**Статья на тему :**

**« Использование здоровьесберегающих технологий**

**в коррекционной работе логопеда»**

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. Ребенок с первых дней жизни имеет определенные унаследованные биологические свойства, в том числе и типологические особенности основных нервных процессов (сила, уравновешенность, подвижность). Но эти особенности составляют лишь основу для дальнейшего физического и психического развития, а определяющими факторами является окружающая среда и воспитание ребенка. Поэтому педагоги дошкольных учреждений должны комплексно решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, подготовки его к школе.

**Здоровьесберегающие технологии**.

Дети с общим недоразвитием речи отличаются неполной сформированностью процессов, тесно связанных с речевой деятельностью. Это внимание, память, словесно-логическое мышление, пальцевая и артикуляционная моторика. Кроме того, у них повышена эмоциональная возбудимость, отставание в развитие двигательной сферы.

Исправлению речевого дефекта и коррекции психического и физического состояния ребенка помогает использование здоровьесберегающих технологий. На своих логопедических занятиях широко использую оздоровительные приемы:

- упражнения для правильной осанки («стоя-сидя»);

- профилактика плоскостопия (хождение на пятках, носках, боковых сторонах стоп) в будущем планирую проведение занятий на массажных ковриках в носочках;

- артикуляционная гимнастика позволяет задействовать все мышцы артикуляционного аппарата, выработать качественные, полноценные движения, подготовить ребенка к правильному произнесению фонем. Гимнастику провожу в игровой форме, используя потешки, картинки.

Уровень развития речи у детей всегда находится в прямой зависимости от степени развития тонких движений пальцев рук, их умелости и ловкости. Поэтому пальчиковая гимнастика и пальчиковые игры являются основным элементом в этой работе. Самая оптимальная форма это физминутка на занятии, как элемент двигательной активности, повышения работоспособности, снятие эмоциональной нагрузки. Детям предлагаются как бы «сконструировать» из пальцев различные предметы, объекты и это вызывает желание точно воспроизвести пальцевую фигурку, а если идет проговаривание стихов, то речь ритмируется движениями пальцев, делая её более громкой, чёткой, эмоциональной. Пальчиковую гимнастику целесообразно связать с лексической темой. При прохождении темы «Деревья» разучиваем пальчиковую гимнастику «Дуб», «Кошка Матрешка» при прохождении темы «Домашние животные», «Юбилей у окуня»- лексическая тема «Рыбы». При прохождении времен года – пальчиковые гимнастики «Осень», «Весна», «Зима», «Лето». Использую сухой бассейн для самомассажа кистей рук. В своей работе использую картотеку пальчиковых игр разных авторов : И. Сорокиной, И .Мальцевой, Г. Османовой.

Дыхательная гимнастика, используемая на логопедических занятиях – уникальный оздоровительный метод, способствующий насыщению кислородом коры головного мозга и улучшению работы всех центров, тренирует дыхательные мышцы, провожу различные игры «Забей гол в ворота», «Фокус» (дутье на ватку), «Мыльные пузыри», «Шторм», «Веселый кораблик» (игры с водой), «Дорожка для колобка» (на манке), «Подуй на листик, бабочку, снежинку» (крутящий модуль). Широко использую на логопедических занятиях метод А. Стрельниковой. Принципом которого является короткий резкий вдох носом в сочетании с движением, сжимающий грудную клетку, что обеспечивает широкий спектр позитивных воздействий, а, выдох пассивный, уходит через нос или рот (кому как удобно). О выдохе не думаем! Правило этой гимнастики: хватаем-нюхаем, кланяемся - нюхаем, поворачиваемся – нюхаем. Каждое упражнение разучиваем до автоматизма. Начинаем с 4 раз ,затем постепенно увеличиваем до нормы- 4 вздоха по 4 раза.

. Детям очень нравится эта гимнастика. Проводим игры, которые тоже связываю с некоторыми лексическими темами, например, проходя тему «Военные» разучиваем гимнастику «Погончики», по теме «Транспорт» гимнастика «Насос», по теме «Игрушки» провожу гимнастику «Неваляшка». Часто проводим гимнастику «Ах, какой хороший я» в качестве похвалы детей:

Ах, какой хороший я!

Как же я люблю себя!

Крепко обнимаю,

Носиком вдыхаю.

(дети стоят прямо, ноги чуть уже, чем на ширине плеч, руки согнуты в локтях, подняты на уровне груди и разведены в стороны на счет раз обнимают себя, руки образуют треугольник – ВДОХ! Сделав 4 вдоха-движения, отдых несколько секунд и снова выполнять упражнения) Имею картотеку игр-гимнастик по А. Стрельниковой.

При прохождении лексических тем «Цветы», «Ягоды», «Фрукты» - использую ароматерапию (задействую рецептор обоняния). Провожу игры «Понюхай», «Сравни на запах», «Опиши запах».

На занятиях по обучению грамоте эффективна «Азбука телодвижений»- методика, где на слух или зрительно дети воспринимают название буквы, и используя мышечное чувство и движение своего тела изображает данную букву, что помогает быстрому запоминанию и написанию буквы.

Для профилактики нарушения зрения на своих логопедических занятиях провожу гимнастику для глаз, которая является своеобразной релаксацией для нервной системы ребенка, помогает лучше перерабатывать полученную с помощью зрения информацию. Гимнастику для глаз с использованием карточек, стишков, прохождение лабиринтов с помощью лазерной указки , игрового поля «Веселые круги».

Следующая здоровьесберегающая технология – массаж, который помогает воздействовать на активные точки кожи, являющаяся нервными проводниками и тесно связанные с внутренними органами. Их стимуляция улучшает кровообращение и нормализует различные процессы в организме; воздействует на органы и системы, связанные с речевой функцией, способствует преодолению артикуляторных, дыхательных, голосовых расстройств. Применение классического логопедического массажа лица задействует лоб, щёки, нос, носогубную складку, рот.

В своей работе я использую игровой массаж А. Уманской, ребенок легко учится ему в игре, полная уверенность в том, что он делает, что- то прекрасное, развиваем у ребенка позитивное отношение к собственному телу. Делая самомассаж определенной части тела, ребенок воздействует на весь организм.

Проводя массаж определенных частей тела, используем поглаживание, разминание, растирание, легкое постукивание. Упражнение проходят эффективнее, если ребенок «разговаривает» со своим телом, делая ему комплементы: «Мои любимые ручки», «Какой чудесный носик», «Сейчас я разомну свои ножки» и т.д. Для проведения массажа имею комплексы: «Игровой массаж с пением», «Игровой массаж головы», «Игровой массаж биологически активных точек», «Оздоровительный массаж».

Таким образом, использование в логопедической работе здоровьесберегающих технологий способствует комплексному преодолению речевых нарушений.

Список используемой литературы.

К.Краузе «Логопедический массаж».

О.Арсеневская «Система оздоровительной работы в детском саду».

А.Уманская «Игровой массаж».

Г.Османова «Новые игры с пальчиками».

Ю.Зуева «Речевые досуги для дошкольников».