МКДОУ детский сад «Журавлик» ст.Евсино

**Стендовый– доклад**

 **" Здоровьесберегающие технологии в коррекционно- логопедической работе с детьми с ОВЗ(ТНР) старшего дошкольного возраста".**

***Подготовила учитель-логопед***

***высшей категории Мишина Е.В.***

 2019

 **Пояснительная записка.**

 *«Здоровье детей — здоровье нации!».*

Известно, что дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Исследования ВОЗ показали, что за последние 10 лет количество детей дошкольного возраста, имею­щих нарушения в состоянии здоровья, увеличилось в два раза, а число дошкольников, не имеющих таких отклонений, уменьшилось в три раза (В. Р. Кучма, М. И. Степанова).В Указе президента РФ от 01.06.2012г. №761 о национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017гг. одним из ключевых принципов является сбережение здоровья каждого ребенка. В Указе отмечено, что в Российской Федерации должны приниматься меры, направленные на формирование у семьи и детей потребности в здоровом образе жизни, всеобщую раннюю профилактику заболеваемости, внедрение здоровьесберегающих технологий во все сферы жизни ребенка. Здоровьесберегающие технологии это один из видов современных инновационных технологий, которые направлены на сохранение и улучшение здоровья всех участников образовательного процесса в ДОУ.Вопрос о внедрении в практику работы логопеда здоровьесберегающих образовательных технологий становится весьма актуальным. Сохранение и укрепление здоровья детей в процессе воспитания и обучения одна из важнейших задач стоящих перед логопедом.

Работая учителем – логопедом в детском саду, при наборе детей в логогруппу и на логопункт, отмечаю, что с годами дети-логопаты, существенно отличаются от наборов детей прошлых лет: дети все чаще встречаются неговорящие, с ослабленным здоровьем, с дизартрией, дети с сенсорной и моторной алалией. Для детей с ОВЗ(ТНР) характерна недостаточная сформированность процессов, тесно связанных с речевой деятельностью, таких как слухоречевая память и внимание, вербально-логическое мышление, нарушение в артикуляционной, мелкой моторике и общей моторике. Многие дети имеют повышенную утомляемость, быструю истощаемость, зажатость мышц, соматическуюослабленность, отставание в развитии двигательной сферы…

Цель использования здоровьесберегающих технологий в работе учителя – логопеда – обеспечение комплекса педагогического воздействия, направленного на преодоление и профилактику речевых нарушений, выравнивание и сохранение психофизического развития детей.

Здоровьесберегающие технологии, влияют на формирование гармоничной, творческой личности, и подготавливают к самореализации в жизни с опорой на ценностные ориентиры, такие как здоровье. Эффективно используя новые возможности, включающие действенные методы в систему коррекционно-развивающего процесса, создается психофизиологический комфорт детям во время занятий, предусматривая “ситуацию уверенности” в своих силах, помогают достигать максимальных успехов в преодолении не только речевых трудностей, но и общего оздоровления детей. Кроме того, альтернативные методы и приемы помогают организовать занятие интереснее и разнообразнее.

Таким образом, здоровьесберегающие технологии в логопедической работе с детьми с ОВЗ, значительно улучшают результативность коррекционной работы, разнообразят приемы и методы логопедического воздействия, и способствуют оздоровлению детей.

**Слайд 2. «Здоровьесберегающие технологии** – это комплекс средств и мероприятий, направленных на укрепление психофизического и психологического здоровья детей» (Виноградова Н.И.)

**Цель:** создание системы работы по сохранению и укреплению здоровья детей с ОВЗ (с тяжелыми нарушениями речи) через использование здоровьесберегающих технологий для повышения эффективности и качества коррекционного воздействия.

 **Задачи:**

* · обучить детей методам и приёмам сохранения здоровья и

восстановления сил:

* · обучить ориентировке в пространстве, в собственном теле;
* · обучить снятию напряжения, развитию переключаемости;
* · обучить правильному дыханию, длительному плавному выдоху;
* · обучить приёмам самомассажа кистей и пальцев рук;

**3слайд.**

**ПРИНЦИПЫ «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

* - принцип «Не навреди!»;
* - принцип сознательности и активности;
* - принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса;
* - принцип систематичности и последовательности;
* - принцип доступности и индивидуальности;
* - принцип системного чередования нагрузок и отдыха;
* - принцип постепенно наращивания оздоровительных воздействий
* - принцип возрастной адекватности здоровьесберегающего процесса

**4слайд**

Изучив педагогический опыт коллег, я выбраланаиболее удобные для себя, виды деления здоровьесберегающих технологий:

-коррекционные технологии

 - технологии сохранения и стимулирования здоровья;

 - технологии обучения здоровому образу жизни;

 **5слайд**

**Коррекционные технологии.**

Используются как часть других технологий, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя, также направлены на коррекцию речи, и того или иного нарушения здоровья ребенка.

