

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Тополек» с. Покровка
Долинского района Сахалинской области

694072, Сахалинская область, Долинский район, с. Покровка, ул. Новая 15
тел. 8 (42442)96-2-83, e-mail: topolek_pokrovka@mail.ru

«Здоровьесберегающие технологии в логопедической практике».

Подготовила:
Учитель-логопед
Нейфельд Елена Андреевна

с. Покровка, 2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ 1. ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОПЫТЕ

1.1. Сведения об авторе.....	3
1.2. Тема опыта.....	3
1.3. Условия возникновения и становления опыта.....	3
1.4. Актуальность опыта.....	8
1.5. Теоретическое обоснование опыта.....	10

РАЗДЕЛ 2. ТЕХНОЛОГИЯ ОПЫТА

2.1. Ведущая педагогическая идея опыта.....	12
2.2. Постановка целей и задач.....	14
2.3. Формы, методы и средства.....	22

РАЗДЕЛ 3. РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ОПЫТА..... 26

ЗАКЛЮЧЕНИЕ..... 28

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ..... 30

ПРИЛОЖЕНИЯ

Раздел 1. Информация об опыте

1.1. Автор опыта: Нейфельд Елена Андреевна.

Учитель – логопед МБДОУ «Детский сад «Тополёк» с. Покровка, Долинский район.

– Педагогический стаж – 4 года

– Образование - высшее

– Контактный телефон – 89140889757

1.2. Тема опыта: «Здоровьесберегающие технологии в логопедической практике».

1.3. Условия возникновения и становления опыта

Мой опыт формировался в условиях МБДОУ Детский сад «Тополек» с сентября 2018 года по май 2021 года.

О здоровьесберегающих технологиях хочется сказать более подробно, так как эта тема мною любима и изучена. С 2017 года работаю в МБДОУ «Детский сад «Тополёк» в должности учителя – логопеда и с тех пор активно применяю здоровьесберегающие технологии и довольна результатом коррекционной работы.

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.12.2010г № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья воспитанников» ориентирует педагогов на использование в образовательном процессе форм, методов обучения и воспитания, адекватных возрастным возможностям и индивидуальным особенностям воспитанников; на организацию динамических пауз, физкультминуток на занятиях, способствующих эмоциональной разгрузки и повышению двигательной активности; на использование здоровьесберегающих приемов, методов, форм, технологий.

Цель применения здоровьесберегающих технологий в логопедической работе - оптимизация процесса коррекции речи и обеспечение оздоровления, поддержания и обогащения здоровья детей.

В настоящее время в детском саду много детей с нарушениями речи, и полноценная подготовка детей к обучению в школе во многом зависит от работы логопеда. Логопедическая работа предполагает коррекцию не только речевых расстройств, но и личности детей в целом. Среди воспитанников с проблемами в речевом развитии 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, которая включает в себя мышечную релаксацию, дыхательную гимнастику, артикуляционную гимнастику, пальчиковую гимнастику, упражнения на развитие высших психических функций (внимания, памяти, мышления), физкультминутки, упражнения для профилактики зрения, логоритмику. Здоровьесберегающие образовательные технологии наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей.

Психолого-педагогическая характеристика детей с общим недоразвитием речи

Общее недоразвитие речи (ОНР) - сложное речевое расстройство, при котором у детей с нормальным слухом и интеллектом отмечается позднее начало развития речи, скудный запас слов, аграмматизмы, дефекты звукопроизношения и фонемообразования.

Специальные исследования детей с ОНР показали клиническое разнообразие проявлений общего недоразвития речи. Несмотря на вариативность клинических характеристик детей с ОНР, общим для них является системное недоразвитие речи.

Своеобразие развития словарного состава и грамматического строя языка при общем недоразвитии речи показано в исследованиях М. В. Богданова-Березовского, В. К. Орфинской, Б. М. Гриншпуна, Т. Б. Филичевой и др. Большой интерес для меня представляют работы Р. Е. Левиной, в которых используется системный подход к анализу речевых нарушений у детей. Каждое проявление аномального речевого развития рассматривается автором на фоне причинно-следственной зависимости.

Общее недоразвитие речи имеет разную степень выраженности: от полного отсутствия речевых средств общения до развернутой речи с элементами фонетического и лексико-грамматического недоразвития. Выделяется четыре уровня речевого недоразвития. Каждый уровень характеризуется определенным соотношением первичного дефекта и вторичных проявлений, задерживающих формирование речевых компонентов. Переход от одного уровня к другому характеризуется появлением новых речевых возможностей.

Работая с детьми дошкольного возраста, в большинстве случаев мне приходится сталкиваться именно с таким речевым диагнозом, как общее недоразвитие речи.

Исследования И. П. Павлова, А. А. Леонтьева, А. Р. Лурии показали: поражения речевого аппарата нередко сочетаются с отклонениями в физическом, психическом и социально-личностном развитии детей.

Особенности физического развития:

- 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:

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

Особенности социально-личностного развития:

- пассивность, сензитивность, зависимость от окружающих, склонность к спонтанному поведению;
- недостаточная критичность или переоценка своих возможностей;
- низкая социальная адаптация;
- нарушение коммуникативной сферы.

Надо отметить, что дети с ОНР трудно восстанавливают порядок расположения даже четырех предметов после их перестановки, не замечают неточностей в рисунках-шутках; не всегда выделяют предметы или слова по заданному признаку. Например, это происходит в случаях, когда предлагаю показать на листке только квадраты (красные фигурки, круги и т. п.); хлопнуть в ладоши, если будет названа одежда (продукты, животное...). Еще труднее удерживается и сосредотачивается их внимание на чисто словесном материале вне наглядной ситуации. Поэтому такие дети не воспринимают в полном объеме пространственные, неконкретные мои объяснения, длинные инструкции, продолжительные оценки их деятельности. Сосредоточение и запоминание на произвольном уровне происходит значительно лучше. Например, ребенок значительно легче воспроизводит мне название 6-8 подарков на день рождения, чем 4-5 спрятанных мною на занятии игрушек.

У детей, с которыми мне приходится работать, наблюдаются нарушения артикуляционной моторики. Это проявляется в ограниченности, неточности или слабости движений подвижных органов артикуляции - языка, мягкого неба, губ, нижней челюсти. Естественно, что нарушение артикуляции звуков приводит их к дефектному произношению, а часто и к общей невнятности, смазанности речи.

Связь пальцевой моторики и речевой функции была подтверждена исследователями института физиологии детей и подростков АПИ РФ А. В. Антахова-Фомина, Е. И. Исенина, М. И. Кольцова. Они установили, что если движения пальцев соответствует возрасту, то и речь соответствует, а если развитие движений отстаёт, то и речь не соответствует возрастным нормам. Мои наблюдения показывают, что у значительного большинства детей с ОНР пальцы малоподвижны, движения их отличаются неточностью или несогласованностью. Наблюдая за детьми в процессе образовательной деятельности или в других режимных моментах, отмечаю, что многие 5-ти летние дети держат ложку в кулаке, либо с трудом правильно берут кисточку, карандаш, ножницы. От воспитателей часто слышу о том, что дети не могут застегнуть пуговицы, зашнуровать ботинки.

Поскольку речь и мышление тесно связаны, между собой, следовательно, словесно-логическое мышление детей с речевым недоразвитием несколько ниже возрастной нормы. На этапах диагностики и коррекционной работы выявляю тот факт, что такие дети испытывают затруднения при классификации предметов, обобщении явлений и признаков. Нередко их суждения и умозаключения бедны, отрывочны, логически не связаны друг с другом. Дети с указанным нарушением могут отнести к мебели настольную лампу и телевизор, так как они стоят в комнате; большинство с трудом решают простейшие математические задачи или не в состоянии отгадать даже несложные загадки.

