

Приозерская начальная школа - детский сад, реализующая адаптированные образовательные программы.

Доклад « Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста с ТНР.

Воспитатель : Боздарпенко Ирина Леонидовна

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г № 1155, направлен на охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия; формирование общей культуры личности детей, ценностей здорового образа жизни; обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах охраны и укрепления здоровья детей.

Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немыслима педагогическая деятельность современного дошкольного учреждения.

Дети с речевыми недостатками, особенно имеющими органическую природу, как правило, отличаются от своих сверстников по показателям физического и нервно - психического развития. Исследования ряда педагогов, занимающихся проблемным ребенком (И.П. Павлов, А.А. Леонтьева, А.Р. Лурия) показали, что поражение речевого аппарата нередко сочетается с отклонением в физическом, психическом и социально-личностном развитии. Актуальность данного направления обусловлена тем, что с каждым годом увеличивается количество детей с дизартрией, стертой формой дизартрии, моторной, сенсорной алалией, ринолалией, увеличивается степень сложности речевого развития у детей, поступивших в группу компенсирующей направленности. В связи с этим в последние годы среди логопедов и воспитателей групп компенсирующей направленности получила широкое применение практика использования здоровьесберегающих технологий по формированию правильного речевого дыхания у детей с тяжелыми нарушениями речи, направленных на физическое развитие детей с речевой патологией, на целенаправленное воздействие на дыхательную систему организма ребенка.

Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми способствует сохранению и укреплению здоровья, повышает качественный уровень физической подготовки, развивает личностные и творческие способности и возможности дошкольника.

Здоровье детей дошкольного возраста возможно сохранить и укрепить через включение во все виды деятельности дозированных и индивидуально-направленных здоровьесберегающих технологий, нетрадиционных методов оздоровления.

Следует помнить, что в группах детей с тяжелыми нарушениями речи основной целью коррекционной работы является преодоление речевых нарушений. Поэтому в основе всех форм двигательной деятельности детей лежит принцип , который реализуется в подвижных играх, логоритмических упражнениях, физминутках, спортивно-досуговой деятельности с использованием речевого материала в соответствии с изучаемой лексической темой.

Образовательная деятельность с использованием здоровьесберегающих технологий, направленных на преодоление тяжелых нарушений речи, ориентированы на:

- развитие пространственных представлений, двигательной координации, осознания собственного тела;
- зрительно-моторную координацию;

- способность перемещаться в пространстве на основе выбора объекта по заданному признаку;
- способность к точному управлению движениями в пространстве, то есть чувство пространства;
- формирование позитивной самооценки ребенка с речевыми нарушениями.

Основной формой коррекционно-развивающей работы с дошкольниками с тяжелыми нарушениями речи остаются специально организованные занятия, утренняя гимнастика. Кроме этого, проводятся лечебная физкультура, массаж, различные виды гимнастик (глазная, для нормализации ЖКТ, адаптационная, корригирующая, остеопатическая), закаливающие процедуры, подвижные игры, игры со спортивными элементами, спортивные досуги, спортивные праздники.

Опишем некоторые здоровые сберегающие технологии, применяемые в практике деятельности педагога.

Наряду с общефизическими упражнениями, в работе с детьми с ТНР, исходя из их индивидуально-типологических особенностей, широко используются **упражнения с элементами логоритмики**.

Занятия эти очень полезны для физического, интеллектуального, речевого и эмоционального развития малыша. Они стимулируют двигательные функции, способность быстро переключаться с одного вида деятельности на другой, развивают чувство ритма, темпа, развивают моторные функции речевого дыхания.

Элементы логоритмики применяются на логопедических занятиях, в психологических играх, на музыкальных и физкультурных занятиях, в подвижных играх, в корригирующей гимнастике после сна, в игровой деятельности.

В.А. Гринер указывала, что особенность метода «заключается в том, что в двигательные задания включается речевой материал, над качеством которого призвана работать логопедическая ритмика, ... музыка не просто сопровождает движение, а является его руководящим началом».

Под влиянием регулярных логоритмических занятий у детей с тяжелыми нарушениями речи происходит положительная перестройка сердечно-сосудистой, дыхательной, двигательной, сенсорной, речедвигательной, и других систем, а также воспитание эмоционально-волевых качеств личности. Главным принципом достижения эффективности в работе на логоритмических занятиях является индивидуальный подход к каждому ребенку с учетом его возрастных, речевых и психофизиологических возможностей.

Неотъемлемая часть оздоровительного режима – **дыхательная гимнастика**, способствующая развитию и укреплению грудной клетки. 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. Дыхательная гимнастика используется в физминутках, на физкультурных занятиях, дидактических и подвижных, психологических играх, в индивидуальной работе.

При проявлении утомления, снижении работоспособности, при потере интереса и внимания в образовательную деятельность включаются **физкультурные минутки**. Эта форма двигательной нагрузки является необходимым условием для поддержания высокой работоспособности и сохранения здоровья воспитанников. Цель физкультурной минутки – повысить или удержать умственную работоспособность детей на занятиях, обеспечить кратковременный активный отдых для дошкольников, когда значительную нагрузку испытывают органы зрения и слуха, мышцы туловища, находящиеся в статическом состоянии, они несут эмоциональный заряд. Существует несколько видов физминуток: оздоровительно – гигиенические, танцевальные, физкультурно-спортивные,

подражательные, двигательно-речевые. Физминутки используются в НОД, развлечениях, соревнованиях.