К ним относятся:

* Артикуляционная гимнастика
* Биоэнергопластика
* Арт-терапия ( сказкотерапия, цветотерапия,)
* Логопедическая ритмика
* Психогимнастика
* Пропевание звуков, слогов, чистоговорок

**6слайд**

**Технологии сохранения и стимулирования здоровья**.

**Основная цель** этих технологий направлена на становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его. Иными словами, нам важно достичь такого результата, чтобы дети, переступая порог «взрослой жизни», не только имели высокий потенциал здоровья, позволяющий вести здоровый образ жизни, но и имели багаж знаний, позволяющий им делать это правильно.

К ним относятся:

* Динамические паузы
* Дыхательная гимнастика
* Гимнастика для глаз
* Развитие мелкой моторики рук
* Психогимнастика

**7слайд**

**Технологии обучения здоровому образу жизни.**

Данные технологии ориентированы на обеспечение ребенка возможностью сохранения здоровья за период обучения и формирование у него необходимых знаний и навыков по здоровому образу жизни, обучение в использовании полученных знаний в повседневной жизни.

К ним относятся:

* Коммуникативные игры
* Массаж и самомассаж
* Мимический массаж
* Формирование основ Здорового питания.
* Семейное воспитание

Остановлюсь подробнее на каждой технологии:

 **Коррекционная технология.**

**8слайд**

**1.Артикулляционная гимнастика –**уменьшает спастичность (напряжённость)артикуляционных органов, укрепляет мышцыартикуляционногоаппарата, улучшает кровоснабжениеартикуляционных органови их иннервацию **(**нервную проводимость).

Для логопедов это самый главный помощник в коррекции речевых нарушений. И на этом этапе работы включаю упражнения с опорой на подражание, картинку, сказки про язычок. Я предложила детям свою артикуляционную сказку « Спешим к бабушке», со временем дети сами придумывали развитие сюжета, включая новые, изученные упражнения ( как «иголочка», «индюк», «Дрель»… Дети любят научить кого-то…( игрушку).

**9слайд**

**Бионергопластика** -это одновременная работа языка и пальцев рук. «Проекция руки – есть еще одна речевая зона». Формирует речь, психические процессы, развивает моторику рук. Выполнение или невыполнение ребенком определенной артикуляционной позы, говорит о незрелости артикуляционной мускулатуры, о неврологических нарушениях, о стертой степени дизартрии( посинение языка, гиперсаливация…)Биоэнергопластики эффективно ускоряет исправление дефектных звуков у детей со сниженными и нарушенными кинестетическими ощущениями, так как работающая ладонь многократно усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка. Упражнения « Иголочка, чашечка» помогают контролировать детям язычок с помощью руки( «иголочка-язычок» твердая, острая, как напряженный пальчик).

**10слайд**

**Психогимнастика**- это комплекс особых упражнений, направленных на развитие эмоционально-волевой сферы, коммуникативных навыков, а также на борьбу с различными психологическими проблемами.Психогимнастика примыкает к психолого-педагогическим и психотерапевтическим методикам, общей задачей которых является сохранение психического здоровья и предупреждение эмоциональных расстройств у детей.

Психогимнастика помогает детям расслаблять и напрягать мышцы лица( например: «Солнечный зайчик», « Медвежата в берлоге»);мышцы тела: «Тряпичная кукла», «Книжка открыта, книжка закрыта»... «Накачай резиновую куклу», «Любопытная Варвара смотрит влево, смотрит вправо…». Важно соблюдать чередование и сравнение противоположных по характеру движений, сопровождаемых попеременно мышечным напряжением и расслаблением.

Такое чередование движений гармонизирует психическую деятельность мозга: упорядочивается психическая и двигательная активность ребенка, улучшается настроение, сбрасывается инертность самочувствия.

**Динамические паузы**

  Во время занятия, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендую для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида деятельности. Создают необходимую атмосферу, снижающую напряжение .