Характерологические (личностные) особенности детей с ОНР заметны не только мне, но и любому воспитателю, отработавшему в группе с детьми имеющих речевое нарушение хотя бы одну смену. Отклонения от нормы у таких детей проявляется в образовательной, игровой, бытовой и прочей деятельности. Я отмечаю тот факт, что на занятиях одни из них намного быстрее своих нормально развивающихся сверстников утомляются, отвлекаются, начинают вертеться, разговаривать, т. е. перестают воспринимать учебный материал. Другие, напротив, сидят тихо, спокойно, но на вопросы не отвечают или отвечают невпопад, задания не воспринимают, а иногда не могут повторить ответ товарища.

Хочу сказать о том, что в процессе общения между собой некоторые дети обнаруживают повышенную возбудимость (они слишком подвижны, трудно управляемы), а иные, наоборот - вялость, апатию (они не проявляют интереса к играм, чтению им книг воспитателями). Среди таких детей встречаю детей с навязчивым чувством страха, чересчур впечатлительны, склонные к проявлению негативизма (желанию делать все наоборот), излишней агрессивности либо ранимости, обидчивости. Замечаю, что воспитателям непросто привить им нормы общения в коллективе, без которых невозможно полноценное обучение и воспитание.

Итак, на данном этапе мной была раскрыта психолого-педагогическая характеристика детей с ОНР, для которых характерна недостаточная сформированность процессов, тесно связанных с речевой деятельностью.

Психолого-педагогическая характеристика детей с фонетико – фонематическим недоразвитием речи.

Определяющим признаком фонематического недоразвития является пониженная способность к анализу и синтезу речевых звуков, обеспечивающих восприятие фонемного состава языка. В речи детей с фонетико-фонематическим недоразвитием отмечаются трудности процесса формирования звуков, отличающихся тонкими артикуляционными или акустическими признаками.

Несформированность произношения звуков крайне вариативна и выражена в речи детей различным образом:

- заменой звуков более простыми по артикуляции;
- трудностями различения звуков;
- особенностями употребления правильно произносимых звуков в речевом

контексте.

Следует подчеркнуть, что ведущим дефектом при ФФН является несформированность процессов восприятия звуков речи.

На недостаточную сформированность фонематического восприятия также указывают затруднения детей при практическом осознании основных элементов языка и речи. Кроме всех перечисленных особенностей произношения и различения звуков, при фонематическом недоразвитии у многих детей нарушены просодические компоненты речи: темп, тембр, мелодика.

Отмечается бедность словаря и незначительная задержка в формировании грамматического строя речи. При углубленном обследовании речи детей отмечены отдельные ошибки в падежных окончаниях, в употреблении сложных предлогов, в согласовании прилагательных и порядковых числительных с существительными и т. п.

Изучение недостатков произношения и различения фонем у дошкольников показало, что картина нарушения речи у них неоднозначна. Наиболее типичным является:

- недифференцированное произнесение пар или групп звуков. Например: звуки [с] и [ш] могут заменять нечетко произносимым смягченным звуком [ш];
- смешение звуков, т. е. в одних случаях ребенок употребляет звуки [с], [ш] правильно (*санки, шуба*), а при усложненных вариантах речи взаимно замещает их;
- замены звуков более легкими по артикуляции («*Фамаёт потбим там*» — «Самолет построим сами»);
- искаженное произношение звуков в сочетании с вышперечисленными дефектами.

Несформированность фонематических представлений снижает у этих детей готовность к овладению звуковым анализом. Нередко вместо выделения первого гласного или согласного звука дети называют слог или все слово.

У детей с фонетическим нарушением речи нарушено звукопроизношение при нормальном физическом и фонематическом слухе и нормальном строении речевого аппарата. Наблюдаются расстройства отдельного звука или нескольких звуков одновременно.

Такие расстройства проявляются:

- в отсутствии (пропуске) звука – акета вместо ракета
- в искажениях – горловое произнесение звука р, щечное — ш и т.д.

Далее, мною была поставлена цель: создать условия для развития речи детей с использованием здоровьесберегающих технологий в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Система логопедической оздоровительной работы в нашем МБДОУ предполагает использование на каждом логопедическом занятии как традиционных, так и нетрадиционных здоровьесберегающих приемов, методов, технологий.

На занятиях я использую традиционные и нетрадиционные методы:

- Артикуляционная гимнастика;

- Дыхательная гимнастика;
- Развитие общей моторики (физминутки);
- Пальчиковая гимнастика;
- Самомассаж;
- Релаксация;
- Психогимнастика;
- Биоэнергопластика;
- Су-Джок терапия.
- Кинезиологические упражнения.
- Логопедический массаж.

1.5. Актуальность опыта.

«Забота о здоровье – это важнейший труд педагога.

От жизнерадостности, бодрости детей зависит их
духовная жизнь, мировоззрение, умственное
развитие, прочность знаний, вера в свои силы»

В. А. Сухомлинский

Здоровье детей – здоровье нации!

«Здоровье детей — здоровье нации!». Этот лозунг нашел свое отражение во многих образовательных документах, в том числе и в Федеральных государственных образовательных стандартах дошкольного образования. Концепция модернизации российского образования предусматривает создание условий для повышения качества общего образования и в этих целях, наряду с другими мероприятиями, предполагает создание в образовательных учреждениях условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников. Согласно современным представлениям на основе ФГОС ДО, целью образования является всестороннее развитие ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья.

Актуальность педагогического опыта заключается в том, что на современном этапе дошкольного образования изменилась концепция воспитания и обучения нового поколения детей. Сохранение и укрепление здоровье дошкольников возможно путем применения здоровьесберегающих технологий. Инновационные воздействия в деятельности учителя-логопеда становятся перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения речи. На фоне комплексной помощи инновационные методы, не требуя особых усилий, оптимизируют процесс коррекции речи детей и способствуют оздоровлению всего организма.

Известно, что дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. Понятие «здоровье» очень обширно и сложно. В современной медицине его принято определять как такое состояние организма, когда функции всех его органов и систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют какие-либо болезненные изменения. В дошкольном возрасте идет интенсивное развитие

органов и становление функциональных систем организма. Контроль над состоянием здоровья детей – основа всей профилактической, оздоровительной работы в ДОУ.

К основным показателям здоровья детей относятся:

- уровень физического и нервно-психического развития детей;
- степень сопротивляемости организма к болезнетворным влияниям;
- состояние основных функций организма, наличие или отсутствие хронических заболеваний, отклонений в раннем периоде развития (в течение беременности и родов, в период новорожденности).

К сожалению, в своей логопедической практике редко встречаю детей, которых можно назвать абсолютно здоровыми. Считаю, что в условиях логопункта проблема здоровьесбережения наиболее актуальна: помимо речевого дефекта у детей имеются хронические заболевания дыхательной, вегетососудистой, нервной, костно-мышечной систем организма.

В связи с этим, весьма **актуальным** становится вопрос внедрения в практику здоровьесберегающих технологий, т.е. такой организации образовательного процесса, при котором качественное обучение, развитие и воспитание детей происходило без ущерба их здоровью, способствовало его укреплению. Новые стимулы, служат для создания благоприятного эмоционального фона, способствуют включению в работу сохранных и активизации нарушенных психических функций.

