**Смехотерапия как нетрадиционная форма работы с детьми ОВЗ**

**по реализации программы сохранения и укрепления здоровья детей**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №18 г.Красноармейска Саратовской области»

Подготовили:

Глухова Светлана Васильевна – заведующий МБДОУ;

Матвеева Ольга Рудольфовна**-**воспитатель подготовительной к школе группы комбинированной направленности.

*Статья, опубликована по материалам выступления на районном методическом объединении учителей-логопедов, посвященном вопросам использования нетрадиционных форм работы с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья.*

Понятие «ограниченные возможности здоровья» стало активно использоваться в последнее десятилетие и за ним стоят нарушения физического и/или психического развития, причем в педагогике и медицине имеются собственные расшифровки, исходящие из специфики задач. Так, в педагогике упор делается на необходимость специальных условий для получения образования каждой из категорий детей [1].

Очевидно, что если у детей уже имеются нарушения развития, ограничивающие его возможности и обусловливающие особые образовательные потребности, необходимо тщательно выбирать технологии и методы работы с данной категорией детей. В широком смысле это определяется термином «здоровьесберегающие образовательные технологии» – технологии воспитания культуры здоровья детей, становления у них осознанного отношения к здоровью. Н.К. Смирнов, автор термина, считал, что эти технологии лежат в основе здоровьесберегающей педагогики, которую он позиционировал не в качестве альтернативы традиционной педагогической системе, а как дополнение, помогающее не только получить детям знания и компетентности, но не навредить при этом их здоровью [2, с. 9].

Таким образом, основным посылом занятий становится отношение к ребенку как к субъекту, а не объекту воспитания и обучения, междисциплинарный подход и собственная активность детей в сочетании с девизом «не навреди».

А разве есть что-то менее вредное, чем смех? Именно поэтому в рамках реализации программ по сохранению и укреплению здоровья детей на своих занятиях я использую такой нетрадиционный метод логопедической работы как смехотерапия (гелотерапия). Это оправдано тем, что дети, имеющие речевые нарушения, бывают скованными, робкими, безынициативными, а смех является мощным терапевтическим средством [3, с. 387].

Смех помогает ребенку обрести уверенность в собственных силах, развить коммуникативные навыки, улучшает его физическое состояние, развивая физиологическое и речевое дыхание, стимулируя моторику и увеличивая познавательную активность. Кроме того, смех заложен от природы: на это указывает факт, что ребенок начинает смеяться задолго до появления речи. Первым опытом смеха становится улыбка, поэтому в начале занятия обычно предлагаю детям выполнить **упражнение «Улыбка»**, цель которого заключается в развитии чувства юмора, снятии внутренних блоков. Прошу детей улыбнуться и удерживать улыбку, даже если не очень хочется. Постепенно ход мыслей и настроение становятся позитивными, а улыбку уже не приходится удерживать – она становится искренней и непринужденной. В ходе упражнения рассказываю детям о том, что улыбку называют тихим смехом, и что смех бывает разным, в том числе возникает и в состоянии стресса, обиды, гнева. Но искренний смех помогает справиться с плохим настроением и обрести друзей

Для профилактики негативного эмоционального состояния, создания эмоционально положительной атмосферы и чувства комфорта предлагаю детям выполнить **упражнение «Смех в ладошке»**. Дети встают в круг и отвечают на рифмованные вопросы. Если ответ «да», дети хлопают в ладоши, если ответ «нет» – приседают. Помимо того, что забавные строчки вызывают у детей искренний смех, сопутствующие движения помогают развивать моторику. В качестве примера можно привести такие вопросы: «На Луне есть города?» «Есть у женщин борода?» «Зубы в дырках от конфет?» «Спать ложимся мы в буфет?» и др.

Развитию физиологического и речевого дыхания способствуют приемы смехойоги. Целью таких упражнений является формирование умения проговаривать звуки на выдохе и расслабляться с помощью дыхания. В этом случае используются не шутки, а дыхательные и двигательные упражнения с ритмичным проговариванием слогов «ха-ха, хо-хо».

Еще одним игровым приемом, который любят дети, является пантомимика, которую я предлагаю им реализовать в **упражнении «Зеркало»**. Целью является развитие навыков анализа нелогичных ситуаций, развитие чувства юмора. Для этого прошу детей изобразить без слов ответы на вопросы: «Когда ты сердишься?» «Когда тебя похвалили?» «Когда ты боишься?» и др.

Завершаю занятие **рефлексией «Шкатулка смеха»**. Сначала объясняю детям, что у каждого человека есть «смехотаблетки» – такие вещи и ситуации, которые вызывают у него искренний смех. Затем предлагаю каждому из детей сказать или изобразить, что вызывает у них смех, и аккуратно сложить все в шкатулку (символически), чтобы потом открывать и радоваться своим сокровищам.

Следует заметить, что перечисленные и другие упражнения всегда вызывают интерес у детей, способствуют снятию напряжения, помогают научиться управлять не только эмоциями, но и мышечным тонусом, и артикуляцией, и голосоподачей, что в конечном итоге способствуют укреплению здоровья и преодолению речевых нарушений. Ведь не зря в народе говорят: «Хочешь дольше жить, чаще «умирай» от смеха!».

**Литература**

1. Новицкая, Л. ОВЗ I, II, III, IV, V, VI, VII, VIII видов и их расшифровка / Л. Новицкая // Российский учебник Lecta. – 2019. – 17 января [Электронный ресурс]. – URL: <https://rosuchebnik.ru/material/ovz-i-ii-iii-iv-v-vi-vii-viii-vidov-i-ikh-rasshifrovka/> (дата обращения 26.10.2021).
2. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы / Н.К. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2003. – 272 с.
3. Поваляева, М.А. Полный справочник. Настольная книга логопеда / М.А. Поваляева. – 6-е изд. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 448 с.