**Пропевание звуков**, слогов, чистоговорок, небольших стихотворений.

Пение очень полезно для детей с ОВЗ, так как развивает дыхание, голос, формирует чувство ритма и темпа речи, улучшает дикцию, координирует слух и голос. Пение помогает исправлять ряд недостатков: невнятное произношение, проглатывание окончания слов, особенно твердых согласных, а пение на слоги способствует автоматизации звука, закреплению правильного произношения… Я включаю в работу пропевание при автоматизации звуков, слов, чистоговорок на любую мелодию, увеличивая звуковой и текстовый материал…

**11слайд Технологии сохранения и стимулирования здоровья**.

**Дыхательная гимнастика -** комплекс упражнений направленный наразвитие и физиологического и речевого дыхания. Дыхательная гимнастика способствует насыщению кислородом коры головного мозга и улучшению работы всех центров, а также профилактике и лечению заболеваний дыхательной системы. Работа голосового аппарата — это постоянная нагрузка на дыхание. Учащенный дыхательный пульс у детей нарушает ритм и плавность произношения слов и фраз. Неумение управлять дыханием вносит дезорганизацию в произношении звуков. Поэтому регулярные дыхательные упражнения на логопедических занятиях используются не только как общеоздоровительное средство, но и как одно из условий формирования правильной, красивой речи.

Упражнения«Шторм в стакане», «Погреем ладошки», «Футбол», «Устрой праздник», «Выдуй шарик», «Подуй на ветерок»…

 В работе над звуками выработанная воздушная струя у ребенка намного облегчает постановку звуков.

**Слайд 12**

**Кинезиологические упражнения -** это упражнения, направленные на

формирование и развитие межполушарного взаимодействия.

Детям можно предложить следующие упражнения:

«Кулак-ладонь».

Вот – ладошка, вот – кулак!

Все быстрее делай так…

Затем добавляли ребро-кулак…

В начале занятий в первый год обучения у детей с ОВЗ не получалось выполнять эти упражнения даже медленно. Заучивали каждую позицию, а в середине второго года обучения легко освоили « Лезгинку»…

***Гимнастика для глаз*** – комплекс упражнений, направленный на

тренировку глазных мышц и сохранения зрения детей. Включение

упражнений из комплекса гимнастики для глазв непосредственно

образовательную деятельность учителя-логопеда способствует

снятию зрительного напряжения и профилактике нарушений зрения детей

 Главное правило данной гимнастики состоит в том, что двигаться должны только глаза, а голова остается в неподвижном состоянии (кроме случаев, где предусмотрены наклоны головы).

 **Слайд13**

**Развитие мелкой моторики рук: пальчиковые игры, самомассаж кистей и пальцев рук**

Ежедневная систематическая пальчиковая гимнастика способствует улучшению работы речевых центров коры головного мозга.

Развивает память, воображение и фантазию ребенка.

• Кисти рук и **пальцы приобретают силу**, хорошую подвижность и гибкость, исчезает скованность движений.

• Помогает подготовить руку к письму.

Совмещаю пальчиковую гимнастику и стихотворный текст, что стимулирует развитие речи, способствует улучшению артикуляционных движений .

« Есть у любого 2 кулачка, стукнул один другого слегка,

Ну, а ладошки не отстают. Следом за ними весело бьют.

Кулачки быстрее бьют, до чего стараются,

 А ладошки тут как тут так и рассыпаются…» .

Увеличивая темп игры, дети стараются проговаривать текст и выполнять движения по тексту…

**Самомассаж кистей и пальцев рук** –активное механической воздействие на нервные окончания с помощью различных приспособлений: массажных шариков, шестигранных карандашей, сосновых шишек, грецких орехов, прищепок, иппликатора Кузнецова и др.

 Кинестетические импульсы, идущие от пальцев рук,изменяют функцио-нальное состояние коры головного мозга, усиливают еерегулирующую и координирующую функции.Потирание кончиков пальцев успокаивает нервную систему.

**Слайд 14…** Выкладывание рисунков из ваты, мятой бумаги, пластелина, фасоли…)

**Слайд 15.Самомассаж лица и шеи** — один из видов пассивной гимнастики. Оказывает расслабляющее или тонизирующее действие на центральную нервную систему, органов артикуляции. Это массаж, выполняемый самим ребенком, имеющим речевую патологию. Самомассаж лица и шеи готовит мышцы к артикуляционной гимнастике, вызывает прилив крови к ним, помогает ребёнку лучше улавливать ощущения от этих мышц и управлять ими, делает мимику выразительнее, способствует оздоровлению.

**Слайл 16**

**Аурикулотерапия**– система лечебного воздействия на точки ушной

раковины, каждая из которых отвечает за работу какого-либо органа или

системы. Воздействие осуществляется путём массажа ушной раковины

(надавливание, нажимание, растирание) до лёгкого покраснения и появления

чувства тепла. Полезным считается воздействие на противокозелок,

соответствующий полушарной проекции коры головного мозга.

