**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ КОРРЕКЦИИ РЕЧИ ДОШКОЛЬНИКОВ.**

**Нагоева Т.В.,** учитель-логопед

МБДОУ «Детский сад им.Кирова», п.Октябрьский, Октябрьского района, Пермского края.

Сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения – одна из приоритетных задач педагогики. Здоровье детей зависит не столько от медицинских работников, сколько от всего комплекса биологических факторов и социально-экономических условий, образа жизни. Ребенку в современных условиях сохранить здоровье непросто. Формирование здорового образа жизни должно начинаться в детском саду, а особенно это важно для детей с нарушениями речи, поскольку они соматически ослаблены, а некоторые имеют хронические заболевания.Особенности физического развития детей с речевыми недостатками:

* - нарушение дыхания и голосообразования;
* - нарушения общей и мелкой моторики;
* - расторможенность и заторможенность мышечного напряжения;
* - повышенная утомляемость;
* - заметное отставание в показателях основных физических качеств: силы, скорости, ловкости;
* - нарушение темпоритмической организации движений.

Особенности психического развития детей с речевыми недостатками:

* нарушения оптико-пространственного праксиса;
* - неустойчивость внимания;
* - расстройство памяти (особенно слуховой);
* - несформированность мышления;
* - задержка развития воображения.

Формирование здорового образа жизни невозможно без применения здоровьесберегающих технологий. Насущными проблемами в логопедическом направлении современной коррекционной педагогики являются:

-сохранение физического и психического здоровья детей с нарушением речи;

-нормализация двигательной активности и профилактика гиподинамии;

-коррекция недостатков просодической, выразительной, эмоциональной стороны речи;

-успешная социализация детей с дефектами речи.

Использование здоровьесберегающей технологии 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.

В своей работе использую следующие здоровьесберегающие технологии: релаксационные, мимические и имитирующие упражнения; дыхательную гимнастику, развитие мелкой моторики пальцев рук, массаж и самомассаж, развитие общей моторики.

Для занятий с использованием технологий здоровьесбережения характерны следующие моменты:

Первый этап занятия – организационный. Его цель – введение в тему занятия, создание положительного настроя, пробуждение интереса к познанию, а также коррекция психофизических функций. В организационные моменты полезно включать релаксационные, мимические и имитирующие упражнения. Релаксационные упражнения помогают снять повышенное напряжение у детей. Мимические упражнения улучшают работу лицевых мышц, способствуют развитию подвижности артикуляционного аппарата. Психофизическая гимнастика способствует раскрепощению детей, проявлению своего «я», развитию воображения, преодолению двигательной неловкости. Так же в организационный момент логопедического занятия может быть включена работа по развитию основных движений органов артикуляционного аппарата, которая проводится в форме артикуляционной гимнастики. Многие авторы отмечают взаимозависимость речевой и моторной деятельности, стимулирующую роль тренировки тонких движений пальцев. При планировании работы над развитием руки придерживаюсь целого комплекса упражнений, в который входят: разнообразные пальчиковые игры и упражнения, пальчиковый театр, игры с прищепками, ниткография, Су Джок-терапия. Су – Джок терапия – стимуляция высокоактивных точек соответствующих всем органам и системам , расположенных на кистях рук и стопах. Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, коврикам с пуговицами и т.д. На коррекционных занятиях происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук и стопах ребёнка при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики

Для достижения лучших результатов в работе по постановке звуков, чтобы процесс был более занимательным и увлекал детей, применяется такой метод, как биоэнергопластика – это содружественное взаимодействие руки и языка. По данным А.В. Ястребовой и О.И. Лазаренко движения тела, совместные движения руки и артикуляционного аппарата, если они пластичны, раскрепощены и свободны, помогают активизировать естественное распределение биоэнергии в организме. Это оказывает чрезвычайно благотворное влияние на активизацию интеллектуальной деятельности детей, развивает координацию движений и мелкую моторику.  
Применение 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. Педагог может самостоятельно подобрать движение руки под любое артикуляционное упражнение. Важно не то, что именно будет делать ребенок, а то, как он это сделает. Внимание ребенка привлекается к одновременности выполнения артикуляционных упражнений и движений кисти руки.

