Будько Татьяна Викторовна

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по одному из направлений развития воспитанников № 9 «Аленка» города Вятские Поляны Кировской области

Российская Федерация, Кировская область, город Вятские Поляны

Консультация для педагогов

«Нетрадиционные методики и здоровьесберегающие технологии на логопедических занятиях»

Речь в жизни человека играет исключительно важную роль – она служит основным средством общения людей. Ребёнок с хорошо развитой речью легко вступает в общение с окружающими, он может понятно выражать свои мысли и желания. И наоборот, невнятная речь ребёнка затрудняет его взаимоотношения со сверстниками и взрослыми людьми и даже накладывает отпечаток на характер человека в целом. Поэтому, очень важно, чтобы дети как можно раньше овладели родной речью, говорили правильно, четко, выразительно. Но, к сожалению, в последнее время, большая часть детей имеет задержку речевого развития, вредоносно влияющую не только на устную (импрессивную и экспрессивную), но и на письменную речь.

Среди таких детей, как правило, высок процент тех, у кого имеются проблемы с развитием общей и мелкой моторики, памяти, внимания, а зачастую и мышления. Соответственно возникает необходимость проведения комплексной оздоровительно-коррекционной работы с данными детьми.

Раскрывая понятие здоровьесберегающие образовательные технологии, важно отметить, что речь идет не о какой-то одной универсальной и чудодейственной технологии, а комплексной системе, направленной на коррекцию и профилактику речевых нарушений, личностное развитие ребенка и сохранение его здоровья.

Конечно же, использование здоровьесберегающих технологий на логопедических занятиях велико.

Находясь на границе соприкосновения педагогики, психологии и медицины логопедияиспользует в своей практике, адаптируя к своим потребностям наиболее эффективные, как традиционные, так и не традиционные для неё методы и приёмы смежных наук, помогающие оптимизировать работу учителя-логопеда.

Сегодня, я вам хочу рассказать как о традиционных, так и о нетрадиционных методиках, применяемых в логопедии.

Нейропсихологи советуют начинать работу именно с развития основы, фундамента речи. По мнению Семенович А.В., Ланиной Т.Н. для успешной профилактики и коррекции фонетико-фонематических нарушений необходимо учитывать «онтогенетический принцип развития высших психических функций, предполагающий опору на довербальные стадии развития».

Я начинала работу с развития двигательной активности.

**Развитие общей моторики**. Ведь точное выполнение упражнений для рук, ног, головы, туловища подготавливает работу губ, языка к правильному произношению звуков. Наше тело – это инструмент, который можно и нужно настраивать.

**«Путешествие по телу»**

А теперь я вам буду рассказывать стихотворение, а вы на себе покажите всё, что названо. К чему прикасаетесь – погладьте и помассируйте!

Есть на пальцах наших ногти,  
на руках – запястья, локти,  
Темя, шея, плечи, грудь  
И животик не забудь!  
Бёдра, пятки, двое стоп,  
Голень и голеностоп.  
Есть колени и спина,  
Но она всего одна!  
Есть у нас на голове  
уха два и мочки две.  
Брови, скулы и виски,  
И глаза, что так близки.  
Щёки, нос и две ноздри,  
Губы, зубы – посмотри!  
Подбородок под губой.  
Вот что знаем мы с тобой!

Мы на занятиях учимся чувствовать свое тело и управлять им: качать и вращать головой, туловищем; сначала синхронно, а затем разнонаправлено поднимать и опускать плечи, вращать руками и ногами. Мы выполняем упражнения головой: «Качели», «Яблочко по блюдечку», «Часики»; плечами: «Кузнечики»; руками: «Фонарики», «Мельница», «Кощей»; телом: «Карусели»; ногами: «Рисуем круги» и др.

**Растяжки** нормализуют гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость).

Выполнение растяжек должно проводиться стоя, в щадящем режиме, медленно и плавно, не более 4 раз.

1. «Кошечка» руки тянутся вверх, сначала одну, потом другую, затем обе вместе, как будто кошечка проснулась, потянулась и сказала «Мур - Мяу»
2. Руки в замок, тянуть их вверх, вниз, в стороны; руки накрест в замке, вывернуть их как бы наизнанку; прогнуться назад и тянуть руки в замке вверх; руки в замке за спиной, наклон вперед с максимально возможным поднятием рук вверх.
3. Взять правой рукой за локоть прямую левую руку и тянуть ее руку вправо, то же - с правой рукой.
4. Соединить пальцы домиком и надавливать друг на друга; то же по 1 паре пальцев.
5. Зацепиться пальцами рук друг за друга и тянуть руки в разные стороны, то же по 1 паре пальцев.

