**Тестопластика как один из компонентов здоровьесберегающих технологий в коррекционной школе**

Рузанова Ирина Владимировна,

учитель начальных классов,

ГКОУ школа-интернат №2 г.Сочи,

pro.irina69@mail.ru

Проблема здоровья детей как никогда актуальна. В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно педагог в состоянии сделать для здоровья современного ребёнка не меньше, чем врач. Учитель должен работать так, чтобы пребывание детей в образовательном учреждении не наносило ущерба здоровью учащихся.

Для достижения целей здоровьесберегающих технологий в образовании применяются следующие группы средств:

1. средства двигательной направленности ;
2. оздоровительные силы природы;
3. гигиенические факторы .

Комплексное использование этих средств позволяет решать задачи педагогики оздоровления на занятиях. Хочу поделиться своим опытом работы по здоровьесбережению на занятиях тестопластикой. Тестопластика – это искусство лепки из солёного теста.

Занятия тестопластикой на уроках труда (технологии), во внеурочной деятельности способствуют достижению здоровьесберегающих целей, так как тестопластика – это ещё и метод арт-терапии, который используется в работе с детьми и взрослыми. Арт-терапия – направление в психотерапии, использующее художественное творчество, дословно «лечение искусством». Поэтому использование занятий тестопластикой в аспекте арт-терапии это:

* избавление от стресса;
* преодоление тяжёлых переживаний;
* преодоление негативного эмоционального состояния;
* самопознание и раскрытие внутреннего потенциала;
* развитие творческих способностей;
* разностороннее развитие личности и др.

Почему я выбрала тестопластику для занятий со своими учениками.

Во-первых,

* способствует нормализации тонуса и активизации мелкой моторики;
* при лепке задействованы все десять пальцев, а также обе ладони;
* это полезное и увлекательное занятие, которое активизирует мышление, память, внимание, успокаивает нервную систему;
* манипуляции с тестом снимают мышечные спазмы и напряжение.

Во-вторых, это новые тактильные ощущения. Тесто для лепки гораздо мягче и податливее. Происходит повышение сенсорной чувствительности: улучшается способность тонкому восприятию формы, фактуры, цвета, веса.

В-третьих, тесто – экологически чистый и доступный материал, легко изготавливаемый в домашних условиях. Может долго храниться в полиэтиленовом пакете в холодильнике, ещё дольше – в морозильнике.

В-четвёртых, навыки работы с солёным тестом пригодятся учащимся и дома, уже как социально-бытовые навыки, используемые в повседневной жизни, есть возможность для закрепления гигиенических навыков детей.



В-пятых, развиваются умения позитивного общения и сотрудничества, нравственные стороны личности.

Я опробовала в работе с детьми несколько рецептов солёного теста: классический (вода, мука, соль), солёное тесто с клеем ПВА (клей, вода, мука, соль, подсолнечное масло) и заварное (мука, соль, лимонная кислота, вода, подсолнечное масло). Лучшим считаю заварное тесто: очень эластичное, тактильно приятное, не липнет к рукам, хорошо снимается с рабочей поверхности и самое важное – экологичное, безопасное для детей, если ребёнок вдруг съест или решит попробовать.

Предлагаю рецепт опробованного солёного заварного теста: смешать 2 стакана муки,2 столовых ложки лимонной кислоты,1стакан мелкой соли. Добавить 2 стакана воды и размешать с помощью миксера. Поставить кастрюлю с тестом на небольшой огонь, перемешивать до сгущения. Затем добавить в кастрюлю 2 столовых ложки растительного масла и перемешивать дальше. Когда тесто приобретёт необходимую для лепки консистенцию, снять с огня и продолжить его вымешивать на столе. Тесто готово.

Для работы с солёным тестом нужно подготовить необходимое оборудование и инструменты: стеки и доски для работы с пластилином, салфетки для рук, лотки для воды и кисти для смачивания склеиваемых поверхностей. Дети по возможности помогают мне в этой подготовке. Если нужно, заготавливаю заранее шаблоны. Для нанесения рисунка на изделие можно использовать различный подручный материал: расчёска, зубочистка, колпачок от шариковой ручки, чесноковыжималка, формочки для печенья и т.д. Таким образом расширяется кругозор учащихся: необычное использование «обычных предметов». Для объёмных поделок понадобится проволока или фольга. Готовое изделие сушится в хорошо проветриваемом помещении несколько дней или недель в зависимости от размера изделия, температуры и влажности воздуха или в духовке при температуре 80-100 градусов 2-3 раза по 30-40 минут. После высыхания дети раскрашивают поделки гуашью. Для покрытия готового высушенного раскрашенного изделия используется лак для защитно-декоративного покрытия. К покрытию изделий лаком детей не привлекаю.