Объектом моего исследования является система коррекционно-логопедической работы с детьми дошкольного возраста имеющим нарушения речи в условиях здоровьесбережения.

Предмет – здоровьесберегающие мероприятия, направленные на совершенствование коррекционно-логопедической работы по сохранению и укреплению здоровья воспитанников.

Целью изучения и обобщения опыта: обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Задачи:

1. Создание условий для своевременного и полноценного психоречевого и физического развития детей.
2. Организация здоровьесберегающего образовательного пространства.
3. Развитие двигательных умений и навыков, общей и мелкой моторики, правильной артикуляции звуков и речевого дыхания;
4. Формирование основ здорового образа жизни у воспитанников и их родителей;

Гипотеза – если учитывать то, что у детей с нарушением речи наряду с речевым дефектом имеются проблемы в психическом и физическом здоровье, то можно предположить, что специально подобранные здоровьесберегающие мероприятия послужат важным фактором совершенствования коррекционной работы с детьми данной категории.

В настоящее время в качестве одного из приоритетных направлений педагогической деятельности выделяется применение в условиях детского сада здоровьесберегающих технологий.

Здоровьесберегающие технологии в соответствии с ФГОС ДО - технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей. Только здоровый ребенок с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех её свойств и качеств.

Поэтому одна из главных задач логопедической работы – создание такой коррекционно-образовательной системы, которая не только бы сохраняла здоровье ребёнка, но и «приумножала» его.

Новизна (инновационность) представляемого педагогического опыта.

Использование здоровьесберегающих технологий в деятельности логопеда стало перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения речи. Эти методы работы принадлежат к числу эффективных средств коррекции, все чаще применяемых в специальной педагогике и помогающих достижению максимально возможных успехов в преодолении не только речевых трудностей, но и общего оздоровления детей дошкольного возраста. На фоне комплексной логопедической помощи здоровьесберегающие технологии оптимизируют процесс коррекции речи детей, позволяют интереснее и разнообразнее организовывать логопедические занятия.

1.6. Теоретическое обоснование проблемы использования здоровьесберегающих образовательных технологий в коррекционно-развивающей работе логопеда.

На современном этапе развития педагогической теории и практики особое внимание уделяется переосмыслению концептуальных подходов к обучению и воспитанию детей с особыми образовательными потребностями. Инновационные процессы затрагивают в первую очередь систему дошкольного образования, как начальную ступень формирования личности. В системе дошкольного образования широко применяются технологии развивающего и проблемного обучения, игровые, компьютерные, альтернативные технологии. Наряду с перечисленными, все чаще звучит термин «здоровьесберегающие технологии».

Тенденция к ухудшению речи детей дошкольного возраста, снижение уровня коммуникативных умений и навыков (А.Г. Арушанова, О.С. Ушакова, Т.А. Ткаченко, Ю.В.Филлипова, Л.М.Шипицына) - все это определяет необходимость

повышения знаний о важности коррекционно-развивающей работы и развития речи детей. Логопедическая работа предполагает коррекцию не только речевых расстройств, но и личности детей в целом. Среди воспитанников с проблемами в речевом развитии 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, которая включает в себя мышечную релаксацию, дыхательную гимнастику, артикуляционную гимнастику, пальчиковую гимнастику, упражнения на развитие высших психических функций (внимания, памяти, мышления), физкультминутки, упражнения для профилактики зрения, логоритмику.

Авторы коррекционных методик значительную роль отводят развитию физиологического и речевого дыхания, которое у детей с указанными речевыми патологиями нарушено (Л. С. Волкова, Бутейко К.П., В. И. Селиверстов, М. Е. Хватцев, А. Г. Ипполитова, З. А. Репина, и другие).

Анализ показывает, что разные специалисты вкладывают в понятие «здоровьесберегающие технологии» разный смысл.

Н. К. Смирнов, как родоначальник понятия «здоровьесберегающие образовательные технологии» утверждал, что их можно рассматривать как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики, как совокупность форм и методов организации обучения детей без ущерба для их здоровья, как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье ребенка и педагога.

Т. В. Ахутина в своей статье «Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход» отмечает, что здоровьесберегающий процесс - это специально организованное, развивающееся во времени и в рамках определенной образовательной системы взаимодействие детей дошкольного возраста и педагогов, направленное на достижение целей здоровьесбережения и здоровьесобогащения в ходе образования, воспитания и обучения детей.

По мнению В.Д. Сонькина, здоровьесберегающие технологии – это условия обучения ребенка (отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания); рациональная организация учебного процесса (в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями); соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям ребенка; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

О.В. Петров под здоровьесберегающей технологией понимает систему, создающую максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования (учащихся, педагогов и др.).

Раскрывая понятие здоровьесберегающие образовательные технологии, необходимо подчеркнуть, что речь идет не о какой-то одной универсальной и чудодейственной технологии, а о комплексной системе, направленной на коррекцию речевого нарушения, личностное развитие ребенка и сохранение его здоровья.

Таким образом, коррекция недоразвития речи, как следует из выше сказанного, не может быть эффективно проведена без одновременной работы по сохранению и укреплению здоровья детей, а наиболее эффективным средством решения этой задачи будет использование здоровьесберегающих технологий в коррекционно - развивающем обучении детей.

Раздел 2. Технология опыта

2.1. Ведущая педагогическая идея опыта.

В МБДОУ «Тополек» на основе логопедического обследования выявлены подгруппы детей старшего дошкольного возраста - с ОНР и ФФНР, с которыми провожу подгрупповые и индивидуальные занятия по «Программе логопедической работы по преодолению общего недоразвития речи детей старшей и подготовительной к школе групп» Т.Б. Филичевой, Г.В. Чиркиной и по «Программе логопедической работы по преодолению ФФН у детей старшей и подготовительной к школе групп» Т.Б. Филичевой, Г.В. Чиркиной. Основная форма логопедической деятельности в МБДОУ – это занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и развитие речевых и творческих способностей каждого ребёнка.

Работа над внедрением здоровьесберегающих технологий ведется с 2018 года по настоящее время на базе МДОБУ «Тополек». В 2018-2019 учебном году на момент начала работы было 5 детей с логопедическим заключением фонетико-фонематическое недоразвитие речи и 15 детей с логопедическим заключением общее недоразвитие речи.

В 2019-2020 учебном году 4 детей с логопедическим заключением фонетико-фонематическое недоразвитие речи и 15 детей с логопедическим заключением общее недоразвитие речи.

В 2020-2021 учебном году 3 ребенка с логопедическим заключением фонетико-фонематическое недоразвитие речи и 17 детей с логопедическим заключением общее недоразвитие речи.

Научные исследования и практический опыт доказывает, что устранять дефекты речи у детей необходимо в дошкольном возрасте, т.к. именно в это время нервно-психический статус детей обладает наибольшей пластичностью. При отсутствии своевременной помощи со стороны педагогов, медиков, родителей у большинства детей возможны агрессивность, чрезмерная

расторженность, повышенная истощаемость, наблюдается дефицит внимания, снижается память и работоспособность. Все это требует более тщательного подбора методов коррекционной работы с детьми, имеющими нарушения в развитии речи.

