Хоронеко Любовь Анатольевн,
учитель - логопед
ГБДОУ№ 11Пушкинского района СПб

Здоровьесберегающие технологии в логопедической практике

Вопрос о внедрении в практику работы логопеда здоровьесберегающих образовательных технологий с детьми дошкольного возраста с ОНР становится весьма актуальным. Сохранение и укрепление здоровья детей в процессе воспитания и обучения одна из важнейших задач стоящих перед логопедом. Здоровьесберегающие образовательные технологии наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей. Главный их признак – использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем. Их можно выделить в три подгруппы:

●организационно-педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующие предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;

● психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми (сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса);

● учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья .

Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий зависит от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий дошкольного образовательного учреждения (ДОУ), профессиональной компетентности педагогов, а также показаний заболеваемости детей.

Здоровьесберегающие технологии стали неотъемлемой частью логопедической коррекционной работы. В практической работе логопеда доу активно используются как традиционные, так и нетрадиционные методы: • артикуляционная гимнастика;

- пальчиковая гимнастика;
- массаж и самомассаж;
- Су-Джок терапия;
- биоэнергопластика;
- кинезиологические упражнения;
- дыхательная (зрительная) гимнастика;
- элементы логоритмики;
- тактильно-кинестетическая стимуляция ,игровая деятельность.

Эти методы работы принадлежат к числу эффективных средств коррекции, все чаще применяемых в специальной педагогике и помогающих достижению максимально возможных успехов в преодолении не только речевых трудностей, но и общего оздоровления детей дошкольного возраста.

Артикуляционная гимнастика – это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе.

Регулярное выполнение поможет:

- улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию;
- улучшить подвижность артикуляционных органов;
- укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
- уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов.

Дыхательная гимнастика – упражнения, способствующие развитию речевого дыхания, формированию длительного, направленного выдоха.

Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмального – речевого дыхания. Ведётся работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Кроме оздоровительного значения – выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей работы над коррекцией звукопроизношения. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса, оказывает на организм ребенка комплексное лечебное воздействие.

Зрительная гимнастика - специальные упражнения для глаз, способствующие профилактике нарушения зрения, развитию подвижности глаз, восстановлению бинокулярного зрения, снятию утомления с глаз, расслаблению зрительной системы. Упражнения положительно влияют на циркуляцию крови, на тренировку аккомодационных мышц, укрепление глазодвигательных мышц, активизацию и восстановление зрения при косоглазии и амблиопии, а также создают положительный эмоциональный фон, что способствует повышению работоспособности детей и усилению их познавательной активности.

Логоритмика – широко известная и эффективная технология. В результате применения логоритмических упражнений улучшается выразительность движений, ритмичность, четкость, плавность, слитность. Логоритмика является составной частью комплексного метода преодоления речевых нарушений у дошкольников. Специализированная методика логоритмики является средством коррекции речи через тренировку и развитие необходимых качеств общей и речевой моторики. Весь курс логоритмических занятий, благодаря большому количеству двигательных заданий, способствует выработке более тонких динамических характеристик общей и речевой моторики.

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

Занятия логоритмикой укрепляют у логопатов костно-мышечный аппарат, развивают дыхание, моторные функции, формируют правильную осанку, походку, грацию движений. Способствуют развитию ловкости, силы, выносливости, координации движений, организаторских способностей.

Биоэнергопластика - это соединение движений органов артикуляционного аппарата с движениями кистей и пальцев рук. В логопедической практике существенную роль играет развитие у детей кинестетических ощущений органов артикуляции, позволяющих почувствовать различные положения органов артикуляционного аппарата. .Применение этой технологии на этапе автоматизации звуков **тактильно – кинестетической** стимуляции ускоряет процесс автоматизации и дифференциации звуков. Согласованные движения рук и органов артикуляции развивают восприятие, в том числе и пространственное, активизируют и тренируют распределение внимания, развивают межполушарные связи.

