# Что делает коррекционную работу логопеда здоровьесберегающей?

Насущными проблемами в логопедическом направлении современной коррекционной педагогики являются:

* Сохранение физического и психического здоровья детей с нарушениями речи.
* Нормализация двигательной активности и профилактика гиподинамии.
* Коррекция недостатков просодической, выразительной, эмоциональной стороны речи.
* Успешная социализация детей с дефектами речи.

Человек представляет собой единство социального и биологического, поэтому хорошее здоровье и работоспособность являются результатом правильной адаптации организма к окружающей социальной и природной среде.

Сама логопедическая коррекционная работа уже является здоровьесберегающей, т.к. ее задачи заключаются в социальной адаптации и интеграции ребенка, имеющего речевое нарушение, в среду нормально развивающихся сверстников.

А что же делает коррекционную работу здоровьесберегающей?

1. **Рациональная организация коррекционо-развивающего обучения.**

Соблюдение гигиенических норм: общеизвестные – проветривание, влажная уборка, рациональность освещения класса и доски.

Большое значение в соблюдении школьной психогигиены имеет профилактика переутомлений: соблюдение учебной нагрузки, оптимальное её распределение, создание условий, охраняющих нервную систему от чрезмерного переутомления, комплектование групп по возрасту и по сходному дефекту. Учитывая индивидуальные особенности развития школьников и структуру речевого дефекта, разрабатываются индивидуальные коррекционные маршруты, соответствующие особенностям памяти, мышления, речевым возможностям, работоспособности каждого учащегося.

1. **Охрана нервнопсихического здоровья детей**.

Психофизический комфорт учеников на занятии – это важнейшее условие предупреждения их утомления. Между заинтересованностью в обучении и его позитивным влиянием на здоровье существует прямая связь.

На логопедических занятиях помогаем ребёнку активно участвовать в коррекционной работе, сформировать адекватную самооценку, уверенность в себе, нормализовать отношения со сверстниками. Логопед создает условия, которые поддерживают эмоционально благоприятный фон на протяжении всего занятия. Вся система коррекционной работы, фактически, состоит из большого количества различных игр, стимулирующих речевую активность. Ведь игра является ведущим методом воспитания и обучения детей дошкольного и младшего школьного возраста. Взаимосвязь обучения и игры утвердилась в исследованиях Ф.Н.Блехер, З.М. Богуславской, Л.А.Венгера, А.К.Бондаренко. Благодаря непринужденной игровой атмосфере в детях пробуждается активность, которая из игровой постепенно переходит в учебную. Заряд позитивных эмоций, полученных учениками, говорит о позитивном воздействии на их здоровье.

1. **Использование разнообразных видов здоровьесберегающей**

**деятельности учащихся**, направленных на сохранение и улучшение

здоровья, работоспособности.

В структуре логопедических занятий используются следующие здоровьесберегающие технологии:

• *Массаж и самомассаж*

При систематическом проведении массажа улучшаются функции рецепторов, проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами. Пальчиковая гимнастика с элементами массажа эффективно лечит многие заболевания, стимулируя работу всех внутренних органов. Самомассаж рук оказывает общеукрепляющее действие на мышечную систему, повышает тонус, эластичность и сократительную способность мышц. Массаж способствует повышению работоспособности и оказывает общее профилактическое действие.

*•Релаксация* (релаксирующие упражнения снимают напряжение с области шеи и мышц артикуляционного аппарата).

• *Музыкотерапия (*целительное воздействие музыки на психологическое состояние человека). Если правильно подобрать музыку, то она способна исцелять слушателя от различных заболеваний. Преимуществом данного вида лечения является комплексное воздействие на организм посредством слухового, биорезонансного, вибротактильного факторов.

• *Психогимнастика* (помогает детям эмоционально раскрепоститься, снять напряжение мышц, улучшает психоэмоциональное состояние, что положительно сказывается на результатах их образовательной деятельности).

• *Сказкотерапия* (направлена на осознание своих потенциалов, возможностей и ценности собственной жизни, понимание причинно-следственных связей событий и поступков, которые совершаются человеком, на внутреннее ощущение своей силы и гармонии).

* *Дыхательная гимнастика* (дыхательные упражнения улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность, стимулируют работу мозга, регулируют нервно-психические процессы).

В момент плавного диафрагмального выдоха снижается активность коры головного мозга, снижается тонус периферических сосудов, происходит нормализация процессов торможения и возбуждения, снижение пульса, а, значит, отдыхает сердце. То есть - профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.

* *Зрительная гимнастика* (снимает напряжение с глаз, способствует тренировке зрительно-моторной координации, профилактике остроты зрения).

**Глазодвигательные упражнения (по методике Т.Нестерюк)** позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма. Эти задания эффективны в коррекции оптико-моторных дисграфий, т.е. ориентировка на листе бумаги, коррекция зеркального написания букв.

* *Мимическая гимнастика* (способствует коммуникации, эмоциональному развитию, раскрепощённости).
* *Биоэнергопластика* (содружественное взаимодействие руки и языка).

По данным Ястребовой А.В. и Лазаренко О.И. движения тела, совместные движения руки и артикуляционного аппарата, если они пластичны и свободны, помогают активизировать естественное распределение биоэнергии в организме. Это оказывает чрезвычайно благотворное влияние на активизацию интеллектуальной деятельности детей, развивает координацию движений и мелкую моторику. Динамические упражнения нормализуют мышечный тонус, переключаемость движений, делают их точными, легкими, ритмичными:

Применение биоэнергопластики эффективно ускоряет исправление дефектных звуков у детей, так как работающая ладонь многократно усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка.

* *Алфавит телодвижений (*Показ букв с помощью движения рук, ног, наклонов туловища и головы, полуприседаний и приседаний).

Улучшаются у детей показатели двигательной сферы, осанка, возрастают показатели двигательной памяти и фонематического слуха.

* *Логоритмика*.

Логоритмические упражнения без музыкального сопровождения Е.А.Алябьевой нормализуют темп и ритм речи, развивают словарный запас, автоматизируют звукопроизношение. «Рассказывание» стихов с помощью рук вызывает у детей живой интерес, повышая эмоциональный тонус. Логопедическая ритмика по методике А.Я.Мухиной (эвритмия – пропевание звуков в сочетании с движением) воздействует на психологическую и сенсомоторную сферу ребенка.

На логопедических занятиях осуществляется профилактика нарушений чтения и письма, а также профилактика нервных переутомлений, дыхательных заболеваний, зрения, развитие общей и мелкой моторики.

Таким образом, у детей с нарушением речи происходит расширение зрительных горизонтов, развивается творческое воображение и целостное восприятие, значительно улучшается состояние здоровья в целом. Возрастают показатели двигательной памяти, грамотности, выразительности речи и фонематического восприятия, а значит, применение педагогики оздоровления в коррекционной работе является достаточно эффективным.