Суть этой методики в том, что ко всем классическим артикуляционным упражнениям добавляется движение кисти. Динамические упражнения нормализуют мышечный тонус, переключаемость движений, делают их точными, легкими, ритмичными.  
Одна из таких коррекционных технологий, имеющих здоровьесберегающую направленность, – речевая ритмика, которую можно применять в основной части логопедического занятия.  
Речевая ритмика — это система упражнений, в которых различные движения головы, рук, ног, туловища, сочетаются с произнесением определенного речевого материала. Она была создана для вызывания и закрепления звуков речи у детей, имеющих недостатки слуха, основана на методиках Т.М. Власовой и Л.П. Носковой.

В основе обучения лежит работа над целым словом и его элементами (слогом и отдельными звуками), в ходе которой происходит уточнение и автоматизация произнесения отдельных звуков, что, в свою очередь, приводит к развитию слогового и фонематического анализа и синтеза.  
В научной литературе доказана связь между развитием движений и формированием произношения. Совокупность движений тела и речевых органов способствует снятию напряжения и монотонности речи. Все движения выполняются в определенном ритме и вызывают многообразные кинестетические ощущения: мышечные сокращения языка, гортани, челюстей, пальцев, ног.

Большие возможности в здоровьесбережении детей предоставляет дыхательная гимнастика. Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмально – речевого дыхания (оно считается наиболее правильным типом дыхания). Ведётся работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Кроме оздоровительного значения, выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей работы над коррекцией звукопроизношения.

Обязательно на занятии присутствует физминутка, тесно связанная с темой занятия и являющаяся как бы переходным мостиком к следующей части занятия. Основные задачи физминутки – это: снять усталость и напряжение; внести эмоциональный заряд; совершенствовать общую моторику; выработать четкие координированные действия во взаимосвязи с речью. Упражнения для физминуток должны быть занимательны, хорошо знакомы детям; необходимо обеспечить разные по содержанию и форме физминутки, так как однообразие снижает интерес детей к ним, а, следовательно, результативность. Физминутки могут проводиться в форме общеразвивающих упражнений, подвижной игры, дидактической игры с движением, танцевальных движений, выполнения движения под чтение стихотворений. Чем выше двигательная активность

ребёнка, тем интенсивней развивается его речь. Оздоровительные паузы – физминутки, проводятся в игровой форме в середине занятия. Они направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции. Сочетание речи с определёнными движениями даёт ряд преимуществ для детей, посещающих логопедические занятия.

При систематическом проведении массажа улучшается функция рецепторов проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами. Виды развивающего массажа, используемые в логопедической практике:

* массаж и самомассаж лица;
* массаж и самомассаж кистей и пальцев рук;
* плантарный массаж (массаж стоп);
* аурикулярный массаж (массаж ушных раковин);
* массаж язычной мускулатуры.

Порой нам стоит огромных усилий контролировать свои эмоции, сдерживаться, скрывать их от посторонних. Чтобы научить малыша сдерживать, контролировать свои эмоции, дайте ему почувствовать этот "контроль" и как он "работает" в игровой форме. Упражнение детей в умении изображать выразительно и эмоционально отдельные эмоции, движения, коррекция настроения и отдельных черт характера. Прежде всего, такие занятия показаны детям с чрезмерной утомляемостью, истощаемостью, непоседливостью, вспыльчивым, замкнутым, с неврозами, нарушениями характера, легкими задержками психического развития и другими нервно-психическими расстройствами, находящимися на границе здоровья и болезни. Психогимнастика, прежде всего, направлена на обучение элементам техники выразительных движений, на использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств и на приобретение навыков в само расслаблении. Психогимнастика помогает детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дает возможность самовыражения

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.

## ЛИТЕРАТУРА.

1. Нетрадиционные методики в коррекционной педагогике. / Составитель М. А. Поваляева. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2006. – 349 с.
2. Выготская, И. Г. Устранение заикания у дошкольников в игровых ситуациях: книга для логопеда. / И. Г. Выготская, Е. Л, Пеллингер, Л. П. Успенская. - М. : Просвещение , 1993. - 223 с.
3. Крупенчук, О. И. Научите меня говорить правильно! Пособие по логопедии для детей и родителей. / О. И. Крупенчук. - Спб.: Издательский дом «Литера», 2001. - 208 с.
4. Узорова, О. В. Пальчиковая гимнастика. / О. В. Узорова, Е. А. Нефёдова. - М., Аст, Астрель, 2002. – 94 с