организма, гармоничному развитию ребенка.

#### Американскими психологами Полом и Гейлом Деннисон, была разработана программа **Нейрогимнастики - "Гимнастика мозга"**. Это методика активации природных механизмов работы мозга с помощью физических упражнений, объединение движения и мысли.

 **Каждое занятие начинается с нейрогимнастики,** **включает в себя:**

1. Упражнения, направленные на стимуляцию различных участков головного мозга с целью активизации развития памяти, внимания, мышления, воображения, речи, координации, моторики.

2. Синтез лучших упражнений из детской йоги, направленных на гармоничное физическое развитие и достижение эмоционального равновесия ребенка.

**Упражнения: «Крюки», «Колено – локоть», «Слон»**,  **«Ленивые восьмерки для глаз», «Ленивые восьмерки для письма» (на доске).**

**2. ЗРИТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА**

* способствует быстрому снятию зрительного утомления
* улучшает кровоснабжение глазных яблок
* развивает зрительную координацию;
* укрепляет мышцы глаз
* улучшает циркуляцию крови и внутриглазной жидкости глаз
* нормализует тонус глазодвигательных мышц

**3. Дыхательная гимнастика.** Дыхательные упражнения способствуют расслаблению, помогают [освободиться от тревоги](http://www.psychologos.ru/articles/view/snyatie_trevogi_cherez_rasslablenie) и беспокойных мыслей. В сочетании с позитивной установкой дыхательные упражнения помогают выработать спокойный и позитивный взгляд на жизнь в целом.

\* При выполнении упражнений **активизируются иммунные силы организма**.

\* Гимнастика позволяет **развивать гибкость, пластичность,**

**\* Способствует исправлению нарушений осанки** у детей и подростков за счет активности в процессе выполнения упражнений практически всех групп мышц. Детский организм начинает развиваться оптимальными темпами.

\* **Активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом, бодрит**.

**4.**  **Самомассаж**.

**Главная ценность самомассажа** заключается в том, что он, прежде всего, влияет на нервную систему ребёнка, помогает снять общую усталость, помогает всем органам и системам работать бесперебойно и эффективно.

В работе с обучающимися, большое внимание уделяется игровому самомассажу, который, как и гимнастика, является прекрасным средством профилактики различных заболеваний.

**Игровой самомассаж** - нетрадиционный вид упражнений, помогающий естественно развиваться организму ребенка, морфологически и функционально совершенствоваться его отдельным органам и системам.

**5. Развитие мелкой моторики руки у младших школьников**

**Мелкая моторика** – это согласованные движения пальцев рук. Ребенок со скованными, неумелыми пальчиками отстает в психомоторном развитии, и, прежде всего, у него возникают проблемы с речью. А если учесть патологическую инертность корковых процессов, то проблема развития мелкой моторики становится крайне актуальной.

**Пальчиковые упражнения** в сочетании со звуковой гимнастикой стимулируют умственную деятельность, способствуют хорошему эмоциональному настрою, улучшению произношения многих звуков, а значит - развивают речь.

Чтобы развитие мелкой моторики пальцев рук стало увлекательной игрой, использую разнообразные приемы:

- Пальчиковая гимнастика;
- Перебирание и сортировка разноцветных камешков.

*Рекомендации родителям* - Перебирание и сортировка (рис, пшено, горох, фасоль). Выкладывание из крупы, на фоновой бумаги, различных изображений геометрических фигур, букв, цифр, узоров.

- Нанизывание бус, пуговиц и мелких игрушек;

- Конструирование из палочек различными пальцами;

- Кинезиологические упражнения;

- Упражнения на развитие мелкой моторики руки…

**** 

 ** **

**** 



**6. Су-Джок «Волшебный мячик»**

* Нормализует мышечный тонус
* (что особенно важно для детей с различными двигательными расстройствами, детским церебральным параличом, минимальной мозговой дисфункцией
* Активизирует межполушарное взаимодействие, синхронизирует работу обоих полушарий мозга
* Стимулирует речевые области в коре головного мозга
* Повышает энергетический уровень ребенка, развивает тактильную чувствительность
* Развивает познавательную и эмоционально -волевую сферы ребенка

**ВЫВОД** - Использование здоровьесберегающих технологий, где движения детей сочетаются с речью, способствуют переключению на другой вид деятельности, повышению работоспособности, снятию нагрузки, тренируют психические процессы (память, внимание, слуховое восприятие).

- Массаж, пальчиковые игры, пальчиковый тренинг способствуют освоению детьми элементов самомассажа, оказывают оздоровительное воздействие на организм ребенка, улучшают функции рецепторов проводящих путей. Массаж является одним из видов пассивной гимнастики. Под его влиянием в рецепторах кожи и мышцах возникают импульсы, которые, достигая коры головного мозга, оказывают тонизирующее воздействие ЦНС, в результате чего повышается её регулирующая роль в отношении работы всех систем и органов.

Любое задание предлагается в игровой форме, которая вызывает у детей интерес, но и за счет положительной эмоциональной стимуляции будет способствовать повышению психического тонуса, а следовательно, и улучшению работоспособности.