**Здоровьесберегающие технологии на занятии логопедии**

Шумкова Евгения Геннадьевна, учитель-логопед

 В соответствии с законом РФ "Об образовании" (ст. 2; 51) государственная политика в области образования основывается на принципах гуманистического характера, приоритете общечеловеческих ценностей, жизни и здоровья человека, свободного развития личности.

В этой связи весьма актуальным становится вопрос о внедрении в практику здоровьесберегающих образовательных технологий, т.е. такой организации образовательного процесса на всех его уровнях, при которой качественное обучение, развитие и воспитание детей происходят без ущерба их здоровью, а наоборот способствуют его укреплению. Проведение научно-практических исследований показало, что наиболее благоприятная динамика показателей умственной работоспособности на протяжении учебного года наблюдалась в тех учебных заведениях, в которых отмечался высокий уровень организации воспитательно-образовательного процесса при относительно небольшом объёме дополнительных занятий и оздоровительных процедур.

Оздоровительные технологии в образовательный процесс должны внедряться в условиях здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей среды, обеспечивающей благоприятную гигиеническую, психологическую и педагогическую обстановку.

Все образовательные учреждения, так или иначе, решают проблемы, связанные с укреплением и сохранением здоровья и физическим развитием детей.

Только комплексное воздействие на ребенка может дать успешную динамику речевого развития. Совокупность методов и приемов в коррекционной работе по преодолению нарушения речи затрагивает не только исправление дефектов речевой деятельности, но и формирование определенных психических процессов, представлений об окружающем мире, становлений отношений к воспитуемым социальным явлениям и навыкам поведения, основы личностной культуры. В процессе коррекционной работы логопеда возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья детей. В своей практической деятельности я применяю следующие здоровьесберегающие компоненты:

1. Дыхательная гимнастика(комплекс упражнений по методике Стрельниковой). На каждое занятие включается несколько упражнений. По мере овладения упражнений детьми добавляются новые.

2. Комплексы упражнений, направленных на профилактику нарушений зрения.

Адаптированные упражнения подобраны на основе разработок НИИ глазных болезней им. Гельмгольца. Проводятся в течение 1 минуты в середине занятия в сопровождении релаксационной музыки.

3. Развитие общей моторики.

Комплексы физминуток подобраны согласно лексической теме занятия. Проводятся в игровой форме в середине занятия.

4. Су Джок терапия.

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 (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики). Эффективен и ручной массаж пальцев. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека. Кончики пальцев и ногтевые пластины отвечают за головной мозг. Массаж проводится до появления тепла. Эту работу провожу на занятиях перед выполнением заданий, связанных с рисованием и письмом, в течение 1 минуты.

5. Аурикулотерапия.

Система лечебного воздействия на точки ушной раковины, которые проецируют все органы и системы человеческого организма (принцип как и в Су Джоке). Воздействие осуществляется путём массажа ушной раковины (надавливание, растирание) до лёгкого покраснения и появления чувства тепла. Особенно полезно воздействие на противокозелок, соответствующий проекции головного мозга.

6. Кинезеологические упражнения, направленные на формирование и развитие межполушарного взаимодействия. С этой целью в работе с детьми используется комплекс кинезеологических упражнений: "Колечко", "Кулак-ребро-ладонь", "Лезгинка", "Лягушка", "Ухо-нос", "Замок". А также упражнения направленные на развитие точности движений пальцев и способности к переключению с одного движения на другое.

7. Система работы по развитию мелкой моторики рук:

-календарно-тематическое планирование пальчиковых игр согласно лексическим темам занятия;

-планирование графических диктантов по лексическим темам занятия;

-обводка шаблонов и штриховка изображений согласно лексическим темам на индивидуальных и подгрупповых занятиях;

-различные задания в "сухом бассейне", с раздаточным материалом и т.д.

8. Комплекс упражнений на релаксацию используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приёмам расслабления различных групп мышц. Такая работа проводится подгруппами под руководством психолога. Но на логопедических занятиях можно использовать релаксационные упражнения по ходу занятия, если у детей возникло двигательное напряжение или беспокойство. Упражнения проводятся под музыку.