Одновременно развиваем **мелкую моторику**. Играем с пальчиками. Ведь уже давно ученые доказали, что чем лучше у малыша развиты тонкие движения руки, тем лучше развит головной мозг, а уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени развития мелкой моторики пальцев рук. Систематические упражнения по тренировке движений пальцев, наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи, является мощным средством повышения работоспособности коры головного мозга. С этой целью используются на занятиях игры и упражнения на формирование движений пальцев руки. Упражнения подбираются в соответствии с лексической темой.

**Глазодвигательные упражнения** позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма. Упражнения «Жмурки», «Вверх-вниз», «Вправо-влево», «Далеко-близко» и др. выполняются стоя, не более 2-3 раз в медленном темпе и щадящем режиме.

Дети учатся следить только глазами, не поворачивая голову, за движением какого-либо предмета (например, игрушки или яркого шарика, надетого на палочку).

Вначале ребенок пассивно следит за рукой взрослого, перемещающего предмет, затем – за своей рукой, направляемой взрослым, наконец – перемещает предмет сам.

Упражнения выполняются сначала одной рукой, потом – другой, потом – обеими вместе. Необходимо внимательно следить за плавностью движения взгляда ребенка и его стабильным удержании на предмете.

1) На несколько секунд широко открыть глаза, затем сильно зажмурить и поморгать.

2) Следить глазами за двигающимся предметом: вверх-вниз, вправо-влево, по кругу, к себе (к переносице) и от себя.

Упражнения выполняются на расстоянии:

а) вытянутой руки;

б) локтя;

в) 10 -15 см от глаз.

3) Прямые руки сложены в замок и вытянуты перед собой, большие пальцы подняты вверх. Движения глаз сочетаются с одновременным поворотом рук в ту же сторону. Затем – на 3-ем этапе – отрабатываются разнонаправленные движения рук и глаз.

4) Слежение за предметом, «рисующим в воздухе» различные геометрические фигуры, знак бесконечности, волны, буквы, цифры и т.п.

Работаем над **артикуляционной моторикой**. Как научить маленького человека правильно, чисто и красиво говорить? Одним из самых простых и доступных средств является артикуляционная или речевая гимнастика. В интересной игровой форме, дети, выполняют упражнения для губ, челюсти, языка, которые укрепляют мышцы, развивают силы, подвижность и дифференцированность движений органов речи.

Многие авторы отмечают взаимозависимость **речевой и моторной деятельности,** стимулирующую роль тренировки тонких движений пальцев. Для достижения лучших результатов в работе по постановке звуков, чтобы процесс был более занимательным и увлекал детей, применяют такой метод как ***биоэнергопластика***– это содружественное взаимодействие руки и языка. По данным Ястребовой А.В. и Лазаренко О.И. 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. Начинать можно с упражнения «Птенчики», поскольку важно научить ребенка открывать рот – это залог произнесения многих звуков и общей внятности речи. Темп выполнения – медленный. Рот открыт – счет до пяти. Рот закрыт – счет до пяти. Постепенно темп выполнения увеличивается. Дети ориентируются на темп, заданный логопедом, на его счет и образец движения руки.

Ко всем классическим артикуляционным упражнениям добавляем движение кисти. Динамические упражнения нормализуют мышечный тонус, переключаемость движений, делают их точными, легкими, ритмичными:

упражнение «Часики» сопровождает сжатая и опущенная вниз ладонь, которая движется под счет влево-вправо.

«Качели» - движение ладони с сомкнутыми пальцами вверх вниз.

«Футбол» - ладонь сжата в кулак, указательный палец выдвинут вперед, под счет кисть руки поворачивается вправо-влево.

Статические упражнения способствуют развитию мышечной силы, динамической организации движения, помогают ребенку принять правильную артикуляционную и пальчиковую позу:

«Улыбка» - пальчики расставлены в стороны, как лучики солнышка. Под счет 1 – пальчики расправляются и удерживаются одновременно с улыбкой 5 сек., на счет 2 – ладонь сворачивается в кулак. И так далее.

«Хоботок» – ладонь собрана в щепоть, большой палец прижат к среднему.

«Жало», «Змейка» – пальцы сжаты в кулак, указательный выдвинут вперед.

«Лопаточка» – большой палец прижат к ладони сбоку, сомкнутая, ненапряженная ладонь опущена вниз.

«Чашечка» – пальцы прижаты друг к другу, имитируя положение «чашечки».

«Парус» – сомкнутая ладонь поднята вверх.

«Горка» – согнутая ладонь опущена.

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. Необходимо привлечь внимание каждого ребенка к одновременности выполнения артикуляционных движений с работой кисти; их ритмичности и четкости. Недопустима малейшая небрежность.

