**Уважаемые коллеги!**

Разрешите представить вашему вниманию свой педагогический опыт

**по теме «Здоровьесберегающие технологии в логопедической работе».**

Понятие «здоровье» имеет множество определений. Но самым популярным, и, пожалуй, наиболее емким следует признать определение, данное Всемирной организацией здравоохранения**.**

В последние десятилетия наметились тенденции к ухудшению здоровья, как взрослого, так и детского населения. Основными причинами являются экологические проблемы, различные отрицательные бытовые факторы, химические добавки в продуктах питания и т.д.

Большинство дошкольников имеют сложную структуру нарушения звукопроизношения, и все это на фоне ослабленного здоровья. У них слабо сформированы артикуляционная и пальчиковая моторики, трудности в переключаемости движений, а так же отмечается не сформированность речевого дыхания. У детей нет интереса и стимула для преодолений всех этих трудностей, поэтому данная ситуация диктует необходимость поиска механизмов, позволяющих ее решить.

В этой связи весьма актуальным становится вопрос о внедрении здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс на всех его уровнях, при котором качественное обучение, развитие и воспитание детей происходят без ущерба их здоровью, а наоборот способствуют его укреплению.

Учитывая эти проблемы, мною была определены следующие цель и задачи.

Для решения задач я внедрила в свою работу здоровьесберегающие технологии

Использование этих технологий позволяет предотвращать утомляемость у детей, поддерживать познавательную активность, повышать эффективность логопедической работы.

Из большого выбора здоровьесберегающих технологий, я использую в своей работе: артикуляционную гимнастику с биоэнергопластикой, дыхательную гимнастику и различные игры, и массажи для развития мелкой моторики рук.

**Артикуляционная гимнастика**

Артикуляционная гимнастика способствует развитию и укреплению мышц речедвигательного анализатора, что в свою очередь помогает длительному удерживанию артикуляционных поз и правильному звукопроизношению.

Я обратилась к необычному методу и к нестандартному выполнению артикуляционной гимнастики с использованием биоэнергопластики.

В момент выполнения артикуляционного упражнения рука показывает, где и в каком положении находится язык, нижняя челюсть или губы.

Применение артикуляционной гимнастики с биоэнергопластикой способствует привлечению интереса детей к выполнению упражнений, способствует развитию артикуляционной, пальчиковой моторики, совершенствованию координации движений, укреплению мышц артикуляционного аппарата. Проведённая работа доказывает целесообразность применения биоэнергопластики в коррекционной работе для детей с нарушениями речи.

**Дыхательная гимнастика**

Все знают, какую важную функцию в жизнедеятельности человеческого организма выполняет дыхание. Кроме своей основной физиологической функции – осуществление газообмена – дыхание обеспечивает ещё и такую функцию, как речевое дыхание.

Идет тенденция роста речевых нарушений у детей дошкольного возраста, и как следствие нарушения речевого дыхания. Поэтому на своих занятиях я активно внедряю упражнения на дыхание. С учётом того, что дыхание является источником здоровья, основой звучащей речи, то сформировать его надо в оптимальные сроки. Для эффективности работы по формированию речевого дыхания у дошкольников с речевыми нарушениями применяю нетрадиционные подходы.

Правильное речевое дыхание у детей обеспечивает правильное усвоение звуков, помогает верно, соблюдать паузы, сохранять плавность речи, способствуя, формированию самоконтроля и саморегуляции. Все упражнения направлены на осознанное управление всеми фазами акта дыхания через тренировку дыхательных мышц и регулировку работы дыхательного центра, что положительно влияет на оздоровление организма в целом:

**Пальчиковые игры**

У детей на фоне речевых нарушений страдает и пальчиковая моторика. У них страдает переключаемость движений, возникают трудности в удержании карандаша, а так же и в самообслуживание (застегивание пуговиц, завязывание шнурков и т.п.). Так как дети - логопаты очень быстро утомляются, и любые игры на развитие мелкой моторики у них вызывает большую сложность и трудность, то я пришла к тому, что необходимо максимально разнообразить пальчиковые игры, которые будут положительно влиять не только на речь, но и на оздоровления организма в целом.

На своих занятиях я использую

**Пальчиковые игры с мелкими предметами**

На развитие мелкой моторики рук благоприятное воздействие оказывают пальчиковые игры с предметами: мозаика, пирамидки, застёгивание и расстегивание пуговиц, шнуровка, застёгивание молний, игры с карандашами, “Пальчиковый театр”. Пальчиковые игры с предметами развивают координацию движений, пальцы становятся более ловкими, гибкими, дети быстрее овладевают сложными упражнениями, речь детей значительно улучшается.

**Пальчиковые игры со стихотворными текстами**

Гармонизация движений тела, мелкой моторики рук и органов речи способствует формированию правильного произношения, помогает избавиться от монотонности речи, нормализовать её темп, учит соблюдению речевых пауз, снижает психическое напряжение. Я активно использую пальчиковые игры, сопровождающиеся речью и движением. Практикую пособие А.В. Никитиной «Покажи стихи руками», которое направлено на развитие мелкой моторики, и движения рук, а так же на расширение словаря детей по лексическим темам. Дети с большим удовольствием разучивают и показывают данные стихотворения.

