**Выступление на МО**

**Семинар-практикум: «Здоровьесберегающие технологии в работе учителя-логопеда ДОУ.**

**Подготовила: учитель-логопед**

**Филатова О.В.**

**Дата проведения:17.02.2015 г.**

**Здоровьесберегающие технологии в работе учителя-логопеда ДОУ.**

**Здоровьесберегающая технология** - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании направлены на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – сохранение, поддержание и обогащение 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 воспитанника детского сада и воспитание  валеологической культуры, как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и охранять 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. Применительно к взрослым – содействие становлению культуры здоровья, в том числе культуры профессионального  здоровья воспитателей ДОУ и валеологическому просвещению родителей.

В настоящее время использование здоровьесберегающих технологий в деятельности учителя – логопеда, также становятся 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, не требуя особых усилий, оптимизируют процесс коррекции речи детей и способствуют оздоровлению всего организма ребенка. Эффект их применения зависит от профессиональной компетенции педагога, умения использовать новые возможности, включать действенные методы в систему коррекционно-развивающего процесса, создавая психофизиологический комфорт детям во время занятий, предусматривающий «ситуацию уверенности» их в своих силах. Кроме того, альтернативные методы и приемы помогают организовывать занятия интереснее и разнообразнее.

 Таким образом, терапевтические возможности здоровьесберегающих технологий содействуют созданию условий для речевого высказывания и восприятия.

**Использование здоровьесберегающей технологии на коррекционных логопедических    занятиях позволяет решить несколько задач:**

* способствует повышению речевой активности;
* развивает речевые умения и навыки;
* снимает напряжение, восстанавливает работоспособность;
* активизирует познавательный интерес;
* улучшает концентрацию внимания, снижает трудности переключения с одного вида деятельности на другой.
* укрепления здоровья детей,  как ведущего фактора позволяющего, полноценно усваивать коммуникативные навыки, развивать и активизировать познавательную активность ребенка.

**Здоровьесберегающие технологии:**

* ***-Артикуляционная гимнастика***
* ***-Дыхательная гимнастика***
* ***-Пальчиковые игры***
* ***-Физкультминутки***
* ***-Гимнастика для глаз***

**-Су-джоко терапия**

* ***-Релаксация***
* ***-Фонетическая ритмика***
* ***- массаж и самомассаж***

**Артикуляционная гимнастика.**

**Артикуляционная гимнастика** является основой формирования речевых звуков - фонем - и коррекции нарушений звукопроизношения любой этиологии и патогенеза; она включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определенных положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произнесения, как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.

**Цель артикуляционной гимнастики**- выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, необходимых для правильного произношения звуков.

**Пальчиковая гимнастика.**

Одной из форм оздоровительной работы является – **пальчиковая гимнастика.**

Ученые, которые изучают деятельность детского мозга, психику детей, установили, что уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Выполняя пальцами различные упражнения, ребенок достигает хорошего развития мелкой моторики рук, что способствует развитию внимания, мышления, памяти, благотворно влияет на развитие речи и готовит руку к письму. Интенсивное воздействие на кончики пальцев стимулирует прилив крови к рукам. Это благоприятствует психоэмоциональной устойчивости и физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.

**Задание для педагогов**

У каждой команды лист с текстом пальчиковой гимнастики. Командам нужно придумать движения и продемонстрировать гимнастику в соответствии с текстом.

 **1 команда.**

 Друзья – садоводы.

 Палец толстый и большой

 В сад за сливами пошёл. (Ладошка собрана в "кулачок". Отгибаем большой пальчик, выпрямляем его, затем сгибаем наполовину. Снова сгибаем и так несколько раз)

Указательный с порога

 Указал ему дорогу. (Отгибаем указательный пальчик, далее "сгибаем-разгибаем")

 Средний палец самый меткий,

Он сбивает сливы с ветки. (Отгибаем средний пальчик, "сгибаем-разгибаем" его. При этом нужно стараться не сгибать указательный и большой пальцы)

 Безымянный подбирает, (Отгибаем также безымянный, постараться не шевелить предыдущими пальчиками)

А мизинчик-господинчик

В землю косточки бросает! (Отгибаем мизинчик)

**2 команда**

**Зимняя прогулка.**

 (Загибаем пальчики по одному)

 Раз, два, три, четыре, пять

 ("Идём" по столу указательным и средним пальчиками)

Мы во двор пришли гулять.

 ("Лепим" комочек двумя ладонями

) Бабу снежную лепили,

(Крошащие движения всеми пальцами)

 Птичек крошками кормили,

 (Ведём указательным пальцем правой руки по ладони левой руки) С горки мы потом катались,

 (Кладём ладошки на стол то одной стороной, то другой)

 А ещё в снегу валялись.

 (Отряхиваем ладошки)

Все в снегу домой пришли.