Развивая моторику, мы создаём предпосылки для становления многих психических процессов. Предлагаю, вашему вниманию, еще одну методику, она позволяет выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы возможностей его мозга. **Кинезиология** – наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. **Кинезиологические методы** влияют не только на развитие умственных способностей и физического здоровья, они позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует развитию способностей человека и коррекции проблем в различных областях психики. В частности, применение данного метода позволяет улучшить у ребенка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю. **Кинезиология** – это методика сохранения здоровья путём воздействия на мышцы тела, т.е. путём физической активности. Кинезиологические упражнения – комплекс движений, позволяющий активизировать межполушарное взаимодействие, развивать комиссуры (нервные волокна, осуществляющие взаимодействие между полушариями) как межполушарные интеграторы, через которые полушария обмениваются информацией, происходит синхронизация работы полушарий.

В ходе систематических занятий по кинезиологическим программам у ребёнка исчезают явления дислексии, развиваются межполушарные связи, улучшается память и концентрация внимания.

В связи с улучшением интегративной функции мозга у многих детей при этом наблюдается значительный прогресс в способностях к обучению, а так же управлению своими эмоциями.

Кинезиологические упражнения дают возможность задействовать те участки мозга, которые раньше не участвовали в учении, и решить проблему неуспешности.

В случае, когда детям предстоит интенсивная умственная нагрузка, рекомендуется перед подобной работой применять кинезиологический комплекс упражнений.

Интересно отметить, что человек может мыслить, сидя неподвижно. Однако для закрепления мысли необходимо движение. И.П. Павлов считал, что любая мысль заканчивается движением. Именно поэтому многим людям легче мыслить при повторяющихся физических действиях, например, ходьбе, покачивании ногой, постукивании карандашом по столу и др. На двигательной активности построены все нейропсихологические коррекционно-развивающие и формирующие программы! Вот почему следует помнить, что неподвижный ребёнок не обучается!

**Развитие правильного дыхания**. Учимся правильно дышать. Играя с бабочками, снежинками, корабликами и другими предметами дети учатся быстро, бесшумно вдыхать и правильно, экономно расходовать воздух на выдохе. Игровые упражнения, помогают также развитию голоса.

**«Кораблики».** Наполните таз водой и научите ребёнка дуть на лёгкие предметы, находящиеся в тазу, например, кораблики. Вы можете устроить соревнование: чей кораблик дальше уплыл. Очень хорошо для этих целей использовать пластмассовые яйца от «киндер-сюрпризов» или упаковки от бахил, выдаваемых автоматами. **«Футбол»**. Соорудите из конструктора или другого материала ворота, возьмите шарик от пинг-понга или любой другой легкий шарик. И поиграйте с ребенком в футбол. Ребенок должен дуть на шарик, стараясь загнать его в ворота. Можно взять два шарика и поиграть в игру**: «Кто быстрее»** и др.

**Логопедический массаж*.*** Логопедический массаж – активный метод механического воздействия, который изменяет состояние мышц, нервов, кровеносных сосудов и тканей периферического речевого аппарата. Логопедический массаж представляет собой одну из логопедических техник, способствующую нормализации произносительной стороны речи и эмоционального состояния лиц, страдающих речевыми нарушениями. Массаж используется в логопедической работе с лицами, у которых диагностированы такие речевые расстройства, как дизартрия, в том числе ее стертые формы, ринолалия, заикание, а также нарушения голоса. В целом массаж применяется в коррекционной педагогической работе во всех случаях, когда имеются нарушения тонуса мышц.

Логопедический массаж – часть комплексной психолого-педагогической работы, направленной на коррекцию речевых расстройств. Он может проводиться на всех этапах коррекционного воздействия, но особенно значимо его использование на начальных этапах. Нередко массаж является необходимым условием эффективности логопедического воздействия.

**Самомассаж**. Одним из эффективных направлений по подготовке детей с речевыми нарушениями к письму является самомассаж рук. Под воздействием несложных массажных упражнений достигается нормализация мышечного тонуса, происходит стимуляция тактильных ощущений, а также под воздействием импульсов, идущих в коре головного мозга от двигательных зон к речевым, более благотворно развивается речевая функция.

Высокой эффективностью и безопасностью обладает **су-джок терапия**.

В переводе с корейского языка Су – кисть, Джок – стопа

Эта лечебная система создана не человеком – он только открыл ее, – а самой Природой. В этом причина ее силы и безопасности. На кистях располагаются система высокоактивных точек, соответствующих всем органам и участкам тела.