Развитие мелкой моторики пальцев рук - вид деятельности, способствующий умственному и речевому развитию, выработке основных элементарных умений, формированию графических навыков. Движения организма и речевая моторика имеют единые механизмы, поэтому развитие тонкой моторики рук напрямую влияет на развитие речи. С.А. Сухомлинский писал, что истоки способностей и дарования детей на кончиках их 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.

С этой целью используются на занятиях игры и упражнения на формирование движений *пальцев руки***.**

- пальчиковые игры с мелкими предметами;
- пальчиковые игры со скороговорками;
- пальчиковые игры со стихами;
- пальчиковая гимнастика;
-самомассаж кистей и пальцев рук с использованием «сухого бассейна»;
- пальчиковый алфавит;
- пальчиковый театр;
- театр теней.

Для развития зрительно– тактильной координации применяется тренажер пальцевых прописей.

Су-Джок терапия - стимуляция высокоактивных точек, расположенных на кистях рук и стопах. Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, коврикам с пуговицами и т.д. На логопедических занятиях происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (колючие шарики с проволочными колечками, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики и т.д.)

Физкультминутки - направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции.

Логопедический массаж – совокупность приемов механического, дозированного воздействия в виде трения, давления, вибрации, проводимых непосредственно на поверхности тела человека как руками, так и специальными аппаратами.

Логопедический массаж используется для ослабления проявления расстройств иннервации мышц речевого аппарата, нормализации мышечного тонуса, увеличения объема и амплитуды артикуляционных движений, уменьшения слюнотечения.

Укреплению здоровья дошкольников способствует применение игровой системы. Движение, активность, изобретательность, социализация заложены в самой системе: покажи, на что похожа эта буква, нарисуй свое восприятие предмета, изобрази свое настроение. Дети на этих занятиях вовлечены в активную познавательную деятельность, не чувствуют усталости, сохраняют энергию на последующее время обучения.

Игровые технологии помогают решать не только проблемы мотивации, развития детей, но и здоровьесбережения, социализации. В игре и через игровое общение у растущего человека проявляется и формируется мировоззрение, потребность

воздействовать на мир, адекватно воспринимать происходящее. В игре независимо от сознания ребенка работают различные группы мышц, что благотворно влияет на здоровье.

Театрально-игровая деятельность:

- - игры-драматизации;
- - сказкотерапия;
- - сопряженная гимнастика – театр пальчиков и языка;
- - куклотерапия.

Эти методы и приемы работы принадлежат к числу эффективных средств коррекции, все чаще применяемых в специальной педагогике и помогающих достижению максимально возможных успехов в преодолении не только речевых трудностей, но и общего оздоровления детей дошкольного возраста. На фоне комплексной логопедической помощи здоровьесберегающие технологии оптимизируют процесс коррекции речи детей, позволяют интереснее и разнообразнее организовывать логопедические занятия, способствуют не только сохранению и укреплению здоровья детей с проблемами в развитии речи, но и улучшению адаптивных и компенсаторных возможностей детского организма.

Литература:

1.Ахутина, Т. В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. 2000. Т. 7. N2. С.21–28.
2.Буденная Т.В. «Логопедическая гимнастика». – СПб., 2003.
3.Гаврючина Л.В. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ». – М.: ТЦ Сфера, 2006
4.Гомзяк О.С. «Комплексный подход к преодолению ОНР у дошкольников». – М., 2009
5.Картушина М.Ю. «Логоритмические занятия в детском саду». - М., 2004.
6.Мальгавко Н.В. «Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми с ОНР» – Журнал «Логопед», 2012- №1.
7.Нищева Н. В. «Система коррекционной работы в логопедической группе для детей с общим недоразвитием речи». – СПб., 2003
8.Пожиленко Е.А. «Артикуляционная гимнастика. Методические рекомендации по развитию моторики, дыхания и голоса у детей дошкольного возраста». – СПб., КАРО, 2007.
9.Панфёрова И.В. «Здоровьесберегающие технологии в логопедической практике». – Журнал «Логопед», 2011 - №2.
10.Татаркина Л. А. «Логоритмика»Запуск речи через пение и движение для детей от двух лет.-Ростов -на Дону, «Феникс», 2021