Наименование технологии	Цель применения	Ожидаемый результат
- Самомассаж лицевых мышц - Самомассаж язычной мускулатуры	Улучшение функции рецепторов проводящих путей. Усиление рефлекторных связей коры головного мозга с мышцами и сосудами.	Усиление кровоснабжения массируемых участков.
- Артикуляционная гимнастика (с использованием профилей, презентации, тематических сказок)	Выработка правильных движений артикуляционных органов, необходимых для нормированного звукопроизношения, а также укрепление мышц лица, языка, губ, мягкого неба.	Выработка артикуляционных укладов, необходимых для произношения различных групп звуков.
- Зрительная гимнастика (с предметами, зрительными тренажёрами, комплексы упражнений со словесными инструкциями)	Улучшен я циркуляции крови и внутриглазной жидкости, укрепление мышц глаза, улучшение аккомодации.	Профилактика нарушений зрения.
- Дыхательная гимнастика	Развитие и укрепление грудной клетки.	Закрепление навыков диафрагмально – реберного дыхания, развитие силы, плавности, длительности выдоха.
- Релаксация	Снятие мышечного и нервного напряжения.	Формирование у детей умения управлять собственным мышечным тонусом, овладение приёмами расслабления различных групп мышц.
- Развитие общей моторики (оздоровительные паузы – физкультминутки)	Нормализация мышечного тонуса, исправление неправильных поз	Запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции.
- Пальчиковая гимнастика - Пальчиковые игры со стихами, скороговорками - Пальчиковый театр - Использование природных материалов (шишки, желуди, орехи и др.)	Физическое и речевое развитие, способствование нятию раздражительности, упрямства, замкнутости. Регуляция равновесия между процессами возбуждения и торможения. Воздействие на определенные точки стоп и кистей рук.	Формирование графических навыков, подготовка руки к письму, развитие межполушарного взаимодействия, укрепление мышечного аппарата руки, развитие речи. Благоприятное влияние на весь организм.

- Использование нетрадиционных материалов: круп, скрепок прищепок кнопок. - Использование раскрасок , прописей.	Формирование навыка переключения с одного движения на другое в разных темпах и ритмах.	Улучшение эмоционального состояния ребенка.
- Использование специализированных пособий, как промышленного, так и самостоятельного изготовления	Развитие артикуляционного аппарата.	Запоминание серии двигательных артикуляторных актов.
- Су – Джок терапия	Использование Су – Джок терапии является коррекция речевых нарушений.	Осуществляется благоприятное воздействие на весь организм.
- Музыкаотерапия (выполнение артикуляторных музыкальных комплексов)	Формирование предпосылок к творческому развитию.	Творческое развитие.
- Биоэнергопластика	Активизация интеллектуальной деятельности развитие координации мелкой и артикуляционной моторики. Улучшение речи.	Развитие речи в целом.
- Кинезиологические упражнения	Развитие межполушарного воздействия.	Развитие интеллектуальных и творческих способностей.
- Логопедический массаж	Улучшение подвижности, точности и координации движений органов артикуляционного аппарата в момент произнесения звуков.	Нормализация мышечного тонуса мимической и артикуляционной мускулатуры.

2.2. Постановка целей и задач данной педагогической деятельности

Описание основных элементов представляемого педагогического опыта.

Цель применения здоровьесберегающих технологий в логопедической работе - создание условий для развития речи детей с использованием здоровьесберегающих технологий в условиях МБДОУ. Организуя работу по коррекции речи при помощи здоровьесберегающих технологий ставятся следующие задачи:

- 1.Повысить результативность воспитательно-образовательного процесса;
2. Сохранить и укрепить здоровье воспитанников;
3. Стимулировать работоспособность, способствовать восстановлению сил, снятия напряжения;
4. Создать благоприятную психоэмоциональную атмосферу, поддержать психологическое здоровье;
5. Пропагандировать здоровый образ жизни.

Ожидаемые результаты:

- правильное речевое дыхание у детей;
- сформированные движения пальцев рук, общая моторика;
- положительная динамика в развитии всех сторон речи воспитанника;
- отсутствие напряжения и скованности у детей;
- улучшение соматического здоровья детей-логопатов;
- использование педагогами здоровьесберегающих технологий в занятиях с детьми.

- У большинства детей зачисленных на логопункт наблюдается:
 - – нарушение звукопроизношения (65%);
 - – дизартрия (25%);
 - – нарушение дыхания;
 - – нарушение общей и мелкой моторики;
 - – повышенная утомляемость;
 - – расторможенность и заторможенность мышечного напряжения;
 - – трудности формирования саморегуляции и самоконтроля.

Система логопедической оздоровительной работы в нашем МБДОУ предполагает использование на каждом логопедическом занятии как традиционных, так и нетрадиционных здоровьесберегающих приемов, методов, технологий.

В практической деятельности применяю следующие **здоровьесберегающие технологии:**

- Артикуляционная гимнастика;
- Дыхательная гимнастика;
- Развитие общей моторики (физминутки);
- Пальчиковая гимнастика;
- Самомассаж;
- Релаксация;
- Психогимнастика;
- Биоэнергопластика;
- Су-Джок терапия;
- Кинезиологические упражнения.

Работа по коррекции звукопроизношения осуществляется в 4 этапа:

1 этап – подготовительный, направлен на формирование точных движений органов артикуляционного аппарата, направленной воздушной струи, развитие мелкой моторики рук, фонематического слуха, отработку опорных звуков.

2 этап - постановка звука включает в себя объединение отработанных на подготовительном этапе движений и положений органов артикуляционного

аппарата и создание артикуляционной базы данного звука, добавление воздушной струи и голоса, отработка изолированного звука.

3 этап - автоматизация звука предполагает постепенное, последовательное введение поставленного звука в слоги, слова, предложения и в самостоятельную речь ребенка.

4 этап - дифференциация звука осуществляется работа по различению смешиваемых звуков по моторным и акустическим признакам, сначала изолированных, затем в слогах, словах, предложениях, чистоговорках, стихотворениях, рассказах и в самостоятельной речи.

На каждом этапе решаются следующие задачи:

Развитие просодической стороны речи. Формировать правильное речевое дыхание и длительный ротовой выдох. Формировать навык мягкого голосообразования. Воспитывать правильный умеренный темп речи (по подражанию логопеда). Развивать ритмичность и интонационную выразительность речи, модуляцию голоса.

Коррекция произносительной стороны речи. Уточнить произношение гласных звуков и согласных раннего онтогенеза в свободной речевой деятельности. Активизировать движения речевого аппарата, готовить его к формированию звуков всех групп. Сформировать правильные уклады свистящих и шипящих звуков, автоматизировать поставленные звуки в игровой и свободной речевой деятельности.

Работа над слоговой структурой слова. Формировать умение различать на слух длинные и короткие слова. Формировать умение запоминать и воспроизводить цепочки слогов со сменой ударения и интонации; цепочки слогов с разными согласными и одинаковыми гласными; цепочки слогов со стечением согласных. Научить правильно, передавать ритмический рисунок двухсложных и трехсложных слов; состоящих из открытых слогов; односложных слов; двухсложных слов со стечением согласных с простым звуковым наполнением со зрительной опорой. Сформировать понятие слог (часть слов) и умение оперировать этим понятием.

Совершенствование фонематических представлений. Сформировать умение различать гласные и согласные звуки. Научить выделять из ряда звуков гласные звуки. Сформировать первоначальные навыки анализа и синтеза. Научить выполнять анализ и синтез слияний гласных звуков. Научить выделять начальные ударные гласные [а], [у], [о], [и] из слов, различать слова с начальными ударными гласными. Научить выделять согласные звуки [т], [п], [н], [м], [к] из ряда звуков, слогов, слов, из конца и начало слов; дифференцировать звуки, отличающиеся по артикуляционным и акустическим признакам [м]-[н], [п]-[т], [б]-[д], [к]-[т] в ряду звуков, слогов, слов. Научить подбирать слова с

заданным звуком. Сформировать понятия звук, гласный звук, согласный звук и умение оперировать этими понятиями.

