

**Использование
здоровьесберегающих
технологий в
логопедической группе
для детей с ОНР (из
опыта работы)**

**Учитель-логопед
МБДОУ №110
Лукашевич Ольга
Юрьевна**

**Здоровье – это
самое ценное, что
есть у человека.**

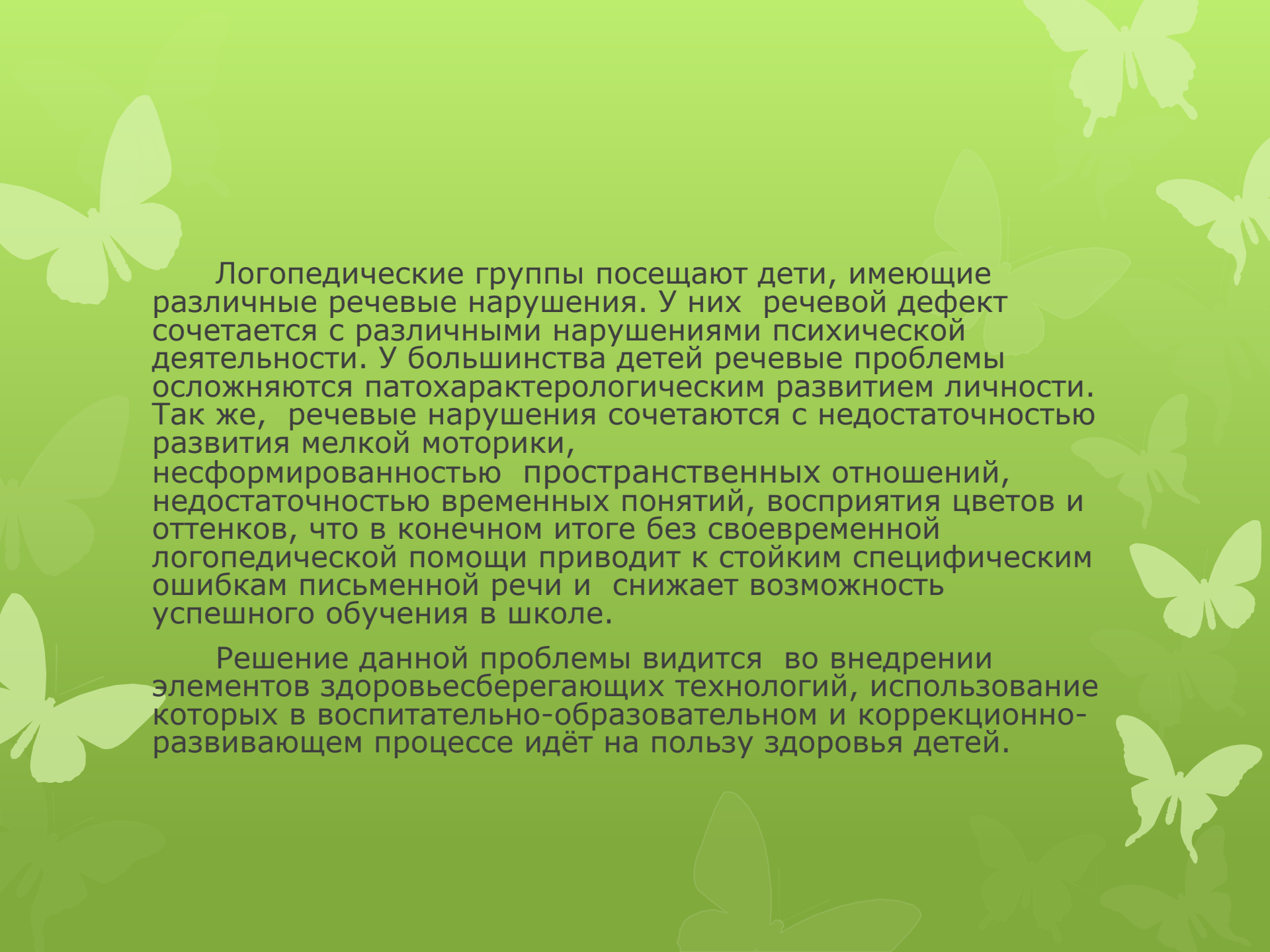
Н.А. Семашко

**Здоровьесберегающие технологии – это
комплекс разнообразных форм и видов
деятельности, направленный на
сохранение и укрепление здоровья
воспитанников ДОУ**

**Любая педагогическая технология должна
быть здоровьесберегающей**

ВИДЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В КОРРЕКЦИОННОЙ ГРУППЕ:

- ▣ **Технологии сохранения и стимулирования здоровья**, способствующие предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний (динамические паузы, гимнастика пальчиковая, дыхательная, для глаз).
- ▣ **Коррекционные технологии** (артикуляционная гимнастика, фонетическая ритмика, психогимнастика, сказкотерапия, куклотерапия, музыкотерапия, песочная терапия)
- ▣ **Технологии обучения здоровому образу жизни** (игротерапия, разные виды массажа и самомассажа).



Логопедические группы посещают дети, имеющие различные речевые нарушения. У них речевой дефект сочетается с различными нарушениями психической деятельности. У большинства детей речевые проблемы осложняются патохарактерологическим развитием личности. Так же, речевые нарушения сочетаются с недостаточностью развития мелкой моторики, несформированностью пространственных отношений, недостаточностью временных понятий, восприятия цветов и оттенков, что в конечном итоге без своевременной логопедической помощи приводит к стойким специфическим ошибкам письменной речи и снижает возможность успешного обучения в школе.

Решение данной проблемы видится во внедрении элементов здоровьесберегающих технологий, использование которых в воспитательно-образовательном и коррекционно-развивающем процессе идёт на пользу здоровья детей.

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

Данный вид гимнастики является одним из самых эффективных средств формирования и коррекции правильного звукопроизношения. В нашей группе артикуляционная гимнастика проводится 3 раза в день как логопедом на индивидуальных занятиях, так и воспитателями. При проведении АГ используем музыку и сопряженные движения руки ребенка. Это повышает эффективность артикуляционной гимнастики. Широкое применение получили «Сказки о Веселом язычке».



ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

Работу над дыханием осуществляют логопед, воспитатели и инструктор по физической культуре. Широко используются «ветерки», дудочки; в группе много пособий для развития правильного речевого дыхания. Родители не остаются в стороне: для них оформлена папка-передвижка.



„Ветер“

Сильный ветер вдруг подул,
Слезки с наших щечек сдул.



И.п.- основная стойка . Сделать полный выдох носом, втягивая в себя живот и грудную клетку.

1-сделать полный вдох, выпячивая живот.

2 –задержать дыхание на 3-4 сек.

3-сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами.

5 раз

ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ

В работе с детьми часто используем электронные презентации. После просмотра обязательно выполняем гимнастику для глаз с целью предотвращения утомления и нарушений зрения.



ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА

Система работы по развитию мелкой моторики руки:

- ❖ Календарно-тематическое планирование пальчиковых игр в старшей и подготовительной группах согласно лексическим темам;
- ❖ Штриховка, обводка, дорисовывание (работа в тетради Л.М. Граб «Развиваем графические навыки»);
- ❖ Различные задания в «сухом бассейне», игры с крупами – «крупотерапия»;
- ❖ Работа с бархатной бумагой и ватой, шнурками.



ДВИГАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

Проведение динамических пауз предупреждает переутомление, служит средством эмоциональной разрядки, снимает статическую нагрузку, раскрепощает моторику и речь детей.

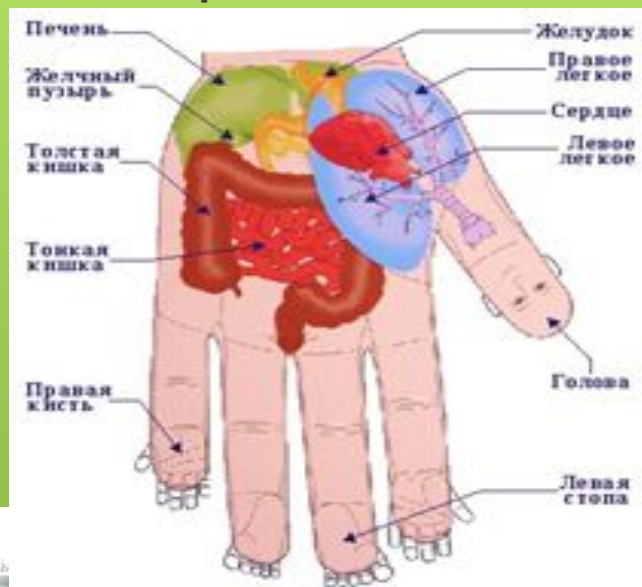


САМОМАССАЖ

В практике логопедической работы использование приемов самомассажа весьма полезно по нескольким причинам. В отличие от логопедического массажа, проводимого логопедом, самомассаж можно проводить не только индивидуально, но и фронтально с группой детей одновременно. Кроме этого самомассаж можно использовать многократно в течение дня, включая его в различные режимные моменты в условиях дошкольного учреждения. Так, самомассаж может проводиться детьми после утренней гимнастики, занятия по релаксации (аутогенной тренировки), дневного сна. Самомассаж также может быть включен в логопедическое занятие, при этом приемы самомассажа могут предварять либо завершать артикуляционную гимнастику.



Самомассаж помогает укрепить организм, является хорошей профилактикой при многих заболеваниях.



КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Кинезиологические упражнения дают возможность задействовать те участки мозга, которые раньше не принимали участия в учении, и решить проблему неуспешности. Коррекционно- развивающая работа направлена от движения к мышлению, а не наоборот. Широко известны упражнения «Колечки», «Кулак-ребро-ладонь», «Лезгинка», «Ухо-нос».



РЕЛАКСАЦИЯ

Комплекс упражнений на **релаксацию** используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приемам расслабления различных групп мышц. Такая работа проводится по подгруппам под руководством психолога. Но на логопедических занятиях можно использовать релаксационные упражнения, если у детей возникло двигательное напряжение или беспокойство, упражнения проводятся с музыкальным сопровождением.



КУКЛОТЕРАПИЯ

Задачи куклотерапии: совершенствование мелкой моторики руки и координации движений; развитие посредством куклы способов выражения эмоций, чувств, состояний, движений, которые в обычной жизни по каким-либо причинам ребёнок не может или не позволяет себе проявлять; обучение способам адекватного телесного выражения различных эмоций, чувств, состояний и др. Ребенку легче произнести правильно звук, если он хочет понравиться кукле или говорит слоги, слова, предложения за куклу. Работая с куклой, говоря за нее, ребенок по-иному относится к своей собственной речи. Кукла служит для ребенка своего рода защитой, психологической опорой в его публичном выступлении.

ПСИХОГИМНАСТИКА

- Курс специальных занятий (этюдов. Упражнений, игр), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребёнка (как её познавательной, так и эмоционально-личностной сферы)

АРОМОТЕРАПИЯ

- Народный опыт и исследования ученых доказали, что запахи способны управлять настроением и работоспособностью.
- Ароматы лаванды и розмарина действуют успокаивающе и устраняют состояние стресса, запахи лимона и эвкалипта возбуждают нервную систему и повышают работоспособность. Эфирное масло садового чабреца прекрасно действует на нервную систему.
- Мигрень и тошнота отступают при вдыхании аромата мяты. Длительное вдыхание лаванды обеспечивает снотворный эффект, так же, как ромашки, валерьяны, тимьяна, шенкеля и Melissa.
- Эфирные масла базилика, кориандра, дягиля, из кожуры лимона, майорана, петрушки, эвкалипта тонизируют, а фитоконпозиции из базилика, майорана, кориандра, розмарина, мяты, лаванды, тимьяна и вербены создают ароматы, прекрасно успокаивающие перевозбужденную нервную систему.
- Ароматерапия применяется в сочетании с музыкотерапией. Сеанс продолжается 20-30 мин. Курс лечения - от 10 до 20 сеансов. Он показан для ослабленных, угнетенных или, наоборот, перевозбужденных лиц.

ФИТОТЕРАПИЯ

- Фитотерапия- лечение с помощью лекарственных растений.
- Использование лекарственных растений как эффективного лечебного и профилактического средства при различных речевых аномалиях, для восстановления умственной и физической работоспособности, устранения усталости ,вялости, астенического синдрома, профилактики нарушений мозгового кровообращения, расстройств памяти, устранения бессонницы, нервозности, восстановления мышечного тонуса.
- В результате комплексной коррекционной работы удается с помощью лекарственных трав не только нормализовать сон детей, снять усталость, раздражительность, повысить работоспособность, память, внимание, но и улучшить общее состояние детей с речевой патологией.

ХРОМОТЕРАПИЯ

- Оказывает успокаивающе воздействие, расслабляет, снимает спазмы уменьшает головные боли, понижает аппетит.
- Оказывает угнетающее действие на психические и физиологические процессы.
- Активизирует, повышает физическую работоспособность, стимулирует психические процессы.
- Успокаивает, создает хорошее настроение.
- Тонизирует при подавленном состоянии.
- Нейтрализует негативные действия.

МУЗЫКОТЕРАПИЯ

ЛЕКАРСТВО, КОТОРОЕ СЛУШАЮТ

- Профилактика и лечение нервно-психических заболеваний.
- Снимает меланхолию.
- Умиротворяет, расслабляет и активизирует, вселяет веселье.
- Вызывает приток энергии, будоражит.

Использование указанных оздоровительных технологий проходит в игровом варианте: обучение и оздоровление происходит с легкостью, упражнения и оздоровительные техники остаются в памяти ребенка надолго.

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

Спасибо за внимание!