

«Коррекция нарушений речи дошкольников посредством использования здоровьесберегающих технологий»

В последние годы выявилась устойчивая тенденция к существенному снижению показателей **здоровья** и темпов развития детей **дошкольного возраста**, что обусловлено ухудшением социально-экономических и экологических условий. В связи с этим в настоящее время все более востребованными становятся такие педагогические **технологии**, которые помимо педагогического эффекта предполагают **сбережение здоровья детей**. Возникла необходимость применения новых **технологий здоровьесбережения**, направленных на изучение индивидуальных возможностей организма, обучение приемам психической и физической саморегуляции.

В процессе **коррекционной** работы логопеда возрастает социальная и педагогическая значимость **сохранения здоровья детей**. Поэтому одна из задач логопедической работы – создание такой **коррекционно–образовательной** системы, которая не только бы сохраняла **здоровье ребёнка**, но и *«приумножала»* его.

Здоровьесберегающие технологии влияют на формирование гармоничной, творческой личности и подготовки его к самореализации в жизни с опорой на ценностные ориентиры, такие как **здоровье**. Именно поэтому данные **технологии** являются необходимым аспектом комплексной реабилитации детей с речевой патологией.

В связи с этим актуальным становится вопрос о внедрении в практику логопедической работы с **дошкольниками здоровьесберегающих образовательных технологий**.

Расскажу о тех **здоровьесберегающих технологиях**, которые **используют воспитатели в своей работе**.

Дыхательная гимнастика

Дыхательная гимнастика в **дошкольном** возрасте решает следующие задачи:

1. Повышение общего жизненного тонуса ребёнка, рост сопротивляемости, закалённости и устойчивости детского организма к заболеваниям дыхательной системы;
2. Развитие дыхательной мускулатуры, увеличение подвижности грудной клетки и диафрагмы;
3. Улучшение обмена кислорода в лёгких;

4. Улучшение деятельности сердечно-сосудистой системы и кровообращения;

Важнейшие условия правильной **речи** - это плавный длительный выдох, четкая ненапряженная артикуляция. У учащихся с речевыми **нарушениями** речевое дыхание и четкость **речи обычно нарушаются**. Дыхание становится поверхностным, аритмичным.

Правильное дыхание очень важно для развития **речи**, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса.

Артикуляционная гимнастика

Цель артикуляционной гимнастики:

выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

Биоэнергопластика

Биоэнергопластика – это совместные движения руки и артикуляционного аппарата

Цели:

- укрепление мышц артикуляционного аппарата
- развитие силы, подвижности и точности движений органов, участвующих в речевом процессе
- объединение простых движений в сложные артикуляционные уклады
- развитие координации движений, мелкой моторики пальцев рук
- активизация интеллектуальной деятельности ребенка

-развитие памяти, произвольного внимания, межполушарной взаимосвязи

-формирование умения действовать по словесным инструкциям

Кинезиологическая гимнастика

Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение, наука о развитии умственных способностей и физического **здоровья** через определенные двигательные упражнения

Кинезиологические упражнения направлены на совершенствование высших психических функций мозга, развитие подвижности нервных процессов, и синхронизации работы двух полушарий коры головного мозга. Эти упражнения позволяют выявить скрытые способности ребенка и расширить границы возможностей его мозга. У ребенка формируется быстрота нервных импульсов от рецепторов руки к центру **речи головного мозга**. В результате реализуется внутренняя потребность отражать свою речь в движении, т. е. помогать выразить свою мысль в **речи** и дополнить эмоциональное состояние движением руки, тела, взглядом, кистью и т. п.

Известно, что уровень развития **речи** детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Кинезиология уделяет особое внимание таким упражнениям, в которых **используются** одновременные разнотипные движения рук. Регуляция таких движений осуществляется на уровне головного мозга, в отличие от симметричных содружественных движений, регуляция которых, в основном, происходят на уровне спинного мозга.

Применение кинезиологических упражнений, предполагает соблюдение следующих условий:

- систематичность выполнения;
- постепенное увеличение темпа и сложности;
- точность выполнения движений и приемов;
- чередование учебных действий с кинезиологическими упражнениями

Следует отметить, что значение кинезиологических упражнений особенно велико в **дошкольном возрасте**, пока идет формирование речевой моторной области.

Су-Джок терапия

Су-Джок терапия – регулярное и **опосредованное** воздействие на биоэнергетические точки с целью активизации защитных функций организма, в частности, профилактики и **коррекции речевых нарушений**.

Су – кисть, Джок – стопа. Стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных **приспособлений**: шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики и др. Эффективен и ручной самомассаж пальцев. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека. Кончики пальцев и ногтевые пластины отвечают за головной мозг. Массаж проводится до появления тепла. Чаще всего эта работа осуществляется на занятиях перед выполнением заданий, связанных с рисованием и письмом, в течение 1 минуты.

Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, коврикам с пуговицами и т. д. Такой массаж не только оказывает благотворное влияние на весь организм, но также помогает решать наши **коррекционные задачи**: активизирует мозг, развивает межполушарное взаимодействие, иннервацию речедвигательных анализаторов, способствует развитию **речи**, внимания, памяти, образного и абстрактного мышления, оптико-пространственного восприятия и мелкой моторики рук, так необходимых для успешной подготовки детей к школе.

Пальчиковая гимнастика

Цели пальчиковой гимнастики:

- развитие **речи**;
- формирование правильного звукопроизношения;
- умение быстро и чисто говорить;
- развитие мелкой моторики,
- координации движений;
- развитие памяти, внимания;

- умение согласовывать движения и речь.

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.

Например:

- Выкладывание фасолью по контуру фигуры
- Самомассаж кистей и пальцев рук с **использованием «сухого бассейна»**
- Упражнения с трафаретами
- Игры для развития тактильных ощущений
- Игры с прищепками

Зрительная гимнастика

Цель гимнастики для глаз: профилактика **нарушений зрения дошкольников.**

Задачи:

- предупреждение утомления глаз
- укрепление глазных мышц
- снятие напряжения.
- общее **оздоровление** зрительного аппарата.

Гимнастика для глаз благотворно влияет на работоспособность зрительного анализатора и всего организма.