Их стимуляция оказывает выраженное лечебное и профилактическое действие и обладает рядом неоспоримых достоинств.

Таким образом, Су-Джок терапия – это высокоэффективный, универсальный, доступный и абсолютно безопасный метод самооздоровления и самоисцеления путем воздействия на активные точки, расположенные на кистях и стопах, специальными массажными шарами.

**Релаксация** – произвольное или непроизвольное состояние покоя, расслабленности, связанное с полным или частичным мышечным расслаблением. Возникает вследствие снятия напряжения, после сильных переживаний или физических усилий.

На логопедических занятиях можно использовать релаксационные упражнения по ходу занятия, если у детей возникло двигательное напряжение или беспокойство. Упражнения проводятся под музыку. Умение расслабиться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение, расслабить мышцы, что необходимо для исправления речи.

**«Путешествие на облаке»** Сядьте удобнее и закройте глаза. Два-три раза глубоко вдохните и выдохните. Я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгните на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуй, как ваши ноги, спина, попка удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овевает ваши лица? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть облако перенесет вас сейчас в такое место, где вы будете счастливы. Постарайтесь мысленно увидеть это место как можно более точно. Здесь вы чувствуете себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что-нибудь чудесное и волшебное. Теперь вы снова на своем облаке, и оно везет вас назад, на ваше место в классе. Слезьте с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо вас покатало. Теперь понаблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь, и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

Хочу предложить вашему вниманию еще несколько нетрадиционных здоровьесберегающих технологий.

**Гимнастика Стрельниковой**,

Эта гимнастика – единственная в мире, в которой короткий и резкий вдох носом делается на движениях. Все упражнения выполняются одновременно с коротким и резким вдохом через нос (при абсолютно пассивном выдохе, Вдох производится очень коротко, мгновенно, эмоционально и активно. Главное, по мнению А.Н. Стрельниковой, – это уметь затаить, "спрятать" дыхание. О выдохе совершенно не думать. Выдох уходит самопроизвольно.

**Литотерапия** – это лечение с использованием натуральных природных камней.

В более широком представлении под литотерапией понимают любое использование природных минеральных веществ *(камней, металлов, илов, глин, минеральных вод и т. д.)* с целью их воздействия на организм или сознание человека.

**Песочная терапия** – Песок поглощает негативную психическую энергию, взаимодействие с ним очищает энергетику человека, стабилизирует эмоциональное состояние, позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей и взрослых. Игры с песком способствуют развитию тактильной чувствительности, мелкой моторики пальцев и кистей рук.

**Ароматерапия** – это использование запахов и ароматов для восстановленияорганизма и лечения. Используемые в ароматерапии ароматические масла помогают людям бороться с плохим настроением, стрессами, кожными заболеваниями.

Народный опыт и исследования ученых доказали, что запахи способны управлять настроением и работоспособностью. Поэтому, работая с детьми, нуждающимися в логопедической помощи, у которых в первую очередь имеются нарушения со стороны центральной нервной системы, можно использовать в работе ароматерапию.

**Музыкотерапия.** Музыкотерапия – это воздействие музыки на человека с терапевтическими целями. Музыка способна изменить душевное и физическое состояние человека.

Таким образом, рассмотрев множество приёмов и методов по здоровьесбережению и применению их в практической деятельности, можно сделать вывод, что использование здоровьесберегающих технологий в коррекционной работе с дошкольниками позволяет сделать учебный процесс для ребёнка более комфортным, повышает эффективность обучения, а главное - сохраняет здоровье наших детей.

Здоровье – это главное жизненное благо.

Только здоровый человек может быть свободным, радостным, счастливым!

**Рефлексия**

**«Чемодан, корзина, мясорубка»**

Предлагается три больших листа, на одном из которых нарисован огромный чемодан, на втором – мусорная корзина и на третьем – мясорубка. На желтом листочке, который затем приклеивается к плакату с изображением чемодана, необходимо нарисовать наиболее важный момент, который он вынес от работы и готов забрать с собой и использовать в своей деятельности.

На синем листочке – то, что оказалось ненужным, бесполезным и что можно отправить в «мусорную корзину», т.е. прикрепить ко второму плакату. Серый листок – это то, что оказалось интересным, но пока не готовым к употреблению в своей работе. Что нужно еще додумать, доработать, «докрутить», отправляется по лист «мясорубка».

Листочки пишутся анонимно и по мере готовности приклеиваются участниками самостоятельно.

Библиографический список:

1. Ланина Т.Н. Программа Дельфины //Практическая психология и логопедия 2004 №2 с. 20
2. Использование здоровьесберегающих технологий при работе с детьми имеющими речевые нарушения (интернет – ресурс)