**Слайд 17Улыбкотерапия.**

Очень важна на занятии улыбка логопеда и улыбка самого ребенка. Если ребенок улыбается, то за счет этого звук становится светлым, чистым и свободным. Постепенно его качества переходят и на личность ребенка в результате постоянной тренировки улыбки.

В своей работе я подметила, как воздействует цвет на детей-логопатов. Наши далекие предки заметили, что одни цвета ласкают взгляд, успокаивают, способствуют приливу внутренних сил, бодрят; другие- раздражают…

На своих занятиях успешно использую разноцветные ладошки, по принципу светофора: красный –стоп-молчи. Желтый -приготовься, зеленый - говори. Очень дисциплинирует детей, активизирует ответы, воспитывает выдержку .

**слайд 18, слайд 19Формирование основ Здорового питания.**

На фронтальных и индивидуальных занятиях знакомимся с детьми с продуктами питания, какие продукты полезные, какие вредные, с питательными веществами(белок-«кирпичики» для строительства новых клеток, углеводами-энергия, жирами(«домик»)животными и растительными. В овощах и фруктах находятся витамины:А, В, С… Дети самостоятельно учатся выбирать полезные продукты для завтрака, обеда. Составляем полезное меню. Закрепляем полученные знания в играх:» Полезное-вредное», « Магазин продуктов», собери пазлы-картинки…

Учим правила питания: Не переедать.

Есть много овощей и фруктов, меньше сладостей.

Под запретом вредные продукты, дети объясняют, почему не нужно их есть – чипсы, кока-колы, сухарики…

Учим пословицы про пищу: каша –сила наша.

Хлеба к обеду в меру бери, хлеб драгоценность - им не сори!

**Слайд 20Семейное воспитание**

Вовлечение родителей в систему здоровьесберегающей деятельности через интересные формы взаимодействия и ознакомления их с методами и приёмами работы с детьми. Провожу родительские собрания по ЗОЖ, открытые мероприятия, индивидуальные беседы, даю задания на выполнение с ребенком:

1. Массажа( ребенку и маме, проговариваем текст массажа).

 2.Самомассажа( с речевым сопровождением).

3.Вводить в питание ребенка «правильные» полезные продукты. Готовить с ребенком на кухни блюда. Объяснять что полезно. Что содержат( витамины, минералы… Очень интересную информацию услышала от одной мамы, что мука высшего сорта содержит цинк и повышает гемоглабин. Другая мамочка в видео перечислила все витамины и минералы, содержащиеся в овощах, подсолнечном масле к винегрету).

Результатом такого общения становимся ближе с родителями, детьми, настраиваю семью на здоровый образ жизни, здоровое питание для всей семьи.

**21слайд**

Таким образом, приоритетным в работе с детьми, имеющими речевые нарушения, являются здоровьесберегающие технологии, которые включают в себя не только комплекс мероприятий по сохранению и укреплению здоровья детей, но и дают ребенку возможность обрести уверенность в себе, улучшить результаты коррекции речи. У детей повысилась осведомленность о правилах здорового питания.

Изменились предпочтения детей в питании. Дети охотнее выбирают продукты, полезные для здоровья.

 Возросли показатели памяти, выразительности речи и фонематического восприятия, а значит, применение оздоровления в коррекционной работе является достаточно эффективной, так как способствовало решению главной задачи в логопедической группе - исправлению речи детей.

Проводенная мною работа показывает, что ***использование здоровьесберегающих технологий на коррекционных логопедических занятиях позволяет решить несколько задач:***

• Способствует повышению речевой активности;

• Развивает речевые умения и навыки;

• Снимает напряжение, восстанавливает работоспособность;

• Активизирует познавательный интерес;

• Улучшает концентрацию внимания, снижает трудности переключения с одного вида деятельности на другой;

Развивает мелкую, общую и артикуляционную моторику.

Литература:

1. БеляковаЛ.Н., Гончарова Н.Н., Шинкова Т.Г. Методика развития речевого дыхания дошкольников с нарушениями речи.-М.,2004.
2. Ахутина, Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С.21 – 28.
3. Кувшинова, И.А. Здоровьесбережение как необходимый аспект комплексной реабилитации детей с речевой патологией / И.А. Кувшинова.-М:2009.(библиотека журнала «Логопед».вып.6) 13 с
4. Синягина Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения. - М.; ВЛАДОС.2004.
5. М,М. Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова «Разговор о здоровье и правильном питании» методическое пособие. Медиогрупп2014г
6. Чеботарева О.В. Теоретический семинар "Использование здоровьесберегающих технологий в работе педагога". Сайт Фестиваль педагогических идей «Открытый урок».
7. Формирование основ здорового образа жизни //Управление ДОУ. 2006.№4.