**Использование приёмов**

**здоровьесберегающих технологий**

**в коррекционной работе воспитателя**

**логопедической группы**

Сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения – одна из приоритетных задач педагогики. Формирование здорового образа жизни начинается в детском саду. Оказать влияние на здоровье в условиях ДОУ педагоги могут через создание условий для сохранения, укрепления и развития здоровья детей, а также пропагандируя и внедряя здоровый образ жизни среди родителей и воспитанников.

Комплексный подход в воспитании здорового ребёнка-дошкольника, включающий различные компоненты его физического, психического и социально-нравственного здоровья и составляет понятие «полноценное здоровье».

Проанализировав состояние здоровья и уровни психофизических качеств детей, изучив литературу, инновационные здоровьесберегающие технологии, пришли к необходимости использования в логопедической группе здоровьесберегающей технологии учёного, врача, педагога - новатора Владимира Филипповича Базарного.

Для реализации этой технологии внесены изменения и дополнения в развивающую среду группы.

С чего была начата работа по системе доктора Базарного? В соответствии с требованиями технологии доктора В.Ф.Базарного оформила групповую комнату для проведения экспериментальной работы:

* оформлен уголок валеологии, в котором детям в доступной для них форме представлена информация о человеческом организме, о здоровом образе жизни;
* создан сенсорный уголок для коррекции эмоциональной агрессивности, гиперактивности, депрессии детей;
* приобретены массажные коврики для ног;
* нарисовали экологические панно «Времена года» и подобрали набор картинок к ним;
* изготовили потолочные и настенные офтальмотренажёры;
* повесили сенсорные ленты для дидактического материала;
* приобрели в группу музыкальную аппаратуру;
* изготовили экологические дорожки здоровья из керамзита, тренажеры «Шишкотерапия» для массажа стоп ног;
* приобрели ростомерную мебель для внедрения режима "динамических поз".

Главным принципом технологии В.Ф.Базарного является проведение НОД в режиме смены динамических поз. Главное в этой технологии не продолжительность стояния детей, а сам факт смены поз. *«Технология раскрепощенного развития».* Отличительная особенность этой технологии состоит в следующем: часть занятия дети проводят стоя, они могут слушать, рассматривать удаленные предметы. Часть занятия дети проводят сидя. Дети сначала могут стоять не более 3-5 минут. Затем длительность увеличивается до половины занятия. Тем самым сохраняется и укрепляется телесная вертикаль, позвоночник, формируется осанка ребёнка.

Под ноги кладём массажные коврики с раздражителями. В идеале они должны быть из естественных тканей (соломы, хлопка, шерсти и т.д.) с пришитыми в несколько рядов пуговицами. Дети на них стоят без обуви.

Такой массаж стоп имеет оздоровительный эффект, т.к. на стопе имеется проекция всех органов. Массаж улучшает общее состояние, стимулирует активные точки и зоны, повышает имунную систему, является прекрасным средством от плоскостопия. Дети не просто стоят, а выполняют упражнения перекатывания с пяточки на носочек. Им всё это приносит огромную пользу и удовольствие.

Важнейшей особенностью всех НОД является то, что они проводятся в режиме движения наглядного материала, постоянного визуального поиска и выполнения активизирующих детей заданий. *Зрительно-пространственная активность.* Детям предлагаю найти зрительный материал в пространстве группы. Это могут быть отгадки загадок, слова с заданными звуками и другой материал.

Предлагается система обучения с максимальной подвижностью ребенка и возможностью переключения зрения с ближнего расстояния на дальнее расстояние. Использую различные игры, которые позволяют ребенку проявлять инициативу и ориентироваться в трехмерном пространстве. Дидактический материал подвижен, а зрительные горизонты смещаются. Схемы зрительных траекторий используются для разминок и упражнений на зрительную координацию. Упражнения проводятся в сочетании с движениями глазами, головой и туловищем в позе свободного стояния и базируются на зрительно-поисковых стимулах. На потолке или стене располагаются различные зрительные ориентиры и детям предлагается найти глазами какую –либо игрушку или фигуру. Затем «пробежать» глазами по кругу, в обратную сторону, затем снизу вверх, сверху-вниз. Метка на стекле (по Аветисову) позволяет тренировать глазные мышцы, сокращение мышц хрусталика, способствует профилактике близорукости.

Ребенку предлагаю рассмотреть круг, наклеенный на стекле или ответить, сколько на рисунке веточек, затем перевести взгляд на самую удаленную точку за окном и рассказать, что он там видит.

Все упражнения, которые могут выполняться не на поверхности стола, провожу в подвижных играх. Это позволяет формировать активного и подвижного дошкольника. Польза для зрения очевидна.

Так во время проведения НОД использую подвижные сенсорно-дидактические подвески, которые висят под потолком в группе, от пола на высоте роста детей. На них закрепляю различные учебные объекты (плоские и объёмные геометрические фигуры, карточки по теме НОД (птицы зимующие и перелётные, овощи и фрукты, транспорт и т.д.). Наглядные пособия отвечают методическим требованиям, их размещение рационально, продуманно в учебном пространстве. Изображения съёмные, они прикрепляются к подвескам с помощью прищепок. Кроме того, карточки с заданиями и возможными вариантами ответов можно размещать в любой точке группы.

В ходе образовательной деятельности периодически обращаю внимание детей на то или иное пособие, прошу что-то найти, проанализировать, дать характеристику и т.д. Дошкольники ищут глазами нужный материал, тем самым тренируя зрение, устраняя усталость и напряжение с глаз. Подвижный образ обучения позволяет увеличивать двигательную активность детей.