Для **сохранения и укрепления физического здоровья** ребенка на индивидуальных и подгрупповых занятиях, в своей работе я использую следующие оздоровительные приемы:

Дыхательная гимнастика. Большие возможности в здоровьесбережении детей предоставляет дыхательная гимнастика, работа над дыханием является важной в логопедической работе, но и профилактика простудных заболеваний тоже важна, а тем более эти две задачи можно объединить в одну. Упражнения дыхательной гимнастики проводятся в течение 2 - 3 минут в хорошо проветриваемом помещении. Их можно использовать как физкультминутки в процессе логопедического занятия или как его часть, направленную на развитие речевого дыхания, в результате чего возрастает объём и глубина дыхания, сила и выносливость дыхательных мышц, координируются и ритмизируются дыхательные движения, и в целом улучшается функциональная деятельность всех органов и систем организма.

Артикуляционная гимнастика является неотъемлемой частью занятий, регулярное ее выполнение помогает:

- ✓ улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию;
- ✓ улучшить подвижность артикуляционных органов;
- ✓ укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
- ✓ уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов.

Одним из видов артикуляционной гимнастики является **биоэнергопластика**. Под этим красивым словом понимается сопряженная гимнастика для языка и кистей рук под сопровождение стихотворного текста или упражнения объединены в единый сюжет. Ежедневные занятия гимнастикой, к сожалению, снижают интерес детей к этому процессу, что в свою очередь приводит к уменьшению эффективности выполнения артикуляционных упражнений. Поэтому мы обратились к необычному методу выполнения артикуляционной гимнастики с использованием биоэнергопластики. Такая гимнастика помогает длительно удерживать интерес ребенка, повышать мотивационную готовность, поддерживает положительный эмоциональный настрой воспитанника и педагога на протяжении всего занятия.

Биоэнергопластика — соединение движений артикуляционного аппарата с движениями кисти рук. Она включает в себя три базовых понятия:

- «био» — человек как биологический объект;
- «энергия» — сила, необходимая для выполнения определенных действий;
- «пластика» — плавные движения тела, рук, характеризующиеся непрерывностью, энергетической наполненностью, эмоциональной выразительностью.

Движения тела, совместные движения руки и артикуляционного аппарата, если они пластичны, свободны, помогают активизировать естественное распределение биоэнергии в организме. Это активизирует интеллектуальную деятельность детей, развивает координацию движений и мелкую моторику. Биоэнергопластика синхронизирует работу полушарий головного мозга, улучшает внимание, память, мышление, речь.

Принцип биоэнергопластики — сопряженная работа пальцев и кистей рук и артикуляционного аппарата. Движения рук имитируют движения речевого аппарата. Комплекс упражнений с использованием биоэнергопластики способствует развитию подвижности артикуляционного аппарата, что, в свою очередь, влияет на точность в усвоении артикуляционных укладов.

Результаты применения биоэнергопластики:

- развитие артикуляционной, мелкой моторики, памяти, внимания, мышления, чувства ритма, ориентировки в пространстве;
- значительное облегчение постановки и введения звуков в речь;
- обеспечение успешности ребенка;
- развитие кистей и пальцев рук, обеспечение их подвижности и гибкости, что облегчает овладение навыком письма;
- выстраивание преимущества в работе всех заинтересованных участников образовательного пространства в коррекции речи детей;
- благотворное воздействие на психику ребенка, на состояние его физического и психического здоровья.

Использование биоэнергопластики существенно ускоряет коррекцию неправильно произносимых звуков у детей с нарушенными кинестетическими ощущениями, поскольку работающая ладонь во много раз усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка. И.П. Павлов считал, что любая мысль заканчивается движением. Именно поэтому многим людям легче думать при повторяющихся физических действиях, например, ходьбе, покачивании ног, постукивании карандашом по столу и др. На двигательной активности построены все нейропсихологические коррекционно-развивающие и формирующие программы. Вот почему следует помнить, что для обучения ребенка необходимо движение.

Пальчиковая гимнастика. Давно известно, что истоки способностей и дарования детей находятся на кончиках их пальцев. От них, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источники творческой мысли. Чем больше мастерства в детской руке, тем ребенок умнее. 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. Функциональная анатомическая незрелость зрительной системы и значительные зрительные нагрузки, которые испытывает глаз ребенка, обуславливают необходимость применения *гимнастики для глаз*. Например:

Упражнение «Филин»:

Закрывать глаза и держать закрытыми на счет 1-4. Раскрыть глаза, посмотреть вдаль и держать открытыми на счет 1 - 6. Выполнять 4-5 раз.

Упражнение «Метелки»:

Выполнять частое моргание без напряжения глаз до 10 -15 раз.

Упражнение можно сопровождать проговариванием текста:

Вы, метелки, усталость сметите,

Глазки нам хорошо освежите. (Выполнять 4-5 раз.)

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. 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 благоприятно развивается речевая функция.

Элементы самомассажа лица и пальцев Е.Ф. Архиповой и О.И.Крупенчук. Их я применяю с целью развития подвижности артикуляционного аппарата щек и губ. Использование игрового самомассажа в сопровождении легко запоминающихся стихов и в сочетании с сюрпризными игровыми моментами позволяют организовать занятия, как весёлые эмоциональные непринуждённые минутки отдыха и, в то же время, повысить эффективность коррекционной работы на занятиях. Дети (без лишних усилий педагогов и родителей) делают себе массаж, развивают речь, мышление, мелкую и общую моторику и при этом способствуют укреплению своего здоровья.

Для сохранения и укрепления психического здоровья, на своих занятиях я использую следующие оздоровительные приемы: для восстановления силы и снятия эмоционального возбуждения у детей, их успокоения во время занятий проводится мышечная **релаксация**. Релаксация – комплекс расслабляющих упражнений, снимающих напряжение мышц рук и ног, мышц шеи и речевого аппарата. Например, упражнение «кулачки»: Руки на коленях, кулачки сжаты

Крепко с напряжением,

Пальчики прижаты.

Пальчики сильней сжимаем

Отпускаем, разжимаем

Знайте девочки и мальчики

Отдыхают ваши пальчики.

При проявлении утомления, снижении работоспособности, при потере интереса и внимания в структуру занятия включаю **физкультурные минутки**. Эта форма двигательной нагрузки является необходимым условием для поддержания высокой работоспособности и сохранения здоровья детей.

Кинезеологические упражнения О.И.Крупенчук. Они выполняются с целью улучшения межполушарного взаимодействия, улучшения мыслительной деятельности, памяти и внимания. Развивая моторику, мы создаём предпосылки для становления многих психических процессов. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем более интенсивна нагрузка, тем значительнее эти изменения. Данные методики позволяют выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы возможностей его мозга. В своей работе применяем такие упражнения как "Колечко", "Кулак-ребро-кулак", "Ухо-нос", "Лезгинка", "Замок" и т.д.

Су – Джок акупунктура. Массаж кистей рук с помощью шарика Су-Джок. Су-Джок акупунктура – последнее достижение Восточной медицины. Су-это кисть, Джок- стопа. Су-Джок терапию можно отнести к наилучшим методам самопомощи, самомассажа существующим в наше время. Стимуляция высокоактивных точек соответствия 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 при помощи различных приспособлений. Поистине удивительные результаты даёт массаж кистей рук с помощью шарика Су-Джок, пружинок, прищепок, плодов каштанов, грецкого ореха, шестигранного карандаша и других подручных предметов. Такой массаж не только оказывает благотворное влияние на весь организм, но также помогает решать наши коррекционные задачи: активизирует мозг, развивает межполушарное взаимодействие, иннервацию речедвигательных анализаторов, способствует развитию речи, внимания, памяти, образного и абстрактного

мышления, оптико-пространственного восприятия и мелкой моторики рук, так необходимых для успешной подготовки детей в школе.

