

«Здоровьесберегающие технологии в логопедической практике» (консультация для педагогов)

В последние годы выявилась устойчивая тенденция к существенному снижению показателей здоровья и темпов развития детей дошкольного возраста, что обусловлено ухудшением социально-экономических и экологических условий. В связи с этим в настоящее время все более востребованными становятся такие педагогические технологии, которые помимо педагогического эффекта предполагают сбережение здоровья детей.

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).

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 происходит без ущерба их здоровью, способствует его укреплению. Новые стимулы, служат для создания благоприятного эмоционального фона, способствуют включению в работу сохранных и активизации нарушенных психических функций.

Выделяют различные виды гимнастик: артикуляционная, дыхательная, гимнастика для глаз.

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

Регулярное выполнение поможет:

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

Цель артикуляционной гимнастики - выработка правильных, полноценных движений и определённых положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные.

Упражнения для артикуляционной гимнастики нельзя подбирать произвольно. Следует предусматривать те артикуляционные уклады, которые необходимо сформировать.

Артикуляционная гимнастика включает упражнения как для тренировки подвижности и переключаемости органов, отработки определённых положений губ, языка, правильного произношения всех звуков, так и для каждого звука той или иной группы.

Дыхательная гимнастика – упражнения, способствующие развитию речевого дыхания, формированию длительного, направленного выдоха.

Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмального – 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. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Кроме того, дыхательная гимнастика оказывает на организм ребенка комплексное лечебное воздействие.

Зрительная гимнастика

Специальные упражнения для глаз, способствуют профилактике нарушения зрения, развитию подвижности глаз, восстановлению бинокулярного зрения, снятию утомления с глаз, расслаблению зрительной системы, положительно влияют на циркуляцию крови и внутриглазной жидкости в органе зрения, на тренировку аккомодационных мышц, укрепление глазодвигательных мышц, активизацию и восстановление зрения при косоглазии и амблиопии, а также создаётся положительный эмоциональный фон, что способствует повышению работоспособности детей и усилению их познавательной активности. Упражнения зрительной гимнастики использую и как компонент общей релаксации.

К коррекционным технологиям относятся: логоритмика, упражнения на развитие мелкой моторики, пальчиковые игры, физкультминутки.

Логоритмика – широко известная и эффективная технология. В результате применения логоритмических упражнений улучшается выразительность движений, ритмичность, четкость, плавность, слитность. Это 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.

Развитие мелкой моторики пальцев рук.

На развитие мелкой моторики пальцев рук на коррекционных занятиях уделяю особое внимание, так как этот вид деятельности способствует умственному и речевому развитию, выработке основных элементарных умений, формированию графических навыков.

Движения организма и речевая моторика имеют единые механизмы, поэтому развитие тонкой моторики рук напрямую влияет на развитие речи. Именно поэтому пальчиковая гимнастика занимает прочное место в моих занятиях с детьми.

У детей с задержкой речевого развития наблюдается плохая координация мелкой моторики пальцев рук. И как следствие – может развиваться дисграфия (нарушение письма). Развитие движения пальцев как бы подготовит платформу для дальнейшего развития речи. Сочетаю упражнения по развитию мелкой моторики с собственно речевыми упражнениями.

Стимулирую активные точки, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики). Эффективен и ручной массаж пальцев.

Физкультминутки.

Оздоровительные паузы – физминутки провожу в игровой форме в середине занятия. Они направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции.

К технологиям обучения здоровому образу жизни относятся: самомассаж, массаж биологически активных зон.

«Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, с музыкальным сопровождением, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Непременным условием является постоянное наблюдение за самочувствием и индивидуальной реакцией детей. Все упражнения должны выполняться на фоне позитивных ответных реакций ребенка. При проведении массажа рекомендуется обучать детей не надавливать с силой на указанные точки, а массировать их мягкими движениями пальцев. Выполнять массажные движения следует от периферии к центру.

Перед проведением занятия педагогу следует попробовать выполнить все упражнения самому. В этом случае на занятии дети легко их исполнят по показу. Очень большое значение для сохранения внимания и интереса детей имеет подбор музыкального сопровождения, а также интонационное разнообразие речи педагога. Нужно суметь и музыкой, и речью, и мимикой создать сказочную, волшебную атмосферу. И вы сами убедитесь, увидите, каким восторгом загорятся глаза ваших воспитанников.

« Утка и кот »

А уточки, а уточки
Все топают по улочке.
Идут себе вразвалочку
И крикают считалочку.
Утка крикает, зовет
Всех утят с собою,
А за ними кот идет,
Словно к водопою.
У кота хитрющий вид,
Их поймать мечтает!
Не смотри ты на утят-
Не умеешь плавать!

Поглаживать шею ладонями сверху вниз

Указательными пальцами растереть
крылья носа.

Пальцами поглаживать лоб от середины
к вискам.

Раздвинуть указательный и средний
пальцы, сделать «вилочку» и массировать
точки около уха.

«Дождик»

Массаж спины под песню Е. Поплянской (сб. «А мы на уроке – играем»)

Дождик бегаёт по крыше-
Бом! Бом! Бом!
По веселой звонкой крыше-
Бом! Бом! Бом!

Дома, дома посидите-
Бом! Бом! Бом!

Никуда не выходите-
Бом! Бом! Бом!

Почитайте, поиграйте-
Бом! Бом! Бом!

А уйду-тогда гуляйте-
Бом! Бом! Бом!

Дождик бегаёт по крыше-
Бом! Бом! Бом!

По веселой звонкой крыше-
Бом! Бом! Бом!

Встать друг за другом «паровозиком»
и похлопывать друг друга по спине.

Постукивание пальчиками.

Поколачивание кулачками.

Поглаживание ладошками.

«Летели утки»

Дети садятся на ковер, где проводится массаж лица.

Летели утки

Над лесной опушкой,

Задели ели

Самую макушку,

И долго елка

Ветками качала...

Слегка касаясь пальцами,
провести по лбу 6 раз

Слегка касаясь пальцами,
провести по щекам 6 раз

Указательными пальцами
массировать крылья носа
по кругу от себя

« Гусь »

Дети садятся на ковер и делают массаж пальцев

Где ладошка? Тут? Тут!

На ладошке пруд? Пруд!

Палец большой-

Это гусь молодой,

Указательный-поймал,

Средний-гуся ощипал,

Безымянный-суп варил,

А мизинец-печь топил.

Полетел гусь в рот,

А оттуда в живот.

Вот!

Показывают правую ладошку.

Гладят левой ладонью правую.

Поочередно массируют
каждый палец.

Машут кистями, двумя ладонями,
прикасаются ко рту, потом к животу
Вытягивают ладошки вперед.

Таким образом, в результате использования приемов здоровьесберегающих технологий: 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.

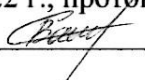
Использование здоровьесберегающих технологий в деятельности стало перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения речи. Эти методы работы принадлежат к числу эффективных средств коррекции, все чаще применяемых в специальной педагогике и помогающих достижению максимально 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.

Произнесение звуков – это результат координированной работы всего организма, а не только артикуляционных органов.

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

Учитель- логопед  И.П. Мисюкова

Заслушано на заседании Педагогического совета от 15.09.2022 г., протокол № 2.

Председатель Педагогического совета  С.В. Васильева