

Элементы здоровьесберегающих технологий в коррекции речи дошкольников.

Выполнила:
Ардашева Е.С. инструктор по физической культуре

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества.

В логопедической практике редко встречаются дети, которых можно назвать абсолютно здоровыми. Дети с речевыми недостатками, как правило, отличаются от своих сверстников по показателям физического и нервно – психического развития. Им свойственны эмоциональная возбудимость, двигательное беспокойство, они имеют проблемы с развитием общей и мелкой моторики, памяти, внимания, а зачастую и мышления.

Решению этих проблем поможет использование здоровьесберегающих технологий. Неслучайно коррекционную педагогику называют еще и лечебной.

Цели здоровьесберегающих технологий предполагают разностороннее и гармоничное развитие и воспитание ребенка, обеспечение его полноценного здоровья, формирование убеждений и привычки к здоровому образу жизни.

Артикуляционная гимнастика

Цель артикуляционной гимнастики- выработка правильных, полноценных движений и определенных положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков и объединение простых движений в сложные.

При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики необходимо соблюдать последовательность, идти от простых упражнений к более сложным.

Проводить их лучше эмоционально в игровой форме, начинать гимнастику следует с упражнений для губ.

Примерные комплексы артикуляционной гимнастики: «*Лопаточка*», «*Чашечка*», «*Вкусное варенье*» и. т. д.

Дыхательная гимнастика

Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепления навыков диафрагмального – речевого дыхания. Оно считается наиболее правильным типом дыхания. Ведется работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей работы над коррекцией звукопроизношения. Предлагаю использовать компьютерную технологию «Бос – Здоровье - детям».

Гимнастика для глаз

Для гимнастики можно использовать мелкие предметы, различные тренажеры. Для проведения зрительной гимнастики можно использовать стихи, потешки.

Целью проведения зрительной гимнастики – является формирование у детей дошкольного возраста представлений о необходимости заботы о своем здоровье, о важности зрения, как составной части сохранения и укрепления здоровья.

Развитие общей моторики

Чаще всего – это движения под небольшие тексты. Комплекс подбирается к каждой лексической теме и проводится целую неделю.

Движения направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции. Сочетание речи с определенными движениями даст ряд преимуществ для детей, посещающих логопедические занятия.

Развитие мелкой моторики

С. А. Сухомлинский писал, что истоки способностей и дарования детей на кончиках пальцев, от них, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источники творческой мысли. Чем больше мастерства в детской руке, тем ребенок умнее.

Систематические упражнения по тренировке движений пальцев, наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи, является мощным средством повышения работоспособности коры головного мозга, влияет на центры развития речи, развивает ручную умелость, помогает снять напряжение.

Самое щадящее, комфортное обучение детей – это обучение в игре. Игра успокаивает, лечит, а в нашем случае стимулирует речь детей. Надо видеть восторженные глаза детей, когда они надевают на пальчик фигурку животного и начинают играть свою роль, говорить.

Причем, с удовольствием участвуют в обучающей игре все, даже робкие дети. Они строят диалоги, сочиняют маленькие рассказы, подбирают слова – действия, слова – признаки.

И даже самый молчаливый застенчивый ребенок рассказывает свою историю о животном, роль которого он играет.

Театрализация логопедического процесса привлекательна тем, что вносит в детские будни атмосферу праздника, приподнятое настроение, позволяет ребятам проявить инициативу, способствует выработке у них чувства взаимопомощи, коллективных умений.

Массаж и самомассаж

Массаж является одним из средств лечебно – профилактической работы, наиболее полно влияет на **здоровье** и самочувствие каждого ребенка. Самомассаж доступен всем, даже малышам.

Упражнения игрового массажа и самомассажа в сочетании с пальчиковыми упражнениями совокупность движений тела, мелкой моторики рук, в сопровождении с текстом обогащают не только внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на развитие памяти, мышления, развивают фантазию, способствуют снятию напряжения.

Релаксация

В использовании приемов релаксации придерживаюсь техники поэтапного перехода в состояние расслабления.

Упражнения выполняются в сопровождении приятной, спокойной музыки. Сначала надо провести релаксационный настрой, затем упражнения.