**Конспект подгруппового занятия. ( 1 этап)**

**Тема : «Зима».**

**Задачи:**

активизировать словарь по теме "Зима", закреплять умение образовывать уменьшительно-ласкательную форму существительных, подбирать слова - признаки и действия к словам, распространять предложения, подбирать слова к слоговой схеме;

развивать психические процессы: внимание, память, мышление;

способствовать укреплению физического здоровья детей;

воспитывать познавательный интерес.

**Оборудование**: ноутбук, компьютерная игра "4 лишний", пейзаж "Зимний лес", слоговая схема из двух частей, индивидуальные пособия для воздушной струи "Снежинка", индивидуальные аппликаторы Ляпко, жёлтые треугольники, индивидуальные наборы разноцветных стеклянных камешков.

**1. Орг.момент.**

Электронная игра "4 лишний". (На мониторе ноутбука появляются 3 картинки с изображением осени и 1 картинка с изображением зимы. С помощью компьютерной мыши один из детей выбирает "лишнюю" картинку, объясняя свой выбор. Правильность выбора подтверждается появлением улыбающегося смайлика на экране монитора).

**2. Сообщение темы занятия**.

-Правильно, ребята. Лишняя картинка с изображением зимы. Сегодня мы поговорим об этом замечательном времени года.

**3. Работа по теме.**

1. Образование уменьшительно-ласкательной формы существительных.

-Скажите ласковые слова о Зиме. (Зимушка, зимка, зимонька.)

2. Согласование прилагательных с существительными.

-Зимушка-зима предлагает нам погулять по зимнему лесу. В какой лес мы пойдем? (В зимний лес.) Какую одежду наденем? (Зимнюю одежду.) Какие сапоги? (Зимние сапоги.) Какую шапку? (Зимнюю шапку). В путь! По какой дороге мы поедем? (По зимней дороге.)

3. Дыхательные упражнения.

-Давайте вдохнём свежий морозный воздух. (Поочерёдное втягивание воздуха то через правую, то через левую ноздрю. Выдох через рот.)

-Сдуем снежинку с ладоней. Что получится? (снегопад).

(Вдох через нос, плавный длительный выдох через рот.)

4. Подбор глаголов и прилагательных к существительным.

Выставляется картина "Зимний лес". Что Зима сделала с лесом? (Заколдовала, запорошила, заморозила.) Какой лес? (Заколдованный, сказочный, заснеженный, задумчивый, красивый, молчаливый).

5. Аурикулотерапия.

-Чтобы не замерзнуть в лесу, нужно разогреться. Потрём руками ушную раковину. Нажнём пальцами на "волшебные" точки.

6. Су Джок- терапия.

-Согреем наши руки при помощи "волшебных" мячиков (прокатывание колючих массажных мячиков между ладонями и по пальцам).

-Поиграем пальчиками на "пианино" (надавливание подушечками пальцев на аппликаторы Ляпко).

7. Физминутка "Хлопья белые:"

Хлопья белые летят.

(Лёгкий бег на месте.)

Холоднее стало,

(Приседания.)

Только, зимушка, ребят

(Наклоны туловища влево-вправо.)

Ты не испугала.

(Прыжки на месте.)

Нет! Нет! Ты не испугала.

8. Подбор родственных слов.

-Как вы назовете птиц, оставшихся зимовать? (Зимующие птицы.) Посмотрите, из- под снега выходит пар. Почему? (Здесь зимует медведь.) А здесь зимовье барсука, а рядом - ежа. Повторите похожие слова. (Зимовье, зимовать, зимний, зимующий, зима.) Это похожие, родственные слова.

9. Распространение предложений словами-признаками. (Дети называют определения и выкладывают треугольники).

Наступила : зима. Деревья оделись в : наряды. На окнах домов появились : узоры. Прилетели : птицы. Люди надели : одежду. Дети любят играть в : игры.

10. Подбор слов к слоговой схеме.

Слова: пурга, метель, буран, мороз, вьюга.

11. Выкладывание "ледяных" узоров из разноцветных стеклянных камешков.

**4. Итог занятия.**

-О каком времени года сегодня разговаривали?