 (Движения воображаемой ложкой, руки под щёки)

Съели суп и спать легли.

**Развитие общей моторики.**

 Чем выше двигательная активность ребёнка, тем интенсивней развивается его речь. Оздоровительные паузы – **физминутки** проводятся 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. Сочетание речи с определёнными движениями даёт ряд преимуществ, для детей, посещающих логопедические занятия.

 Для детей с ОНР физминутка имеет особое значение. Проговаривание стихотворных текстов с движениями делает речь детей более четкой, ритмичной, эмоциональной, а также развивает у таких детей слуховое восприятие, внимание и память, вырабатывает координацию и совершенствует общую моторику.

**Буратино.**

На раз Буратино потянулся,

Два согнулся, разогнулся

Три в ладоши три хлопка,

Головою три кивка,

На четыре руки шире,

Пять немного помолчать,

И за столики тихо сесть.

**Гимнастика для глаз.**

Если мы хотим, чтобы у наших детей было хорошее зрение, мы должны на своих занятиях уделять достаточно много времени  **гимнастике для глаз.**

Это должно стать нормой, правилом жизнедеятельности. За основу я выбрала упражнения для профилактики нарушений зрения и активизации работы мышц глаз.

Так как детям сложно фокусировать взгляд на движущихся предметах использую в работе яркие игрушки.

Упражнения с детьми произвожу сидя, спина прямая, ноги свободно опираются на пол, голова в одном положении, работают только мышцы глаз.

Проведём, друзья, сейчас

Упражнения для глаз.

Мы снежинку увидали.-

Со снежинкою играли.

*Берут снежинку в руку, вытянуть снежинку вперёд перед собой, сфокусировать на ней взгляд.*

Снежинки вправо полетели,

Дети вправо посмотрели*.*

*Отвести снежинку вправо, проследить движение взглядом.*

Вот  снежинки полетели,

Глазки влево посмотрели.

*Отвести её влево.*

Ветер снег вверх поднимал

И на землю опускал……

*Поднимать снежинки вверх и опускать вниз.*

*Дети смотрят вверх и вниз.*

Все! На землю улеглись.

*Покружиться и присесть, опустив снежинку на стол.*

Глазки закрываем,

*Закрыть ладошками глаза.*

Глазки отдыхают.

*Дети складывают снежинки и садятся на стулья.*

**Релаксация.**

 Релаксация – специальный метод, появившийся за рубежом в 30-40-х гг. ХХ века, направлен на снятие мышечного и нервного напряжения с помощью специально подобранных техник.
Релаксация - произвольное или непроизвольное состояние покоя, расслабленности, связанное с полным или частичным мышечным расслаблением. Возникает вследствие снятия напряжения, после сильных переживаний или физических усилий. Бывает непроизвольной (расслабленность при отходе ко сну) и произвольной, вызываемой путем принятия спокойной позы, представления состояний, обычно соответствующих покою, расслабления мышц, вовлеченных в различные виды активности.

 Комплекс упражнений на релаксацию используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приёмам расслабления различных групп мышц. На логопедических занятиях можно использовать релаксационные упражнения по ходу занятия, если у детей возникло двигательное напряжение или беспокойство. Упражнения проводятся под музыку. Умение расслабиться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение, расслабить мышцы, что необходимо для исправления речи.

**Дыхательная гимнастика.**

Большие возможности в здоровьесбережении детей предоставляет**дыхательная гимнастика.**

Александра Николаевна Стрельникова утверждала: «Люди плохо дышат, говорят, кричат и поют, потому что болеют, а болеют потому что не умеют правильно дышать. Научите их этому – и болезнь отступит».

Дыхательные упражнения проводятся со стихотворным и музыкальным сопровождениям. Я предлагаю один из многих комплексов упражнений, который можно проводить с детьми младшего дошкольного возраста:

**«ЧАСИКИ»**

*Часики вперёд идут,*

*За собою нас ведут.*

И.п.- стоя, ноги слегка расставить.

1- взмах руками вперёд «тик» (вдох)

2- взмах руками назад «так» (выдох)

**«Бабочки»**

**Су - Джок терапия**

**Су - Джок терапия** – это последнее достижение восточной медицины. В переводе с корейского языка Су – кисть, Джок – стопа. Су Джок –терапия оказывает воздействие на биоэнергитические точки с целью активизации защитных функций организма и направлена на воздействие зон коры головного мозга с целью профилактики речевых нарушений.

Сейчас мы выполним массаж пальцев рук «Су-Джок» он будет представлен в стихотворной форме. Данный массаж выполняется специальным массажным шариком. Я буду проговаривать текст, и показывать движения, а вы повторяйте за мной.

**Пальчиковая игра «Ёжик»**

***Описание***: упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Ёжик, ёжик, хитрый ёж,

на клубочек ты похож.