Комплекс упражнений на релаксацию используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приемами расслабления различных групп мышц.

Умение расслабляться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение, расслабить мышцы, что необходимо для исправления речи.

Су-джок терапия

В последнее время всеобщий интерес к нетрадиционным формам и средствам работы с детьми значительно возрос. Су-джок терапия, обладая высокой эффективностью, безопасностью и простотой, базируется на традиционной акупунктуре и является достаточно хорошей системой самооздоровления. Использование су-джок массажеров, в комплекте с металлическими кольцами, в сочетании с упражнениями по коррекции звукопроизношения и развитию лексико-грамматических категорий способствует повышению физической и умственной работоспособности детей, создаёт функциональную базу для сравнительно быстрого перехода на более высокий уровень двигательной активности мышц и возможность для оптимальной целенаправленной работы с ребёнком.

Приведу несколько вариантов работы с использованием су-джок колец:

- Дети поочерёдно надевают массажные кольца на каждый пальчик, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики, сначала на правой, затем на левой руке.
- Ребёнок зажимает массажные кольца между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию нарушенного звука.

- Дети работают по инструкции взрослого. Надень колечко на мизинец правой руки и т. д. Ребёнок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец. Дети называют, на какую руку и какой палец надето колечко.

Ниткография - как средство развития зрительно-моторной координации.

Несформированность графических навыков и умений мешает ребёнку воплощать в рисунках задуманное, адекватно изображать предметы объективного мира и затрудняет эстетическое восприятие окружающего.

Приём рисования нитью можно использовать как дома, так и на занятиях. Используя этот приём, решаются следующие задачи: совершенствование зрительного восприятия, развитие зрительно-моторной координации, формирование плавности и точности движений, подготовка руки к письму, закрепление навыков рисования, развитие мелкой моторики и воображения, а также связной речи ребёнка.

Результатами данной работы являются: активность и самостоятельность детей, умение находить новые способы для художественной деятельности, умение передавать в работах свои чувства с помощью различных средств выразительности, чёткость изображения, расширение активного словаря детей. Рисование с помощью верёвочки – это творческий процесс, который располагает к развитию основных четырёх слагаемых: развитое художественно-эстетическое восприятие, способность представлять будущий рисунок, владение техническими, изобразительными навыками, опыт общения с миром искусства.

Логоритмика

Логопедическая ритмика является составной частью комплексного метода преодоления речевых нарушений у дошкольников.

Логоритмические занятия вызывают у детей естественные положительные эмоциональные реакции, которые находят свое отражение в мимике.

Занятия логоритмикой укрепляют у логопатов костно-мышечный аппарат, развивают дыхание, мажорные функции, воспитывают правильную осанку, походку, грацию движений.

Сказкотерапия

Она несет в себе важное психологическое содержание «любовь, добро и счастье». Сказка трансформирует героя, превращая слабого в сильного, маленького во взрослого, наивного в мудрого, эти самым открывает ребенку перспективы собственного роста.

Арттерапия

Лечение искусством, творчеством увлекает детей, отвлекает от неприятных эмоций, подключает эмоциональные резервы организма. Работа с природными материалами – глиной, песком, водой, красками.

На занятиях можно использовать следующие арттерапевтические техники:

- красочная живопись с помощью пальцев
- рисование пальчиками на крупе
- отпечатки рук на песке

Игры на песке - одна из форм естественной деятельности ребенка. Строя картины из песка, трогая руками песчинки, придумывая различные истории, ребенок развивает мелкую моторику. А это способствует развитию речи, памяти и внимания, что очень важно для детей с нарушением речи.

Данные технологии развивают у детей все психические процессы, в том числе и речь, развивается мелкая моторика и мускульная память, повышается работоспособность детей, улучшается качество образовательного процесса. Правильно говорящий ребенок – это здоровый ребенок. Использование вышеперечисленных здоровьесберегающих технологий при проведении коррекционно-логопедической работы, а также создание наиболее разнообразной, интересной для ребёнка речевой среды способствует решению задач гармоничного развития дошкольников более результативно и в короткие сроки, активизирует психические процессы и формирует личность ребёнка в целом.