Во время образовательной деятельности для разминок и упражнений на мышечно-телесную и зрительную координацию, а также на развитие влияния и быстроты реакции использую сенсорно-координаторные тренажи.

В четырёх верхних углах групповой комнаты фиксируются яркие, привлекающие внимание, образно-сюжетные изображения. Это и дорожные знаки, геометрические фигуры, герои сказок, предметные картинки и т.д.

Дети отыскивают объект и фиксируют взгляд по очереди на соответствующей данной цифре картинке. При этом они совершают синхронные движения глазами, головой и туловищем.

Для разминок и упражнений глаз использую офтальмологический тренажер – «Схему универсальных символов» (СУС).

На потолке в группе большие – зелёный и красный овалы, синяя «восьмёрка» и «крест», золотисто-коричневые стрелки. Дети становятся в центре под тренажёром и следят глазами за ориентирующими стрелками траекторий, выполняют соответствующие упражнения. При этом идёт сочетание глазами, головой и туловищем. Выполняется примерно 5-10 движений по каждой траектории (по овалам, «восьмёрке» и «кресту»). Это можно делать под спокойную музыку, а также использовать лазерный лучик.

Настенные офтальмотренажёры также прекрасно снимают напряжение с глаз, расслабляют, снимают психическую утомляемость. Их использую на занятиях по ФЭМП, для закрепления прстранственных представлений: вверх-вниз, вправо-влево.

Для расширения зрительных горизонтов и развития воображения детей использую экологические панно по временам года ( 2х2 м). На них изображены пейзажи. Экологическая стена меняется с приходом нового времени года. Дополнительно к панно подобран набор картинок (животные, птицы, сказочные герои и т.д.). Их можно разместить в любом месте панно. Крепёж осуществляется за счёт наклеенных на панно и картинки «липучек». Это многофункциональное и мобильное пособие для образовательной деятельности различного содержания: экологическое воспитание, речевое, математическое развитие, для обыгрывания сюжетов, проблемных ситуаций .

Одним из направлений технологии В.Ф.Базарного является пололичностная дифференциация. Выполнение этого принципа достигаем путём разделения игровых зон для мальчиков и девочек. Игровые зоны мальчиков и девочек отличаются друг от друга по содержанию и форме. У девочек формируем такие качества как: аккуратность, трудолюбие, нежность, заботливость, рукоделие, развиваем вкусовые и эстетические качества. Игровая зона для мальчиков совсем иного содержания: они строят дороги, конструируют дома, фермы, пользуются инструментами, увлекаются играми «Полиция», «Моряки», «Военные», «Футбол», «Хоккей», вождение машин. У них формируются в игре мужские качества, мужское начало, сила, воля, настойчивость, смелость, выдержка, упорство.

Важнейшим направлением в работе по технологии В.Ф.Базарного является хоровое пение. Пение – это мощное средство гармонизации нервной системы и психики, профилактика заболеваний голосового аппарата и органов дыхания у детей. Хоровое пение основано на народных песнях и несёт в себе художественно-эстетическое начало.

В работе с детьми используем традиционные и нетрадиционные методы оздоровления. Из нетрадиционных методов оздоровления наиболее эффективно применяем закаливающее дыхание. Это комплекс игровых упражнений «Поиграем с носиком», который укрепляет весь дыхательный аппарат.

В работе с детьми используем аэрофитотерапию, которая помогает восстанавливать здоровье детей. Традиционно используем противовирусные средства: лук, чеснок; антисептические - эвкалипт, сосна, мята; витамины - шиповник, смородина, лимон.

Большую помощь в оздоровлении детей оказывает массаж рук «Поиграем с ручками», кинезиологические упражнения. После дневного сна – закаливающий массаж подошв ног методом босохождения по коврикам с раздражителями и массаж тела мячиками, рукавичками.

Дети на занятиях обучаются таким приёмам самомассажа, как поглаживание, растирание, разминание, выжимание, активные и пассивные движения.

На индивидуальных занятиях успешно используем элементы су-джок терапии, её целью является нормализация мышечного тонуса. Опосредованное стимулирование речевых областей в коре головного мозга. Су-джок акупунктура (су — кисть, джок — стопа) последнее достижение восточной медицины. Системы соответствия всех органов тела на кистях и стопах — это «дистанционное управление», созданное для того, чтобы человек мог поддерживать себя в состоянии здоровья с помощью воздействия на определенные точки. Су-джок терапия — это высокая эффективность, безопасность и простота, наилучший метод самопомощи, существующий в настоящее время. С помощью мячей-ежиков удобно массировать пальцы для благотворного влияния на весь организм.

Родители в нашей группе являются полноправными участниками воспитательно-образовательного процесса. Они активны во всех мероприятиях: в праздниках, проектах, досугах, развлечениях.

В конце года проводим мониторинг оздоровительной работы с детьми и его результаты обсуждаем с родителями. Выявляем слабые и сильные стороны оздоровительной работы и намечаем планы на будущее.

При таком подходе в работе с детьми-логопатами наблюдается эффективность оздоровления: улучшение осанки, зрения и речевого развития.

Таковы результаты инновационной работы по внедрению в практику здоровьесберегающей технологии В.Ф.Базарного. Эта технология действительно направлена на сохранение и улучшение здоровья детей.