**Использование технологий сохранения и стимулирования здоровья в работе учителя - логопеда с детьми со зрительной патологией**

В настоящее время забота о здоровье ребенка стала занимать приоритетные позиции, так как любому государству нужны личности активные, творческие, гармонично развитые и здоровые. Дошкольный возраст для ребенка – это тот период, когда закладывается основа его здоровья, физического, и психического и соматического развития. Поэтому, одна из главных задач ФГОС дошкольного воспитания является охрана и укрепление психического и физического здоровья детей, а так же их эмоционального благополучия. К сожалению, с каждым годом растет количество детей с ограниченными возможностями здоровья. Такие дети имеют нарушения центральной нервной системы различной этиологии, различные отклонения в эмоциональной сфере, нарушения в опорно-двигательной и дыхательной системе, зрительные и речевые патологии, имеют различные хронические и соматические заболевания. Следовательно, одной из основных задач в работе с детьми с ОВЗ является такая организация и такая методика проведения всех воспитательно-образовательных и оздоровительных мероприятий, при которых сохранится хороший уровень умственной работоспособности ребенка, произойдет дальнейшее его развитие и укрепление здоровья. Все эти мероприятия проходят последовательной цепочкой через все виды деятельности. Это здоровьесберегающие технологии – технологии сохранения и стимулирования здоровья.

В нашем ДОУ создано единое здоровьесберегающее пространство развития ребенка со зрительной патологией. Весь учебно-коррекционный процесс направлен на коррекцию зрения, развитие компенсаторных навыков и, конечно же, особое внимание уделяется здороьесберегающим аспектам. Рассмотрим использование технологий сохранения и стимулирования здоровья в коррекционной работе учителя – логопеда.

**Дыхательная гимнастика.** Принято считать, что правильное дыхание позволяет человеку избавиться от ряда болезней или не допускает их появления. Именно, правильное дыхание помогает в стимуляции работы всей нервной системы, головного мозга, сердца. А в коррекционной работе правильное речевое дыхание – это основа для правильного звукопроизношения, так как большинство звуков требуют энергичного выдоха, сильной воздушной струи. Поэтому, цель дыхательных упражнений – увеличить объем дыхания, нормализовать его ритм, сформировать плавный, длительный и экономный выдох. Для этих целей регулярно используем следующие упражнения: «Мыльные пузыри», «Футбол», «Летающий шарик», «Листопад», «Снегопад», «Вьюга», «Веселые свистелки» и другие.

**Артикуляционная гимнастика и биоэнергопластика. Н**еотъемлемой частью технологий сохранения и стимулирования здоровья является артикуляционная гимнастика. Регулярное ее выполнение способствует: улучшению кровоснабжения артикуляционных органов и их иннервацию; улучшению подвижности и переключаемости артикуляционных органов; укреплению мышечной системы языка, губ и щек. Все артикуляционные упражнения можно условно разделить на упражнения для губ, языка, щек и подъязычной связки. Дети с удовольствием выполняют упражнения для развития губ: «Домик открывается», «Домик закрывается», «Трубочка», «Улыбочка», чередование «Трубочки - Улыбочки». Для укрепления мышц языка используем упражнения: «Блинчик», «Чашечка», «Качели», «Вкусное варенье», «Иголочка», «Часики», «Болтушка», «Барабанщик». Упражнения для развития подъязычной связки: «Лошадка», «Грибок», «Гармошка». А для развития щек хорошо работают упражнения: «Толстячок», «Худышка», «Шарики», «Футбол». Для достижения наилучших результатов в работе, применяем такую технологию, как биоэнергопластика, или сопряженную гимнастику. Которая заключается в содружественном взаимодействии руки и языка. Применение данной технологии эффективно ускоряет исправление дефектных звуков у детей с нарушенными или со сниженными кинестетическими ощущениями. Потому что работающая ладонь во много раз усиливает импульсы, направленные от языка к головному мозгу.

**Массаж и самомассаж, Су–Джок терапия.** Важной частью моих коррекционно-логопедических занятий являются массажи и самомассажи. А именно: зондовый массаж языка, лица; аурикулярный массаж; массаж кистей рук; самомассаж кистей рук. Массаж оказывает общеукрепляющее воздействие на весь организм, способствует нормализации тонуса мышц, улучшает их эластичность и сократительную способность. Благодаря массажу, возникновению тактильных и проприоцептивных ощущений, в коже и мышцах возникают импульсы, которые достигают коры головного мозга. Это оказывают воздействие на центральную нервную систему, благодаря чему повышается её регулирующая роль в отношении всех систем и органов. Одним из самых эффективных видов массажей в работе учителя - логопеда является зондовый логопедический массаж, как активный метод воздействии. Он представляет собой одну из логопедических техник, благодаря который нормализуется состояние мышечного тонуса, улучшается трофика и кровообращение тканей. Следующий вид массажа – это аурикулярный, т. е. ушной. С его помощью нормализуется общее состояние нервной системы, интеллектуальные возможности ребенка. Эффект от массажа ушной раковины усиливается, если к нему добавляется массаж и самомассаж кисти рук. Кисти рук – еще одна своеобразная «проекция» состояния систем организма человека. При помощи простых массажных упражнений так же достигается нормализация мышечного тонуса и происходит стимуляция тактильных ощущений. При самомассаже рук часто использую Су–Джок терапию. Здесь стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук, достигается при помощи различных приспособлений (массажных шариков, колючих пружинок). Дети с удовольствием выполняют массаж в сопровождении сказок «Путешествие колючего ежика» или «Веселые пружинки».

 **Методика сенсорно-координаторных тренажеров В.Ф. Базарного.**  Систематически применяю в работе элементы методики сенсорно-координаторных тренажеров В.Ф Базарного, которая включает в себя синхронно сочетающиеся движения головы, глаз и туловища. Особенность этих занятий состоит в том, что они проводятся в режиме смены поз. Часть занятия ребенок стоит за конторкой, затем, сидя за столом. На каждом занятие для снятия зрительного напряжения использую зрительные гимнастики, которые подобраны в соответствии с лексической темой, упражнения с метками на стене и мобильные зрительные стадионы. Данная методика эффективна не только для детей со зрительной патологией, но и для любого человека, как профилактика зрительных нарушений.

Таким образом, регулярное проведение коррекционных занятий с применением технологий сохранения и стимулирования здоровья способствует: повышению остроты зрения; более активному развитию общей, мелкой, артикуляционной моторики и координации движения; формированию речевого дыхания; развитию ритмико-интонационной стороны речи; повышению познавательной и речевой активности; улучшению эмоционального состояния; стабилизации соматических показателей здоровья.