Музыкотерапия. **Музыкотерапия** – один из методов, который укрепляет здоровье детей, доставляет детям удовольствие. Музыка способна изменить душевное и физическое состояние человека. Мелодии, доставляющие человеку радость, благотворно влияют на организм. Умение расслабиться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение, расслабить мышцы, что необходимо для исправления речи. Используются мелодии на занятиях, во время принятия пищи, перед сном и во время сна. Музыкотерапия используется с целью эмоционального настроя, релаксации. Музыкотерапия используется при отходе ко сну, на любых занятиях, в утренней гимнастике.

Релаксация. Релаксация – это произвольное или непроизвольное состояние покоя, расслабленности, связанное с полным или частичным мышечным расслаблением. Возникает вследствие снятия напряжения, после сильных переживаний или физических усилий. Комплекс упражнений на релаксацию используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приемам расслабления различных групп мышц. Умение расслабляться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение, расслабить мышцы, что необходимо для исправления речи.

Пальчиковая гимнастика. В процессе логопедической работы необходимо развитие мелкой моторики в целях повышения эффективности коррекционной работы с детьми с ТНР. У детей при ряде нарушений речи отмечается общая моторная недостаточность, а также отклонения в развитии движений пальцев, выраженные в различной степени, так как движения пальцев рук тесно связаны с речевой функцией. Развитию мелкой моторики пальцев рук на коррекционных занятиях уделяется особое внимание, так как этот вид деятельности способствует речевому развитию, выработке основных элементарных умений, формированию графических навыков. Целесообразно сочетать упражнения по развитию мелкой моторики с собственно речевыми упражнениями. На всех видах занятий как физминутка, на индивидуальных занятиях, в режимных моментах, на прогулке, в психологических играх.

Пальчиковый массаж с предметами - развивают мелкую моторику, тактильные ощущения, создаёт метроритмическую пульсацию и вызывает у человека согласованную реакцию всего организма (дыхательной, сердечной, мышечной систем, точности ответной реакции на них). Движения и речь воспитывают временную ориентировку, т.е. способность уложить свои движения и речь во времени, развивают мелкую моторику.

При систематическом проведении массажа улучшается функция рецепторов проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами. Пальчиковый массаж с предметами может использоваться на всех видах занятий как физминутка, в индивидуальных занятиях, в режимных моментах, как результат продуктивной деятельности (работы с мелкими предметами), в театрализованной деятельности, при экспериментировании, в изодеятельности, в познавательных играх.

Игры в сухом бассейне развивают тактильно-кинестетическую чувствительность и мелкую моторику рук, создаёт дополнительный массаж, снимают тревожность, гиперактивность, мускульное напряжение (рук или всего тела); нормализует психофизическое состояние, стимулирует дыхание и кровообращение.

Гимнастика для глаз позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз развивают межполушарное взаимодействие, повышают энергетизацию организма, развивают координацию, ориентировку в пространстве, развивают зрительное восприятие, воображение.

Гимнастика для глаз используется в физминутках, дидактических играх с элементами движения, психологических играх, подвижных играх имитационного движения.

Артикуляционная гимнастика укрепляют мышцы артикуляционного аппарата, развивают силу, подвижность органов, участвующих в речевом процессе. Способствует развитию основных движений органов артикуляционного аппарата.

Применяется на логопедических занятиях, в любой продуктивной деятельности, в физминутках, подвижных играх имитационного характера, индивидуальная работа.

Моделирование, знаки – символы, мнемотаблицы снижают риск перегрузки психических процессов, несут эмоциональный заряд,- создают комфортные условия обучения, развивают память, мышление, создают соответствие зрительного образа со словом, развивают зрительное восприятие

Применяются на занятиях коммуникативного блока; в любой продуктивной деятельности (рисование. лепка и т.д.), интегрированные занятия, при наблюдении, в сюжетно-ролевых играх, дидактических играх, познавательно- развивающи играх .

Психогимнастика- это курс специальных занятий (этюдов и упражнений и игр), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (как ее познавательной, так и эмоционально-личностной сферы), развивает мимическую мускулатуру, снимает спастичность мышц, укрепляет лицевые мышцы, развивает психомоторику, формирует кинестетическую основу артикуляторных движений, - обучаются элементам техники выражения эмоций с помощью выразительных движений тела, навыкам релаксации.

Психогимнастика помогает создать условия для успешного обучения каждого ребенка. Коррекционная направленность занятий предполагает исправление двигательных, речевых, поведенческих расстройств, нарушение общения. Эти задачи успешно решаются во время динамических пауз на занятиях в психологических играх, в сюжетно - ролевых играх.

В последовательности **психогимнастических** упражнений особенно важно соблюдать чередование и сравнение противоположных по характеру движений, сопровождаемых попеременно мышечным напряжением и расслаблением: напряженных и расслабленных; резких и плавных; частых и медленных; дробных и цельных гармоничных; едва заметных пошевеливаний и совершенных застываний; вращений тела и прыжков; свободного передвижения в пространстве и столкновения с предметами. Такое чередование движений гармонизирует **психическую деятельность мозга**: упорядочивается **психическая** и двигательная активность ребенка, улучшается настроение, сбрасывается инертность самочувствия.

Использование вышеперечисленных здоровьесберегающих технологий при проведении коррекционно-логопедической работы, а также создание наиболее разнообразной, интересной для ребёнка речевой среды способствуют решению задач гармоничного развития дошкольников более результативно, активизируют психические процессы и формируют личность ребёнка в целом, снижают заболеваемость и приобщают их к здоровому образу жизни. Здоровье сберегающие образовательные технологии наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей.