**Выступление на педагогической гостиной**

**«Здоровьесберегающие технологии в развитии речи детей дошкольного возраста»**

 **(октябрь 2012)**

В сентябре 2012 была проведена логопедическая диагностика детей старшего и среднего дошкольного возраста МКДОУ д/с №7 «Родничок»

Результаты обследования представлены в таблице

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Группа | Норма | ФФН | Фонетическое нарушение  | Фонематическое недоразвитие | ОНР |
| Подготовительная | 6 чел24% | 936% | 936% | 14% |  |
| Старшая группа | 314% | 1362% | 210% | 210% | 14% |
| Итого | 9 чел19% | 22чел48% | 11 чел24% | 3 чел7% | 12% |

 Для проведения занятий зачислено 17 человек подготовительной группы, 12 детей старшей группы и 1 ребенок средней группы. 10 человек средней группы будут посещать занятия кружка, на котором мы проводим пальчиковые, подвижные игры, артикуляционную гимнастику, развиваем слуховое внимание и учимся слышать звуки.

Отмечается большое количество детей с недоразвитием грамматического строя. Наиболее типичны ошибки в употреблении предлогов, согласовании числительных 2 и 5 с существительными, образовании названий детенышей животных.

За последние годы наблюдается положительная динамика в сторону увеличения количества детей, имеющих проблемы в речевом развитии. Эти дети поздно начинают говорить, дефектно произносят большое количество звуков, имеют стойкое недоразвитие лексико-грамматического строя и фонематического слуха. Чаще всего это приводит к трудностям в школьном обучении: дети не могут сформулировать свои высказывания, выразить свою мысль, испытывают трудности в усвоении письменной речи, в общении с окружающими.

Проблема эта должна решаться комплексно с участием всех лиц, окружающих ребенка: родителей, педагогов, медиков. Сегодня мне хотелось бы остановится на тех методах и приемах, которые могут использовать педагоги в своей работе.

Основная задача дошкольного воспитания и образования - это формирование здоровой личности ребенка, готовой к школьному обучений. С этой цель становятся актуальными вопросы применения здоровьесберегающих технологий для развития речи детей.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании – 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.

 Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и сохранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Основные технологии, которые может использовать педагог в работе с детьми:

- **релаксация** – это комплекс расслабляющих упражнений, снимающих мышечное напряжение рук, ног, шеи, речевого аппарата. Релаксационные упражнения могут проводиться перед дневным сном, включаться как часть занятия.

 Большинству детей с речевыми нарушениями свойственно нарушение равновесия между процессами возбуждения и торможения, повышенная эмоциональность, двигательное беспокойство. Любые, даже незначительные стрессовые ситуации перегружают их слабую нервную систему. Мышечная и эмоциональная раскованность – важное условие для становления естественной речи и правильных телодвижений. Детям нужно дать почувствовать, что мышечное упражнение по их воле может смениться приятным расслаблением и спокойствием.

 Умение распознать отдельные группы мышц, выделять их среди остальных, начинается с расслабления наиболее знакомых крупных мышц рук, ног, шеи, корпуса. Дети могут лучше почувствовать расслабление указанных мышц, если сначала дать им ощутить некоторое напряжение этих же мышц. Затем следует продемонстрировать, как неприятно состояние напряженности, и, наоборот, подчеркнуть, как непринужденно мы себя чувствуем, когда наши мышцы не напряжены, расслаблены. Ведь только ненапряженные руки легко выполняют любое действие по нашему желанию. При этом необходимо

*Описание основных упражнений.*

*Упражнения для расслабления рук, ног, корпуса по контрасту с напряжением.*

«На пляже». Педагог (показывает и объясняет): представьте себе, что ваши руки и ноги загорают. Сидя на стуле, руки и ноги поднимаем, держим… Ноги и руки устали. Опускаем. Ноги и руки свободно отдыхают, расслабились. Слушайте и делайте как я:

Мы прекрасно загораем!

Выше ноги поднимаем,

Выше руки поднимаем.

Держим, держим, напрягаем…

Загорели! Опускаем! (Ноги резко опустить на пол, руки - на колени)

Ноги не напряжены,

Руки не напряжены и рассла-а-блены.

«Кораблик». Педагог (показывает и объясняет): представьте себе, что мы на корабле. Качает. Чтобы не упасть, поставьте ноги на ширину плеч, стопы от пола не отрывайте. Руки сцепите за спиной. Качнуло палубу: сильнее прижмите к полу правую ногу, тело наклоните вправо, и левая нога расслабится. Качнуло в другую сторону: сильнее прижмите к полу левую ногу, тело наклоните влево, и правая нога расслабится. Слушайте и делайте как я:

Стало палубу качать – ногу к палубе прижать!

Крепче ногу прижимаем, а другую – расслабляем

Сядьте и слушайте:

Снова руки на колени, а теперь немного лени…

Напряженье улетело, и расслабилось все тело…

Наши мышцы не устали и еще послушней стали.

«Шарик». Логопед (показывает и объясняет): представьте себе, что мы надуваем воздушный шар. Положите руку на живот. Надуваем живот так, будто это воздушный шар. Мышцы живота напрягаются. Плечи не поднимаются. Выдохнули воздух медленно – будто шарик сдулся. Живот расслабился. Слушайте и делайте как я:

Вот как шарик надуваем и рукою проверяем.

Шарик лопнул – выдыхаем, наши мышцы расслабляем.

Дышится легко, вольно, глубоко.

*Упражнения для расслабления мышц речевого аппарата – губ, челюстей, языка.*

(Проводятся аналогично предыдущим. Образы и техника расслабления подсказываются рифмованным текстом).

«Лягушки»

Вот понравится лягушкам: тянем губы прямо к ушкам!

Потяну – и перестану, но нисколько не устану!

Губы не напряжены и расслаблены.

 «Орешек»

Зубы крепче мы сожмем, а потом их разожмем,

Губы чуть приоткрываются, все приятно расслабляется.

«Горка»

Кончик языка внизу, язык горкой подниму.

Спинка языка тотчас станет горочкой у нас!

Я растаять ей велю – напряженья не люблю.

Язык на место возвращается и приятно расслабляется.

*Общее мышечное и эмоциональное расслабление*.

Педагог:

Все умеют танцевать, бегать. Прыгать и играть,

Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая. Очень легкая, простая.

Замедляется движенье, исчезает напряженье.

И становится понятно: расслабление приятно.

Реснички опускаются, глазки закрываются…

Мы спокойно отдыхаем, сном волшебным засыпаем.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Напряженье улетело и расслаблено все тело.

Будто мы лежим на травке… На зеленой мягкой травке…

Греет солнышко сейчас, руки теплые у нас.

Жарче солнышко пригрело – и ногам тепло и телу.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Губы теплые и вялые, но нисколько не усталые.

Губы чуть приоткрываются, все приятно расслабляется.

И послушный наш язык быть расслабленным привык.

Громче, быстрее, энергичнее:

Было славно отдыхать, а теперь пора вставать.

Крепко пальцы сжать в кулак,

И к груди прижать - вот так!

Потянуться, улыбнуться, глубоко вдохнуть, проснуться!

Распахнуть глаза пошире – раз, два, три, четыре!

Дети встают и хором с логопедом поизносят:

Веселы, бодры мы снова к занятиям готовы.

*Формулы правильной речи.*

Логопед:

Каждый день, всегда, везде, на занятиях, в игре

Ясно, четко говорим, потому что не спешим.

Паузы мы соблюдаем! Звук ударный выделяем!

И легко нам говорить, и не хочется спешить.

Так спокойно, так приятно. Говорим - и всем понятно.

Данные занятия помогают стать ребятам более спокойными и работоспособными. Благоприятствуют созданию радостной и свободной обстановки на занятиях.

Упражнение «Кулачки»

 Руки на коленях, кулачки сжаты,

Крепко, с напряженьем,

 Пальчики прижаты.

Пальчики сильней сжимаем

 Отпускаем, разжимаем.

Знайте, девочки и мальчики:

 Отдыхают ваши пальчики!

Обращать внимание на то, что напряжение кратковременно, а расслабление длительно.

 - **Дыхательная гимнастика.**

Важнейшие условия правильной речи - это плавный длительный выдох, четкая ненапряженная артикуляция. У учащихся с речевыми нарушениями речевое дыхание и четкость речи обычно нарушаются. Дыхание становится поверхностным, аритмичным.

Правильное дыхание очень важно для развития речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса.

Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха.

Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным, постепенным выдохом, что позволяет получить запас воздуха для произнесения различных по длине отрезков.

Дыхательная гимнастика – ритмичные шумные вдохи и выдохи способствуют насыщению организма кислородом, улучшают обменные процессы, психо– эмоциональное состояние, выводят из стресса, повышают иммунитет.

Учитывая факт, что ряд речевых нарушений имеет в своей симптоматике синдром нарушения физиологического и речевого дыхания, работа по преодолению нарушений речи носит комплексный характер и включает в себя «постановку» правильного *физиологического и речевого дыхания.* Для этого используются статические и динамические дыхательные упражнения, направленные на выработку умения дышать носом, на развитие ротового выдоха, умения дифференцировать носовой и ротовой.

Мне бы хотелось рекомендовать применять дыхательную гимнастику Стрельниковой. Она позволяет не только сформировать правильное дыхание, но является профилактикой ОРВИ, повышает иммунные силы организма, способствует правильной работе внутренних органов.

***Упражнения на развитие диафрагмального дыхания :***

«Игрушки сели на качели»

Дети лежат на спине – на животе у них игрушки. Вдох через нос – живот надуть максимально, выдох через рот – максимально втянуть живот.

***Упражнения на развитие силы и плавности воздушной струи***

«Футбол».

Из кусочка ваты скатать шарик. Это мяч. Ворота - два кубика или карандаша. Ребенок дует на «мяч», пытаясь «забить гол». Вата должна оказаться между кубиками.

 «Снегопад». Сделать снежинки из ваты. Предложите ребенку устроить снегопад. Положите снежинку на ладошку ребенку. Пусть сдует ее.

 Снег, снег кружится, белая вся улица!

Собрались мы в кружок, завертелись, как снежок.

 ***Упражнения на развитие плавного и длительного речевого дыхания.***

«Обратный счет».

Сделав полный вдох, посчитать на выдохе. Для самоконтроля ладонь ребенка лежит на грудной клетке, ощущая ее подъем при вдохе:

- десять, девять;

- десять, девять, восемь;

- десять, девять, восемь, семь;

- десять, девять, восемь, семь, шесть.

 - ***Артикуляционная гимнастика.***- выработка правильных, полноценных движений и определённых положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные. Главная задача - выработать точность, силу, темп, переключаемость движений.

 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. Упражнения должны быть целенаправленными: важны не их количество, а качество выполнения.

 Может проводиться как часть занятия, в утреннее время, после сна с небольшой группой детей.

 -***Пальчиковая гимнастика.***

С.А. Сухомлинский писал, что истоки способностей и дарования детей 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, влияет на центры развития речи, развивает ручную умелость, помогает снять напряжение.

Игры и упражнения с пальчиками разнообразны:

- пальчиковые игры с мелкими предметами;

- пальчиковые игры со скороговорками;

- пальчиковые игры со стихами;

- пальчиковая гимнастика;

- самомассаж кистей и пальцев рук с использованием «сухого бассейна»;

- пальчиковый алфавит;

- пальчиковый театр;

- театр теней.

*«Массаж пальцев».*

 (массируется каждый пальчик поочередно)

Мышка мыла – мыла лапку:

каждый пальчик по-порядку.

Вот намылила большой,

Сполоснув его водой.

Не забыла и указку,

Смыв с него и грязь, и краску.

Средний мылила усердно-

Самый грязный был, наверно.

Безымянный терла пастой,-

Кожа сразу стала красной.

А мизинчик быстро мыла-

Очень он боялся мыла!

**Использование су-джок массажа.** Самомассаж - нетрадиционное, но эффективное направление по развитию межполушарных связей головного мозга, повышению иммунитета, мелкой моторики, и подготовке детей к письму. Под воздействием несложных массажных упражнений достигается нормализация мышечного тонуса, происходит стимуляция тактильных ощущений, а также развитие речевой функции. Массаж кисти и пальцев обеих рук способствует также развитию мышления, памяти, внимания, произвольному переключению движений, улучшает координацию, восстанавливает ослабленные мышцы, помогает снять излишнее напряжение, нормализует эмоциональное состояние детей.

**Самомассаж  колючим шариком «Су-джок»**

**для активизации  речи, познавательной деятельности, развития мелкой моторики пальцев рук и повышения иммунитета детей.**

***Г.Н.Маковеева***

*(Выполняем движения в соответствии с текстом)*

Этот шарик непростой,         -(*любуемся шариком на левой ладошке*)
Он колючий, вот какой*.        - (накрываем правой ладонью)*

Будем с шариком играть     *- (катаем шарик горизонтально*)

И ладошки согревать.

Раз катаем, два катаем*-(катаем шарик вертикально)*

И ладошки согреваем.

Раз катаем, два катаем*-(катаем шарик горизонтально)*

И ладошки согреваем.

Катаем, катаем, катаем           *-(катаем шарик вертикально)*

Сильней на шарик нажимаем.

Как колобок мы покатаем,       *-(катаем шарик в центре ладошки)*

Сильней на шарик нажимаем.

*(Выполняем движения в соответствии с текстом в правой руке)*

В ручку правую возьмём,
В кулачок его сожмём.

Раз сжимаем, два сжимаем

Шарик мы не выпускаем.

*(Выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке)*

В ручку левую возьмём,
В кулачок его сожмём.

Раз сжимаем, два сжимаем

Шарик мы не выпускаем.

*(Выполняем движения в соответствии с текстом)*

Мы положим шар на стол

И посмотрим на ладошки,

И похлопаем немножко,

Потрясём свои ладошки.

Мы немного отдохнём,
Заниматься мы начнём.

*(Дети закрывают глаза и отдыхают, положив голову на стол, а в это время шарик «исчезает» и появляются пружинки или прищепки, грецкий орех и тд.,  главное, чтобы в конце занятия обязательно появился сюрприз: наклейка, конфета, мелкая игрушка…(зависит от фантазии и возможностей взрослых).*

Массаж БАЗ (биологически активных зон)

«**Ежик**».

Жа-жа-жа -мы нашли в лесу ежа. *Слегка касаясь пальцами, провести по лбу 7 раз.*

Жу-жу-жу - подошли мы к ежу. *Слегка касаясь пальцами, провести по щекам 7раз.*

Ужа-ужа-ужа - впереди большая лужа.

*Приставить ладони ко лбу, как бы сделав козырек, и растереть лоб движениями в стороны - вместе.*

Жок-жок-жок - надел ежик сапожок. *Кулачками массировать крылья носа.*

 «**Пчела**».

Ла-ла-ла - на цветке сидит пчела. *Провести пальцами от середины лба к вискам 7 раз.*

Ул-ул-ул - ветерок подул. *Провести пальцами по щекам сверху вниз 7 раз.*

Ала-ала-ала - пчелка крыльями махала. *Кулачками энергично провести по крыльям носа.*

Ила-ила-ила - пчелка мед носила. *Приставить ладони ко лбу, как бы сделав козырек, и растереть лоб движениями в стороны - вместе*.