**Контрастотерапия**

**Контрастотерапия** - использование контрастных ванн для кистей рук. Стимулирующий эффект основан на переменном воздействии холода и тепла на нервные окончания пальцев рук. Оптимальное сочетание температур 45°С (горячая вода) и 16-18°С (холодная вода). Контрастотерапия положительно влияет как на спокойных детей, так и на детей с повышенной возбудимостью, а так же повышает эмоциональный настрой на логопедических занятиях.

***Массаж кистей и пальцев рук***

 Восточная медицина всегда отличалась своими нетрадиционными способами лечения человека. Они первые придумали применять массаж

Японскими учеными доказано, что массаж каждого пальца положительно влияет на определенный орган (голова, желудок, печень, пол сис и нервн сис, сердце).

Поскольку нервные окончания на пальцах непосредственно связаны с мозгом, то работа рук способствует психическому успокоению.

На своих занятиях я использую систему упражнений для самомассажа, разработанную японским ученым Йосиро Цуцуми:

* Массаж начинается с большого пальца и до мизинца.
* Массаж грецкими орехами: катать между ладонями.

На своих занятиях я использую массаж с помощью губок для мытья посуды, т.к. они имеют гладкую и жесткую стороны, что позволяет активизировать нервные окончание на ладонях.

Так же применяю морскую соль, рисование на песке, сухой бассейн.

Дети с большим удовольствием используют различные формы массажа и самомассажа, что положительно сказывается на их эмоциональном фоне, соответственно и на психическом развитие, а как следствие и на речевом развитии.

**Массажные шарики СУ - ДЖОК**

Одним из эффективных приемов, обеспечивающих развитие познавательной, эмоционально-волевой сфер ребенка является Су-Джок терапия. Профессор Пак Чже Ву, обосновывает взаимовлияние отдельных участков нашего тела по принципу подобия (сходство формы уха с эмбрионом человека, руки и ноги человека с телом человека и т.д.).

Стимуляция точек приводит к излечению. На кистях и стопах располагаются высокоактивные точки соответствия всем органам и участкам тела. Воздействуя на них, мы можем регулировать функционирование внутренних органов. Поэтому, определив нужные точки можно развивать и речевую сферу ребенка.

Здоровьесберегающие технологии в логопедической работе способствуют повышению умственной работоспособности детей, стабилизируют внимание, сглаживают неврологическую симптоматику. Прослеживается позитивная динамика произносительной стороны речи.

**Взаимодействие с педагогами**

Для достижения высоких результатов в логопедической работе я стараюсь вести активную деятельность по внедрению здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс доу.

Педагогам я предлагаю практические знания, которые они могут использовать на своих занятиях для сохранения здоровья ребенка, а так же закрепления навыков в звукопроизношении, полученных на моих занятиях.

Совместно с инструктором по физической культуре нами были проведены две непосредственно образовательные деятельности в бассейне для детей подготовительных групп**.** Я активно включала различные упражнения на дыхание, а проведение в бассейне очень благотворно влияет на оздоровление и укрепление дыхательных мышц**.**

Так же совместно с инструктором по физической культуре было проведено интегрированное мероприятие в спортивном зале. Чередование физических упражнений с упражнениями на дыхание, а так же использование элементов логоритмики положительно влияет на укрепление дыхательных мышц и оздоровление организма ребенка, но и конечно, ускоряет процесс коррекции звуков.

**Взаимодействие с родителями**

Родители для ребенка всегда является авторитетом, и поэтому для достижения высоких результатов в своей работе и повышения мотивации у детей, а у родителей знаний, я активно включаю родителей в коррекционный процесс.

На сайте детского сада <http://sadik.zeya.org/> я систематически выкладываю информацию для родителей. Приглашаю на индивидуальные беседы, где мы вместе учимся постановке и автоматизации звуков с использование здоровьесберегающих технологий

Мной были проведены семинары-практикумы для родителей, на которых родители совместно с детьми выполняли различные игры и упражнения по развитию артикуляционного аппарата, дыхания, мелкой моторики. Изготовили пособия для работы в группе.

**Результативность**

С каждым годом отмечается рост детей с речевыми нарушениями, неправильно сформированным дыханием, плохо развитой мелкой моторикой и все это на фоне ослабленного здоровья. Поэтому использование здоровьесберегающих технологий позволяет мне с каждым годом повышать уровень сформированности звукопроизносительной стороны речи у детей.

***Сравнительная диагностика***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Зачислено** | **Выпущено** | **Оставлено** |
| **2013-2014 г.** | **29** | **25,**  **86 %** | **4**  **14 %** |
| **2014-2015 г.** | **30** | **19**  **63 %** | **11**  **37 %** |
| **2015-2016 г.** | **30** | **22**  **73 %** | **8**  **27 %** |

Логопедические занятия с использованием здоровьесберегающих технологий эффективны при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов.

Работая систематически по коррекции звукопроизношения, я добилась высоких результатов в коррекционной работе и в укреплении организма детей. Проводимая мной работа подтвердила правильность в выборе здоровьесберегающих технологий и использование их в процессе коррекции звукопроизношения и подготовки детей к школе. Поставленная цель выполнена.