**Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми с тяжелыми нарушениями речи**

Дети с тяжелыми речевыми патологиями, особенно имеющими органическую природу, отличаются от своих сверстников по показателям физического и нервно - психического развития. Это выражается в следующих психолого-педагогических особенностях:

- недоразвитие всей познавательной деятельности (речь, восприятие, память, мышление)

- недоразвитие мыслительных операций, сниженная наблюдательность, снижение способности к абстрагированию, обобщению

- внимание характеризуется неустойчивостью, трудностями включения, переключения и распределения; дети быстро утомляются, имеют пониженную работоспособность

- быстрое забывание материала, особенно речевого, снижение активной направленности в процессе припоминания последовательности событий, сюжетной линии текста

- нарушения эмоционально-волевой сферы: нестойкость интересов, сниженная мотивация, замкнутость, негативизм, неуверенность в себе, повышенная раздражительность, агрессивность, обидчивость, трудности в общении с окружающими, налаживании контактов со сверстниками

- двигательные расстройства. Дети с тяжёлыми нарушениями речи моторно неловки, неуклюжи (это касается и общей, и мелкой моторики), характеризуются импульсивностью, хаотичностью движений

В речи детей с тяжёлыми нарушениями речи наблюдаются следующие особенности:

- тяжелые нарушения общей разборчивости речи

- медленный темп оречевления

- ограниченный лексический запас

- несформированность процессов словообразования и словоизменения

- стойкие аграмматизмы

- несформированность навыков связного высказывания

- стойкие расстройства письменной речи (и их предпосылок)

С каждым годом увеличивается количество детей с дизартрией, алалией, ринолалией, заиканием, увеличивается степень сложности речевых патологий у детей.  В связи с этим в последние годы среди логопедов получила широкое применение практика использования здоровьесберегающих технологий.

Что же это такое — здоровьесберегающие технологии? Это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействия всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. Другими словами, это все формы, средства и методы, используемые в образовательном учреждении для укрепления и сохранения здоровья.

В условиях дошкольного учреждения сегодня есть возможность использовать на логопедических занятиях следующие здоровьесберегающие технологии:

Динамические паузы *(физкультминутки)* *(рекомендуются для всех детей в качестве профилактики при утомлении).*

Подвижные и спортивные игры *(проводятся ежедневно в соответствии с возрастом детей)*

Релаксация *(проводится для всех возрастных групп)*. Релаксация – минутка, помогающая снять напряжение с анализаторов и успокоить организм. Можно использовать спокойную классическую музыку *(П. И. Чайковский, С. Рахманинов, звуки природы.)*

Артикуляционная гимнастика  - совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе.

Пальчиковая гимнастика *(рекомендована всем детям, особенно с речевыми проблемами).*

На ладони много биологически активных точек. Воздействуя на них можно регулировать функционирование внутренних органов. Например, мизинец — сердце, безымянный палец — печень, средний палец — кишечник, указательный палец — желудок, большой палец — голова. Поглаживание по ладони нормализует работу всего желудочно-кишечного тракта.

Пальчиковая гимнастика способствует:

- овладению навыками мелкой моторики;

- помогает развивать речь и умственные способности ребёнка;

- повышает работоспособность коры головного мозга;

- развивает у ребёнка психические процессы: мышление, внимание, память, воображение;

- помогает снимать тревожность.

Утренняя гимнастика *(ежедневно, утром)*;

Дыхательная гимнастика- способствует развитию физиологического и речевого дыхания, которое у детей с указанными речевыми патологиями нарушено.  Ведётся работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Выработка правильного дыхания необходима для коррекции звукопроизношения. Кроме того, дыхательная гимнастика оказывает на организм ребенка комплексное лечебное воздействие.

Гимнастика пробуждения *(проводится ежедневно после дневного сна)*;

Гимнастика утренняя *(ежедневно, утром, перед завтраком во всех группах)*;

Физкультурные занятия проходят 2-3 раза в неделю *(15-20 мин.)*

Гимнастика для глаз

Гимнастика для глаз полезна всем в целях профилактики нарушений зрения. Упражнения для глаз предусматривают движение глазного яблока по всем направлениям.

Зрительную гимнастику необходимо проводить регулярно 2-3 раза в день по 3-5 минут.

Посмотрите далеко,

*(вытягиваем руки вперед, смотрим на ладони.)*

Посмотрите близко,

*(Подносят ладони близко к глазам.)*

Посмотрите высоко,

*(Поднимают руки вверх)*

Посмотрите низко.

*(Опускают руки вниз)*.

Гимнастика пробуждения. *(комплекс «Кошечка»)*

Прогулки;

Зрительная гимнастика – для глаз, помогает укреплять мышцы глаз, развивать остроту, боковое зрение, восприятие.

Ритмопластика - развивает чувство ритма, музыкальный слух и вкус, умение правильно и красиво двигаться, умение чувствовать и передавать характер музыки, укрепляет различные группы мышц и осанку.

Сказкотерапия – используют для психологической терапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, группа детей, а остальные дети повторяют за рассказчиками необходимые движения.

Логоритимика или фонетическая ритмика - система двигательных упражнений, в которых движения рук, ног, головы, корпуса сочетаются с произнесением речевого материала. Все упражнения направлены на нормализацию речевого дыхания, формирования умения изменять силу и высоту голоса, правильное произнесение звуков и их сочетаний, умение регулировать темп речи.

  Физкультминутки направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции.

Перечисленные современные виды здоровьесберегающих технологий применяются сотрудниками нашего учреждения дошкольного образования в ходе работы с детьми комплексно. Но результат был бы еще лучше, если бы прослеживалась некая взаимосвязь в решении данного вопроса между учреждением дошкольного образования и родителями. Все, что мы делаем в детском саду должно находить поддержку в семье.

Использование вышеперечисленных здоровьесберегающих технологий при проведении коррекционно-логопедической работы, а также создание наиболее разнообразной, интересной для ребёнка речевой среды способствуют решению задач гармоничного развития дошкольника, активизируют психические процессы и формируют личность ребёнка в целом, снижают заболеваемость и приобщают его к здоровому образу жизни.

Десять золотых правил здоровьясбережения:

Соблюдайте режим дня!

Больше двигайтесь!

Обращайте больше внимания на питание!

Спите в прохладной комнате!

Не гасите в себе гнев, дайте вырваться ему наружу!

Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!

Гоните прочь уныние и хандру!

Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!

Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!

Желайте себе и окружающим только добра!

Подготовила:

Учитель-дефектолог: Козлова И.В.

Источник:

[www.logopedmaster.ru](http://www.logopedmaster.ru)