Каждое занятие я начинаю с повторения основных правил техники безопасности при работе с солёным тестом и короткой пальчиковой гимнастики. Напоминаю детям, что надо:

* работать спокойно;
* не трогать глаза руками;
* тесто не есть и не пробовать на вкус;
* аккуратно работать стекой;
* не разливать воду на пол, чтобы, вставая, не упасть;
* бережно обращаться с заготовкой из теста, т.к. она хрупкая.

На уроках я приветствую, когда более сильные учащиеся, сделав свою

работу, вызываются помочь тем ребятам, у которых возникают сложности. Так происходит постепенное овладение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, проявляется доброжелательность и двигательная активность учащегося. Во время занятия провожу две музыкальные физминутки, т.к. детям очень нравится выполнять движения под музыку, водим хоровод под любимую песню или играем в классики.

**

Объёмные поделки раскрашивать детям сложнее. Изделие нужно постоянно поворачивать, при этом не трогая его руками. Поделку ставили на салфетку и поворачивали её. Для кого-то это было просто и понятно, а кто-то пытался брать руками и поворачивать окрашенное изделие. На столе всегда была чистая салфетка, чтобы протереть руки.

Для поздравления с Днём защитника Отечества для пап изготовили медали: из раскатанного теста выдавили стаканом круг, колпачком от ручки – отверстие для ленты, оттиск числа 23 сделали с помощью магнитных цифр из набора.

Мамам на Международный женский день сделали небольшие подсвечники для чайных свечей. Обязательно при этом проговорили ТБ при обращении с огнём и с детьми, и с родителями. Медали и подсвечники были подарены родителям. Глаза родителей и детей светились от радости и счастья.

К Светлому празднику Пасхи делали сувенирные яйца - плоские поделки. Для их изготовления использовали бумажные шаблоны. На раскатанное тесто дети накладывали шаблон и по нему вырезали изделие с помощью стеки. Украшали с помощью раскатанных вручную тонких жгутиков и маленьких шариков. Чтобы украшение лучше прилипало к «яйцу», поверхности деталей смачивали водой. Для данных манипуляций с тестом требуется сосредоточенность, внимание, развитая мелкая моторика рук, расчёт, с какой силой нажать на кусочки теста, чтобы они слиплись, но при этом не раздавить само изделие.

 

По окончании работы проводилась выставка поделок, обсуждение. Учащиеся делились своими мнениями об изделиях: чья работа понравилась, почему, делились личным опытом. Таким образом происходит развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей.

После каждого занятия требуется уборка рабочего места. Учащиеся знают, что остатки теста надо сразу складывать в пакет, чтобы не подсохло. Дежурные собирают доски для лепки, стаканчики для рисования, палитры, кисти, моют их, вытирают салфетками - учатся бережному отношению к материальным ценностям.



Учащиеся, которые не могут выполнить такую работу по уборке, делают посильную работу: собирают стеки или использованные в работе салфетки. Самое главное, что дети принимают коллективное посильное участие в уборке после работы и у них формируются элементарные приёмы здорового образа жизни.

Таким образом, очень важно, чтобы каждое занятие не столько научило ребёнка лепке, сколько помогло решить имеющиеся у него проблемы. Чем больше ребёнок творит, тем комфортнее, счастливее и здоровее ему живётся.

Литература

1. Дмитриев А.А. Организация двигательной активности умственно отсталых детей.М.: Советский спорт,1991.32с.
2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе.

1 – 4 классы. М.: «ВАКО», 2004.

1. Кучма В.Р., Степанова М.И. Современные гигиенические подходы к оценке влияния образовательных технологий на здоровье детей. -2005.-С.32-38
2. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М.: АРКТИ, 2005. – С. 272.
3. Киселева Г.Г., Ковалев В.А. Как изучить состояние здоровья школьника?/ Начальная школа, 2007. - № 2. – с. 58 – 61.