Одним из видов здоровьесберегающих технологий, применяемых мною в работе, является **психогимнастика**. *Психогимнастика* для детей представляет собой вид деятельности, направленный на развитие и коррекцию познавательной и эмоционально-личностной сферы. Главной целью психогимнастики можно назвать сохранение детского психического здоровья, а также предотвращение расстройства психики. Психогимнастика помогает детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дает возможность самовыражения.

Психогимнастику в качестве здоровьесберегающей технологии в работе с детьми я выбрала потому, что в ее основе лежит игра, являющаяся основным видом деятельности дошкольника.

Задачи психогимнастики:

- дети тренируют психомоторные функции;
- воспитывают в себе высшие эмоции и чувства;
- избавляются от эмоционального напряжения;
- в детях развиваются навыки концентрации, пластика, координация движений.

Психогимнастика – это не физкультура, не механическое повторение физических упражнений. Любое физическое движение в психогимнастике выражает какой-либо образ. Отсутствие каких-либо внешних атрибутов – еще одно условие. Все предметы и события игрового сюжета должны быть воображаемыми, т.е. обозначаются физическими действиями. А с помощью комментариев, к этим процессам подключается и внутреннее внимание детей. В каждое упражнение я включаю: *фантазию, эмоции и движения* ребенка для того, чтобы он учился произвольно воздействовать на каждый из этих компонентов.

При проявлении утомления, снижении работоспособности, при потере интереса и внимания в структуру занятия включаем *физкультурные минутки*. Эта форма двигательной нагрузки является необходимым условием для поддержания высокой работоспособности и сохранения здоровья воспитанников.

Физкультурная минутка как форма активного отдыха во время малоподвижных занятий достаточно широко применяется с детьми дошкольного возраста. Цель проведения физкультурной минутки — повысить или удержать умственную работоспособность детей на занятиях, обеспечить кратковременный активный отдых для дошкольников во время занятий, когда значительную нагрузку испытывают органы зрения и слуха; мышцы туловища, особенно спины, находящиеся в статическом состоянии.

Виды физминуток:

1. Оздоровительно-гигиенические физкультминутки

Их можно выполнять как стоя, так и сидя расправить плечи, прогнуть спину, потянуться, повертеть головой, “поболтать ножками”.

2. Танцевальные физкультминутки

Они выполняются обычно под музыку популярных детских песен. Все движения произвольны, танцуют, кто как умеет. Они выполняются под музыку, но отличаются более четким исполнением элементов.

3. Физкультурно-спортивные физкультминутки

Это традиционная гимнастика, которая выполняется строго под счет, с равномерным чередованием вдохов и выдохов. Каждое упражнение рассчитано для укрепления определенных групп мышц. Сюда можно включать бег, прыжки, приседания, ходьбу на месте.

4. Подражательные физкультминутки

Зависят от фантазии и творчества учителя. Можно имитировать движения и звуки машин, паровозиков, животных, движения лягушек, обезьянок, кузнечиков, пчел. Эти физкультминутки помогают детям переключиться и поднять настроение.

5. Двигательно-речевые физкультминутки

Я считаю, что внедрение в практику работы, данных приёмов здоровьесберегающих технологий, позволяет сделать учебный процесс для ребёнка более комфортным, повышает эффективность обучения, а главное – сохраняет здоровье наших детей.

2.3. Описание основных методов и методик, используемых в представляемом педагогическом опыте.

Здоровьесберегающие технологии – это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального и физического здоровья всех субъектов образовательного процесса.

В качестве основополагающих принципов здоровьесберегающих технологий можно выделить:

1. Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессобразующих факторов учебно-воспитательного процесса. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, индивидуальный подход, создание для каждого ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для их нормального психофизиологического состояния.

2. Творческий характер образовательного процесса. Обучение без творческого заряда неинтересно, а значит, в той или иной степени, является насилием над собой и другими. Возможность для реализации творческих задач достигается использованием на занятиях активных методов и форм обучения.

3. Обеспечение мотивации образовательной деятельности. Ребенок – субъект образования и обучающего общения, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации, что обеспечивает естественное повышение работоспособности и эффективности работы мозга не в ущерб здоровью.

4. Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций. Прежде всего, имеется в виду переход от совместных действий к самостоятельным, от действия в

материальном плане по материализованной программе к речевому и умственному планам выполнения действия, переход от развернутых поэтапных действий к свернутым и автоматизированным.

5. Учет системного строения высших психических функций. При формировании базовых функций педагогу важно принимать во внимание все входящие в данную функцию компоненты, их готовность к формированию новой функции.

6. Предпочтение значимого осмысленного содержания при освоении нового материала, обучение "по единицам, а не по элементам", принцип целостности.

7. Осознание ребенком успешности в любых видах деятельности. Педагогу нет необходимости быть необъективным - он может выделить какой-то кусочек или аспект работы, похвалить за старание в определенный период времени.

8. Рациональная организация двигательной активности. Сочетание методик оздоровления и воспитания позволяет добиться быстрой и стойкой адаптации ребенка к условиям детского сада или школы: до 50% снижаются общая заболеваемость, обострение хронических заболеваний, пропуски по болезни.

9. Обеспечение адекватного восстановления сил. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, смена произвольной и эмоциональной активации необходимо во избежание переутомления детей.

10. Обеспечение прочного запоминания. Научно обоснованная система повторения - необходимое условие здоровьесберегающих технологий.

11. Комплексная система закаливания детей.

В своей практической деятельности выделяю 3 вида современных здоровьесберегающих технологий:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья: динамические паузы, подвижные игры, релаксация, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, расслабляющая.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни: проблемно-игровые (игротренинги и игротерапия), коммуникативные игры, массаж, точечный самомассаж.

3. Коррекционные технологии: кинезиология, технологии коррекции речи, психогимнастика, фонетическая ритмика, артикуляционная гимнастика, биоэнергопластика, коррекция моторной неловкости, развитие графомоторных навыков.

Первая группа технологий, направленных на осуществление основной профессиональной деятельности.

1. *Артикуляционная гимнастика* - выработка правильных движений артикуляционных органов, необходимых для нормального звукопроизношения, а также укрепление мышц лица, языка, губ, мягкого нёба.

Для этого собраны наглядные комплексы упражнений в альбомах, фотографии для демонстрации упражнений, используются наглядные модели, накоплен материал комплексов упражнений в виде презентаций Power Point.

Одним из видов артикуляционной гимнастики является *биоэнергопластика*. Под этим красивым словом понимается

сопряженная гимнастика для языка и кистей рук под сопровождение стихотворного текста или упражнения объединены в единый сюжет.

Выполнение или невыполнение ребенком определенной артикуляционной позы, может сказать о зрелости или незрелости артикуляционной мускулатуры, а также по некоторым признакам мы можем судить и о более глубоком нарушении, свидетельствующем о неврологических нарушениях, о стертой форме дизартрии. При которой процесс работы над звуком затягивается и автоматизации идет дольше, чем у детей с простым нарушением речи, либо звук вообще не может автоматизироваться в речи.

к неврологу с подозрением на стертую форму дизартрии.

