**Развитие речи дошкольников с использованием   
здоровьесберегающих технологий**

***Бибикова Е. Н.***

***МБДОО – детский сад №35, г. Орел***

***воспитатель первой категории***

Хорошая речь – важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей. Чем богаче и правильнее у ребенка речь, тем легче ему высказать свои мысли, тем шире его возможности в познании окружающей действительности, содержательнее и полноценнее отношения со сверстниками и взрослыми, тем активнее осуществляется его психическое развитие.

Развитие речи, ее звуковой стороны, словарного запаса, грамматического строя – одна из важнейших задач обучения дошкольников. Только комплексное воздействие на ребенка может дать успешную динамику речевого развития.

По мере развития ребенка увеличивается его потребность в общении, что стимулирует у него развитие речевых навыков. Уже к концу дошкольного возраста ребенок достигает такого уровня речевых умений и навыков, который обеспечивает ему необходимое структурное и смысловое оформление высказываний в разных формах.

В работе воспитателя логопедической группы важным является сохранение и укрепление здоровья детей, как в непосредственно — образовательной деятельности, так и в свободное время.

Особенностями соматически ослабленных детей с речевыми недостатками являются следующие признаки:

* нарушение дыхания и голосообразования;
* нарушение общей и мелкой моторики;
* расторможенность и заторможенность мышечного напряжения;
* повышенная утомляемость;
* низкая концентрация и неустойчивость внимания;
* нарушение памяти (особенно слуховой);
* снижение уровня развития воображения, мышления.

Плохо говорящие дети, начиная осознавать свой недостаток, становятся молчаливыми, застенчивыми, нерешительными; затрудняется их общение со сверстниками, снижается познавательная активность. Всякая задержка, любое нарушение в ходе развития ребенка отрицательно отражаются на его деятельности и поведении, а значит, на формировании личности в целом. Поэтому в течение всего учебного года в работу включаем здоровьесберегающие технологии, которые способствуют интегрированному воздействию, а также достижению устойчивого, стабильного результата. Это — дыхательная и артикуляционная гимнастики, гимнастика для глаз, музыкотерапия, пальчиковая гимнастика, психогимнастика, точечный массаж**,** самомассаж, релаксация и т.д.

Применяем следующую схему построения непосредственно — образовательной деятельности:

* в организационный момент включаем релаксационные и психофизические упражнения, психогимнастику;
* в ходе непосредственно — образовательной деятельности предусматриваем мимические, голосовые, дыхательные и физические упражнения;
* ведем работу над усвоением лексико – грамматического строя речи в процессе обучения и режимных моментах;
* физпаузы и физминутки несут дополнительную речевую нагрузку, обусловленную темой образовательной деятельности, даем задания на словотворчество детей;
* предусматриваем так же задания на коррекцию психофизических функций (в зависимости от времени и количества детей).

Представляем вам ряд здоровьесберегающих технологий, которые используем в своей педагогической деятельности:

* **Дыхательная гимнастика**, которая способствует развитию и укреплению грудной клетки. Упражнения дыхательной гимнастики («Ладошки», «Повороты головой», «Погончики», «Обнимем плечики» и др.) направлены на закрепление навыков диафрагмально – речевого дыхания (оно считается наиболее правильным типом дыхания). Ведем работу над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Кроме оздоровительного значения, выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей работы над коррекцией звукопроизношения.
* **Развитие мелкой и общей моторики пальцев рук** является важным видом деятельности, который способствует умственному и речевому развитию, выработке основных элементарных умений, формированию графических навыков. Сочетаем упражнения по развитию мелкой моторики с собственно речевыми упражнениями.
* **Массаж и самомассаж.** При систематическом проведении массажа улучшается функция рецепторов проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами. Мы используем массаж и самомассаж кистей и пальцев рук, предплечья, а также лица и шеи; массаж стоп; массаж ушных раковин; массаж язычной мускулатуры. Приведем пример массажа ладоней и подушечек пальцев.

