**Здоровьесберегающие технологии, способствующие речевому развитию дошкольников.**

При решении проблемы развития речи у детей, более значимой и приоритетной является оздоровительная направленность деятельности.

Для решения данной задачи, целесообразно использовать различные традиционные и нетрадиционные здоровьесберегающие технологии, представленные в схеме.

**Здоровьесберегающие технологии**

**Двигательная активность**

-Утренняя гимнастика

- Гимнастика пробуждения

-Спортивные игры

-Физкультминутки

-Подвижные игры

 -Пальчиковые игры

-Игровой массаж

-Спортивные развлечения и праздники

-Спортивные

соревнования

**Самомассаж**

-Су-Джок терапия

-Аурикулоте рапия

-Массаж ладонных поверхностей предметами

-Упражнения для пальцевой моторики.

**Ароматерапия**

**Правильное дыхание**

Комплекс дыхательных упражнений

**музыкотерапия**

**Двигательная активность**

Многочисленными исследованиями психологов и физиологов доказано влияние двигательной активности на функциональное состояние мозга, и в частности на развитие речи. Исходя из выше сказанного, я стараюсь соблюдать двигательную активность детей в течение всего дня: ежедневная утренняя гимнастика (в теплый период на свежем воздухе), гимнастика пробуждения (с элементами массажа и закаливающими процедурами), спортивные игры на свежем воздухе, физкультминутки, подвижные игры, организация спортивных мероприятий. Во время организации двигательной активности детей использую нетрадиционные виды движений и упражнений: танцевально-ритмических, лого-ритмических, оздоровительных, индивидуальных и выполняемых в парах, дыхательных, с элементами массажа, а также упражнения, соединяющие в себе речь и движения.

Бодрое настроение, заряд энергии, полученные на зарядке, помогают ребятам справиться с любыми сложностями, возникающими в течение дня. Физкультминутки позволяют активно отдохнуть после умственной нагрузки и вынужденной статической позы. Обязательно использую физкультурные паузы - перерывы между организованной деятельностью, во время которых проводятся игры, игровые задания, комплексы упражнений.

Большую роль в организации двигательного режима детей моей группы играют подвижные игры, направленные на совершенствование работы различных органов и систем. Важное место в двигательном режиме занимают пальчиковые игры и игровой массаж.

Хороший эмоциональный стимул, спортивный азарт создают не только привычные физкультурные праздники и развлечения, но и участие группы в разнообразных соревнованиях. С целью обогащения двигательной активности я систематически обновляю физкультурно-игровую среду.

**Самомассаж**

Дошкольники могут его выполнять самостоятельно. При регулярном массаже улучшается функция рецепторов проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами. Для развития речевой функции дошкольников, их оздоровления я использую комплекс, который включает в себя нетрадиционные здоровьесберегающие технологии: су-джок терапию; аурикулотерапию; система упражнений для самомассажа пальцев и ладонных поверхностей, разработанная японским ученым Йосиро Цуцуми (массаж ладонных поверхностей каменными или металлическими разноцветными шариками «марблс» и др.). Комплекс упражнений (Приложение№5).

**Дыхательная гимнастика**

Самомассаж всегда начинаем с упражнений над дыханием. Работая с детьми над правильным дыханием, я использую комплекс дыхательных упражнений, который находится приложении №6. Правильное дыхание - основа жизни, здоровья и долголетия. Плавный длительный выдох – это энергетическая основа и важнейшее условие правильной речи. В норме у ребенка одновременно с развитием речи вырабатывается правильное речевое дыхание. Оно обеспечивает нормальное голосообразование, правильное усвоение звуков, способно изменять силу их звучания, помогает соблюдать паузы, сохранять плавность и музыкальность речи, менять громкость.

**Ароматерапия**

Одним из перспективных оздоровительных методов воздействия на организм, является ароматерапия - это использование запахов и ароматов для восстановления организма. Вдыхание ароматических веществ положительно влияет на эмоциональное состояние детей, стимулируя активность дыхательного центра, что способствует нормализации соотношения вдоха и выдоха. Кроме того эфирное масло благотворно влияет на нервную систему, снимает стрессы и нормализует сон, что так необходимо нашим малышам. Прежде, чем ввести данный метод оздоровления, я провела анкетирование родителей, для выявления детей с аллергией на тот или иной аромат. Далее воспользовалась ароматами, на которые ни у одного ребенка нет аллергии.

**Музыкотерапия**

В сочетании с ароматерапией применяю музыкотерапию. По мнению древних китайцев, музыка находится в гармонии с природой и имеет огромную силу воздействия на человека. В своей работе я использую музыкотерапию, как вспомогательное средство нормализации эмоционального состояния, устранения страхов, двигательных и речевых расстройств и при коммуникативных затруднениях.

**Применение данных технологий в комплексе даёт положительные результаты: у детей повышается двигательная активность; улучшается звукопроизношение; возрастают показатели двигательной памяти, фонематического слуха и восприятия, грамотности и выразительности речи; а главное – улучшается состояние здоровья детей.**