2. *Фонетическая ритмика* - обозначение звуков речи при помощи движений тела, тело нам подсказывает само и помогает произносить и закреплять звук. А также выполняет функцию формирования правильного речевого дыхания, с продолжительным выдохом. *Например:* звук А – разводим руки в стороны, рисуя большой круг, рот широко открыт; звук У – губы вытягивает в трубочку, руки вместе и тянем из вперед, кисти на себя. Звук О – чуть присели, руки подняли кверху и соединили, в овал, губы округлены. При помощи упражнений предлагаю прочесть заданный слог. Таким образом, еще и выполняем функцию развития звукового анализа и обучения чтению слогов при помощи тела.

3. *Дыхательная гимнастика* - закрепление навыков диафрагмального дыхания, развитие силы, плавности, длительности выдоха.

Считается, что правильное дыхание избавляет человека от многих болезней и не допускает их появления. Правильное дыхание стимулирует работу сердца, головного мозга и нервной системы. Медленный выдох помогает расслабиться, успокоиться, справиться с волнением и раздражительностью. Это очень актуально для маленьких детей, так как в большинстве своем это гиперподвижные, легко возбудимые дети. Кроме того, большинство из них имеют увеличенные аденоиды, хронический насморк, что приводит к привычке постоянно дышать ртом.

В дошкольном учреждении дыхательным упражнениям необходимо уделять особое внимание. Правильное речевое дыхание – основа для нормального звукопроизношения, речи в целом. Некоторые звуки требуют энергичного сильного выдоха, сильной воздушной струи.

4. *Игровой массаж и самомассаж.*

Использую его для нормализации мышечного тонуса, опосредованного стимулирования речевой области в коре головного мозга, развития мелкой моторики, эмоционально-волевой сферы и оздоровления.

Нейрофизиологи говорят: «Руки и уши – вышедший наружу мозг», потому что в этих частях тела находятся нервные окончания, посылающие импульсы к разным частям тела и органам.

5. *Игровой метод* применяю с различными компонентами игровой деятельности в сочетании с приемами: показом, пояснением, указаниями, вопросами. Предлагаю детям различные игры: с пением, дидактические, подвижные, творческие, драматизации. Их использование определяю задачами и

этапами коррекционно-логопедической работы, характером и структурой дефекта, возрастными и индивидуальными особенностями детей.

Использую *знаково-символическое моделирование* при формировании звукового анализа и синтеза предложения, слогового и звукового состава слова.

б. Наглядные и словесные методы применяю для коррекции нарушений сенсорной сферы, фонематического восприятия, развития звукового анализа и синтеза, закрепления правильного произношения звуков, развития лексического запаса, грамматического строя, связной речи.

Вторая группа технологий направлена на предотвращение усталости, расслабление тела, профилактику нарушений зрения, повышение сопротивляемости организма воздействию неблагоприятных факторов.

1. Зрительные тренажеры

Использую в работе тренажеры для снятия усталости с глаз и развития глазодвигательных мышц. Во время физпаузы, для снятия усталости с глаз, перед сменой вида деятельности, беру флажок определенного цвета и предлагаю следить за тем, что я сейчас буду рисовать флажком в воздухе, это может быть фигура, буква. Например, для активизации умственной деятельности, снижения тормозных процессов беру флажок синего (голубого) цвета и рисуем им фигуру (прямоугольник, рисую в одну сторону 3-4 раза; круг в другую сторону). Здесь подключается уже в работу *Цветотерапия*.

Так, зеленый цвет (цвет оптимума)-вызывает у ребенка интерес к познанию, настраивает на работу. Рекомендуются его использование после эмоционального возбуждения и двигательной активности, создает настроение.

Красный цвет – используем для активизации физиологических процессов. Желтый цвет- центр наибольшей светимости в спектре, тем самым стимулирует зрение, снимает нервное напряжение, успокаивает.

2. Релаксационная гимнастика, кинезиологическая гимнастика.

Обучение детей навыкам релаксации начинаю с игровых упражнений, которые позволяют ребенку почувствовать разницу между напряжением мышц и их расслаблением. Проще всего ощутить напряжение мышц в ногах и руках, поэтому детям предлагается перед расслаблением сильно и кратковременно сжать кисти рук в кулак, напрячь мышцы предплечий, икроножные мышцы и мышцы бедер и т.д.. При выполнении упражнений на напряжение и расслабление необходимо учитывать, что напряжение должно быть кратковременным, а расслабление — достаточно длительным.

3. Кинезиологическая гимнастика представлена несколькими блоками упражнений, которые синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания, облегчают процессы письма.

Использование игровых упражнений (например, имитация действия: рубят дрова, деревья качаются от ветра, имитация походки медведя, лисы) вызывает эмоционально-положительный настрой детей, снимает у них напряжение.

РАЗДЕЛ 3. Результативность опыта

3.1. Результативность педагогического опыта.

Апробация использования здоровьесберегающих технологий в коррекционно-развивающей работе с воспитанниками с общим нарушением речи проходила с 2018 по 2021 год, на воспитанниках старшего дошкольного и подготовительного возраста.

Опыт работы по данной теме показал, что применение перечисленных здоровьесберегающих технологий, а также создание наиболее разнообразной, интересной для ребенка речевой среды, неизменно приводит к повышению эффективности коррекционной работы, сохранению и развитию физического и психического здоровья ребенка (способствует решению задач гармоничного развития дошкольников более результативно и в короткие сроки, активизирует психические процессы и формирует личность ребенка в целом).

Здоровьесберегающие технологии помогают в комплексном, поэтапном устранении речевых нарушений. Проводимая мной работа показывает, что ***использование здоровьесберегающих технологий на коррекционных логопедических занятиях позволяет решить несколько задач:***

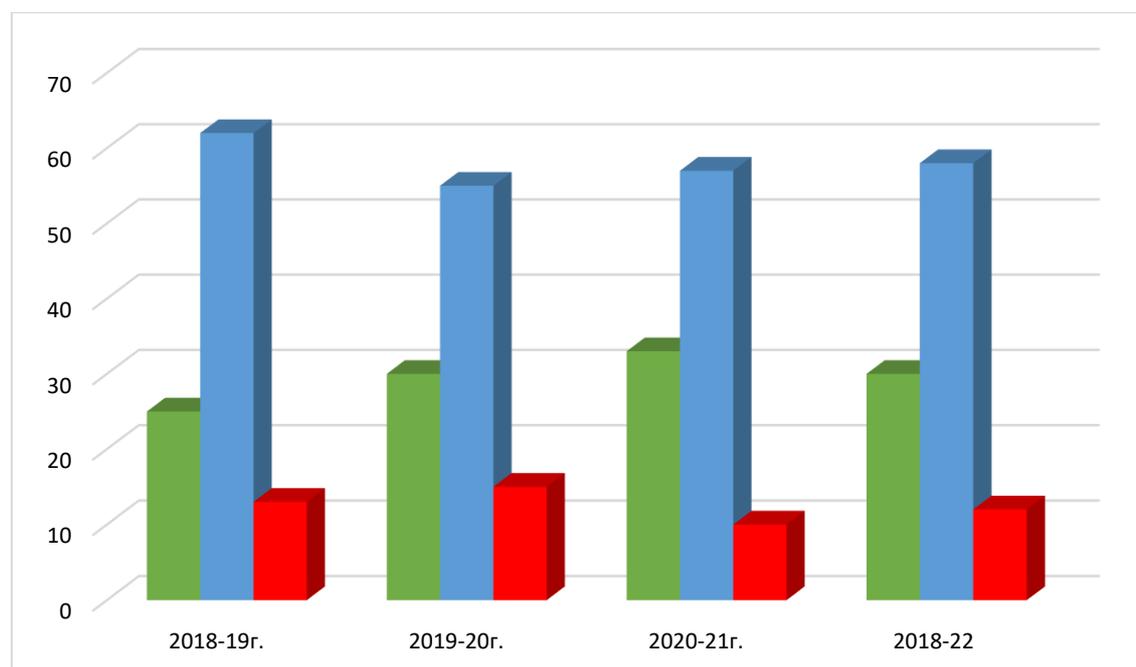
- Способствует повышению речевой активности;
- Развивает речевые умения и навыки (пополнение словарного запаса, формирование грамматического строя, восполнение пробелов в развитии звуковой стороны речи, формирование связной речи);
- Снимает напряжение, восстанавливает работоспособность;
- Активизирует познавательный интерес;
- Улучшает концентрацию внимания, снижает трудности переключения с одного вида деятельности на другой.
- Развитие мелкой, общей и артикуляционной моторики.