**«Мне дала синичка хрупкое яичко»**

***(****обыгрываем каучуковый мячик или грецкий орех как яйцо птички).*

**Птичка веток набрала** *(перекладываем мячик из ладошки в ладошку)*

**Крепко гнездышко свила,** *(крепко сжимаем, как будто лепим снежок)*

**И снесла яичко умница-синичка,** *(подушечками пальцев перебираем мячик)*

**Ты яичко покатай,** *(катаем между ладонями)*

**Но из рук не выпускай:** *(перекладываем с одной ладони на другую)*

**Очень хрупкое оно так у птиц заведено.** *(перебираем подушечками пальцев)*

* **Релаксация.** Комплекс упражнений на релаксацию используем для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приемам расслабления различных групп мышц. Умение расслабляться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение, расслабить мышцы, что необходимо для исправления речи. Можно использовать такое упражнение для расслабления мышц **«Раз, два, три....»**:

*Дети садятся ближе к краю стула, руки свободно лежат на коленях, ноги слегка расставлены.*

**Все умеют танцевать**

**Прыгать, бегать, рисовать,**

**Но не все пока умеют**

**Расслабляться, отдыхать!**

**Есть у нас игра такая-**

**Очень легкая простая:**

**Замедляется движенье,**

**Исчезает напряженье…**

**И становится понятно**

**Расслабление приятно!**

* **Психогимнастика.** Помогает создать условия для успешного обучения каждого ребенка. Коррекционная направленность этой деятельности предполагает исправление двигательных, речевых, поведенческих расстройств, нарушение общения. Эти задачи успешно решаются в театральной деятельности, логоритмике, во время динамических пауз в процессе сюжетно — ролевых игр.
* **Сказкотерапия** - технология воздействия через сказки. Сказка – зеркало, отражающее реальный мир через призму личного восприятия. В ней, возможно все, чего не бывает в жизни. При использовании сказкотерапии дети учатся составлять словесные образы, вспоминают старые и придумывают новые образы, дети увеличивают свой образный репертуар, и внутренний мир ребенка становится интереснее, богаче. Это истинный шанс понять и принять себя и мир, повысить самооценку и измениться в желаемом направлении. Поскольку чувства бывают не только положительные, но и отрицательные, то и образы у детей рождаются не только радостные, но и пугающие. Одна из важных целей этого вида деятельности — преобразовать отрицательные образы в положительные, чтобы мир ребенка был красив и радостен. Спокойное состояние нервной системы возвращает ребенку здоровье. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание, где рассказчиком является не один человек, а группа детей.
* **Музыкотерапия** — технологии музыкального воздействия, используем в различных формах физкультурно — оздоровительной работы. Применяем эту технологию для снятия напряжения, повышения эмоционального настроя.
* **Динамические паузы (физкультминутки)** проводим для профилактики утомления детей. Чем выше двигательная активность ребенка, тем интенсивней развивается его речь. Оздоровительные паузы, физминутки проводятся в игровой форме в середине непосредственно — образовательной деятельности. Они направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других здоровьесберегающих технологий.
* **Пальчиковая гимнастика** проводится с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно воспитателем или логопедом. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводим в любое удобное время, а так же во время образовательной деятельности.
* **Подвижные и спортивные игры** проводят воспитатели, руководитель физического воспитания, как часть физкультурной деятельности, во время прогулки, а также в групповой комнате , как малоподвижные игры.
* **Песочная терапия** оказывает благотворное влияние на эмоциональное состояние ребенка. Игры с песком учат прислушиваться к своим ощущениям, развивают тактильную чувствительность и мелкую моторику.

Таким образом, использование вышеперечисленных здоровьесберегающих технологий при проведении коррекционно-логопедической работы, а также создание наиболее разнообразной, интересной для ребёнка речевой среды способствует решению задач гармоничного развития дошкольников более результативно, активизируют психические процессы и формируют личность ребёнка в целом, снижают заболеваемость и приобщают их к здоровому образу жизни.