«**Пчела**».

Жу-жу-жу - я летаю и жужжу. *Указательными пальцами провести по крыльям носа*.

Жи-жи-жи - мне цветок покажи. *Ребрами ладоней растирать лоб.*

Же-же-же - василек растет в меже. *Погладить шею сверху вниз.*

Жу-жу-жу - про цветы всем расскажу. *Указательный и средний палец «вилочкой», растирать точки за и перед ушами.*

«**Киса**».

Са-са-са - кисонька краса. *Поглаживание ладонями щек.*

Сы-сы-сы - есть у кисоньки усы. *Кулачками растирать крылья носа.*

Исы-исы-исы - молоко для кисы. *Провести пальцами по лбу от середины к вискам*.

Иса-иса-иса - бантиком играет киса. *Ладонями растирать уши.*

«**Сорока**».

Ока-ока-ока - где живет сорока? *Потереть ладони друг о друга.*

Оки-оки-оки - не найти гнездо сороки. *Приставить ладони ко лбу, как бы сделав козырек, и растереть лоб движениями в стороны - к середине лба*.

Ок-ок-ок - на, поклюй-ка колосок. *Кулачками растирать крылья носа.*

Ку-ку-ку - попить лети ты на реку. *Указательный и средний палец «вилочкой», растирать точки за и перед ушами.*

Ко-ко-ко - а река - то далеко! *Мягкими движениями погладить шею сверху вниз.*

«**Бурундук**».

Щечка, щечка - два мешочка. *Поглаживать лоб, щеки, нос от центра к вискам.*

Три-четыре корешочка. *Надавить пальцами на переносицу, середину бровей, делая вращательные движения.*

Пять брусничек. *С усилием, надавливая, провести по бровям указательными пальцами.*

Шесть морошек. *Закрыть глаза, погладить веки.*

Семь букашек, восемь мошек. *Надавливая, провести от переносицы вниз.*

Лапкой в щечку - стук, стук, стук. *Похлопать ладонями по щекам*.

На здоровье, бурундук. *Вытянуть ладони и покачать головой.*

«**Наступили холода».**

Профилактика простудных заболеваний.

Да-да-да - наступили холода. *Потереть ладони друг о друга.*

Да-да-да - превратилась в лед вода. *Мягкими движениями погладить шею сверху вниз*.

Ду-ду-ду - поскользнусь я на льду. *Указательными пальцами провести по крыльям носа.*

Ду-ду-ду - я на лыжах иду. *Растереть ладонями уши*.

Ды-ды-ды - на снегу есть следы. *Приставить ладони ко лбу, как бы сделав козырек, и растереть лоб движениями в стороны - к середине лба*.

Ди-ди-ди - ну, заяц, погоди! *Хлопки в ладоши. Погрозить пальцем*.

**Массаж лица**.

Носик-носик! Где ты, носик? *Потереть нос.*

Лобик, лобик! Где ты, лобик? *Провести по лбу от середины к вискам.*

Щечка, щечка! Где ты, щечка? *Погладить щеки сверху вниз.*

Будет чистенькая дочка, *Погладить шею.*

Будет чистенький сынок и котенок малышок. *Растереть уши*.

«**Спинка-тростинка**». Массаж спины

Лягушата встали, спинки показали*. Встать, выпрямиться.*

Вот прямая спинка, спинка-тростинка. *Погладить спину сверху вниз.*

Ладошками стучали, спинку выпрямляли. *Похлопать ладошками.*

Пальчики бежали, спинку выпрямляли. *Быстро пробежаться пальцами.*

Кулачки стучали, спинку выпрямляли. *Поколачивание кулаками*.

Вот какая спинка, спинка-тростинка. *Поглаживание*.

Вот лягушка (имена детей).

Вместе пляшут и поют, вместе весело живут,

Вместе хоровод ведут.