За период сентябрь 2018 - май 2021 год наблюдается положительная динамика по устранению дефектов произношения у детей логопатов, формирование фонематических процессов, совершенствование просодической стороны речи, формирование навыков пользования лексически и грамматически правильной речью, подготовке к обучению грамоте.

Учебный год	Месяц	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
2018-2019	октябрь	0 %	45 %	55 %
	май	25 %	62 %	13 %
2019-2020	ноябрь	0 %	38 %	62 %
	май	30 %	55 %	15 %
2020-2021	октябрь	0 %	33 %	67 %
	май	33 %	57 %	10 %

Представленные результаты обследования воспитанников отражены в диаграмме .

Результат работы по теме: «Здоровьесберегающие технологии в логопедической практике » за 2018-2021 учебный год.



Зеленый - высокий уровень

Синий – средний уровень

Красный – низкий уровень.

Таким образом, в результате использования приемов здоровьесберегающих технологий на логопедических занятиях: повышается обучаемость, улучшаются внимание, восприятие; дети учатся видеть, слышать, рассуждать; корректируется поведение и преодолеваются психологические трудности; снимается эмоциональное напряжение и тревожность; повышается речевая активность; развиваются глазодвигательные мышцы и снимается усталость с глаз; развивается общая и мелкая моторика; формируются двигательные умения и навыки; формируется правильное речевое дыхание и артикуляционный праксис; формируется правильное, осмысленное чтение, пробуждается интерес к процессу чтения и письма; развивается способность к переносу полученных навыков при изучении предметного материала.

Коррекционная работа на логопедических занятиях направлена не только на предупреждение и устранение речевых недостатков, но и на развитие психических процессов, что способствует подготовке детей к усвоению школьных программ по русскому языку и чтению.

Уровень результативности по коррекции звукопроизношения за последние 3 года колеблется от 60 до 70 %.

4. ЗАКЛЮЧЕНИЕ

4.1. Выводы.

Жизнь в XXI веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Особенно остро эта проблема стоит в образовательной области, где всякая практическая работа, направленная на укрепление здоровья детей, должна приносить ощутимые результаты.

Логопедическая практика показывает, что с каждым годом увеличивается количество детей с нарушением речи. Известно, что дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма.

Правильная речь является одной из важнейших составляющих полноценного развития личности, процесса его социальной адаптации. Значительный процент речевых нарушений проявляется в дошкольном возрасте, так как этот возраст является сенситивным периодом развития речи. Своевременное устранение речевых нарушений предупреждает их отрицательное влияние на формирование личности и на все составляющие здоровья ребёнка.

Здоровьесберегающие технологии, влияющие на формирование гармоничной, творческой личности, на проблему социальной адаптации дошкольников, на развитие личности ребёнка и подготовка его к самореализации в жизни с опорой на ценностные ориентиры, такие как здоровье, помогают логопеду в комплексном, поэтапном устранении речевых нарушений.

Практический опыт работы показывает, что ***использование здоровьесберегающих технологий на коррекционных логопедических занятиях позволяет решить следующие задачи:***

- 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. Развитие мелкой, общей и артикуляционной моторики

Использование здоровьесберегающих технологий в моей деятельности стало перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения речи. Эти методы работы принадлежат к числу эффективных средств коррекции, все чаще применяемых в специальной педагогике и помогающих достижению максимально возможных успехов в преодолении не только речевых трудностей, но и общего оздоровления детей дошкольного возраста. На фоне комплексной логопедической помощи здоровьесберегающие технологии оптимизируют процесс коррекции речи детей, позволяют интереснее и разнообразнее организовывать логопедические занятия.

Применение в моей работе здоровьесберегающих технологий помогает организовать образовательный процесс с учетом интересов ребенка, поддержать его активность, самостоятельность, инициативность.

Произнесение звуков – это результат координированной работы всего организма, а не только артикуляционных органов. Точное выполнение упражнений для ног, рук, головы, туловища подготавливает работу губ, языка, нижней челюсти. Наш организм нуждается, чтобы его охраняли, оберегали, содержали в порядке и постоянно подпитывали. Для этого и нужны здоровьесберегающие технологии.

Применяемые мной упражнения способствуют пробуждению интереса к занятиям, умению понимать словесные инструкции, развитию темпоритмической, интонационной и слоговой структуры речи, внимания, памяти, усидчивости, обогащению активного словарного запаса, формированию связной речи, помогают сделать речь яркой и эмоциональной, закрепить счёт, понятия «правая-левая рука», названия пальцев, содержат элементы пальчиковой гимнастики, релаксации и эмоциональной разрядки, повышают настроение детей.

Я стараюсь сделать так, чтобы ребенок сам захотел заниматься и получал от этого удовольствие, тогда процесс развития не нанесет ущерб его здоровью.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что использование здоровьесберегающих технологий в НОД способствует не только сохранению и укреплению здоровья детей с проблемами в развитии речи, но и улучшению адаптивных и компенсаторных возможностей детского организма.

В планах - продолжить работать по данной теме, комплексно воздействуя на ребенка для дальнейшей динамики речевого развития и внедрить в практику технологии музыкального воздействия, ароматерапию, цветотерапию. С учетом рекомендаций родителей.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Буденная Т.В. «Логопедическая гимнастика». – СПб., 2003.
2. Гаврючина Л.В. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ». – М.: ТЦ Сфера, 2006
3. Гомзяк О.С. «Комплексный подход к преодолению ОНР у дошкольников». – М., 2009
4. Кузнецова С.В., Е.В. Котова, Т.А. Романова «Система работы с узкими специалистами ДОУ». – М.: ТЦ Сфера, 2008г.
5. Картушина М.Ю. «Логоритмические занятия в детском саду». - М., 2004.
6. Мальгавко Н.В. «Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми с ОНР» – Журнал «Логопед», 2012- №1.
7. Нищева Н. В. «Система коррекционной работы в логопедической группе для детей с общим недоразвитием речи». – СПб., 2003
8. Пожиленко Е.А. «Артикуляционная гимнастика. Методические рекомендации по развитию моторики, дыхания и голоса у детей дошкольного возраста». – СПб., КАРО, 2007.
9. Панфёрова И.В. «Здоровьесберегающие технологии в логопедической практике». – Журнал «Логопед», 2011 - №2.
10. Панферова И.В., Л.Н. Филиппова «Преемственность в работе логопеда и других специалистов» Журнал «Логопед», 2007- №4.
11. Степанова О.А. «Организация логопедической работы в дошкольном образовательном учреждении.