(дети катают Су Джок между ладонями)

На спине иголки

(массажные движения большого пальца)

очень-очень колкие.

(массажные движения указательного пальца)

Хоть и ростом ёжик мал,

(массажные движения среднего пальца)

нам колючки показал,

(массажные движения безымянного пальца)

А колючки тоже

(массажные движения мизинца)

на ежа похожи

(дети катают Су- Джок между ладонями).

**Кинезиологические упражнения**.

**Кинезиология** – наука о развитии головного мозга через определённые двигательные упражнения. Основателями кинезиологии являются  американские педагоги, доктора наук Пол и Гейл Деннисоны.

Как справедливо заметил Мишель де Монтель мозг, хорошо устроенный, стоит больше, чем мозг, хорошо наполненный.

 *«Кулак-ребро-ладонь»*

«Кулак-ребро-ладонь» - четыре положения руки на плоскости последовательно сменяют друг друга. Выполняется сначала правой рукой, затем левой рукой. Затем двумя руками одновременно.

*Ладошки вверх,*

*Ладошки вниз,*

*А теперь их на бочок-*

*И зажали в кулачок.*

**Биоэнергопластика.**

**Биоэнергопластика** является новым и интересным направлением работы по развитию речи детей и включает в себя три понятия: био – человек, энергия – сила, пластика- движение. Биоэнергопастика направлена на совместные движения рук и артикуляционного аппарата, что способствует активизации естественного распределения биоэнергии в организме. Благодаря упражнениям на развитие биоэнергопластики у ребенка улучшается кровообращение, при этом укрепляются мышцы лица, развивается мелкая моторика рук и соответственно речь.

Уважаемые коллеги, предлагаю выполнить упражнение на развитие биоэнергопластики. Сначала я вам покажу, а затем выполним вместе.

**Бегемотик.**

Широко открыли ротик- Получился «бегемотик». А затем закрыли рот- Отдыхает «бегемот»

 

**Часики**.

Словно стрелочки часов, двигаем мы язычком. Наши частики спешат, язычку помочь хотят

**.** 

**Лошадка.**

К нам лошадка прискакала, стук копыт мы услыхали, Вверх поднимем язычок и поскачем на лужок

**** ****

**Самомассаж.**

 **Самомассаж** – это массаж, выполняемый самим ребёнком, страдающим речевой патологией, это динамические артикуляционные упражнения, вызывающие эффект, сходный с массажным. Самомассаж органов артикуляции активизирует кровообращение в области губ и языка. Ребёнок сам выполняет приёмы самомассажа, которые показывает ему взрослый. Виды развивающего массажа, используемые в логопедической практике:

* массаж и самомассаж лица;
* массаж и самомассаж кистей и пальцев рук;
* плантарный массаж (массаж стоп);
* аурикулярный массаж (массаж ушных раковин);
* массаж языка.

**Общий самомассаж** мышц головы, шеи, туловища (можно включать как **[физминутка](http://www.logolife.ru/logopedy/fizminutki-dlya-doshkolnikov)**).

Чтобы не зевать от скуки взяли и потёрли руки,

А затем ладошкой в лоб – хлоп, хлоп…,

Чтобы щёчки не дремали ,

Мы пощиплем их немножко.

Носик мы погладим, пусть он дышит хорошо….

**Фонетическая ритмика.**

 **Фонетическая ритмика** – система специальных упражнений, сочетающая речь и движение, где проговаривание речевого материала (звуков, слогов, текстов) сопровождается движениями (рук, ног, головы, корпуса). Занятия фонетической ритмикой помогут сформировать фонетически правильную речь.

***Звук «А». «Девочка плачет»***

 Дети вытягивают руки вперед, соединив ладони. Произносится гласный «а-а-а..», они плавно разводят руки в стороны ладошками вверх.

***Звук «У». «Паровозик гудит»***

 И.п.: руки согнуты на уровне груди, ладошки повернуты от себя. Произнося гласный «у-у-у…», дети давящим движением выпрямляют руки вперед и вниз.

***Звук «И». «Иголочка»***

 И.п.: руки согнуты в локтях, произнося «и-и-и» в улыбке, от уголков губ «тянем улыбку» указательными пальцами, разводя руки.

 В результате использования приёмов здоровьесберегающих  технологий в логопедической работе:

* повышается уровень обучаемости, улучшаются внимание, восприятие, память. Дети учатся видеть, слышать, рассуждать;
* корректируется поведение и преодолеваются психологические трудности;
* снимается эмоциональное напряжение и тревожность;
* повышается речевая активность;
* улучшается зрение, развивается общая и мелкая моторика;
* формируются двигательные умения и навыки, правильная осанка.

 Технологии здоровьесбережения – это целенаправленная, систематически спланированная работа всех участников педагогического процесса.