**Применение здоровьесберегающих технологий на логопедических занятиях**

В последние годы отмечается снижение показателей физического развития детей дошкольного возраста, все чаще мы видим соматически ослабленных детей. Именно поэтому огромное внимание уделяется здоровьесберегающим технологиям в педагогической деятельности дошкольных учреждений. В логопедической работе это отражается напрямую, необходимо создавать такую коррекционно-образовательную среду, чтобы не только сохранять здоровье воспитанников, но и делать его лучше.

**Основополагающие принципы здоровьесберегающих технологий:**

1. Создание такой образовательной среды, которая будет снижать неблагоприятные факторы учебно-воспитательного процесса. Ребенка должна окружать доброжелательная атмосфера, индивидуальный подход.

2. Творческий характер образовательного процесса. Необходимо давать проявлять творчество как детям, так и взрослым.

3. Обеспечение мотивации. Ребенок - должен быть эмоционально вовлечен в процесс.

4. Необходимо знать и понимать, как развиваются высшие психические функции, учитывать зону ближайшего развития.

5. Обеспечение адекватного восстановления сил. Смена видов деятельности, регулярное чередование активной работы и расслабления, умственную работу необходимо разбавлять физминутками, чтобы не допустить переутомления.

**Методы и приемы работы**

            Логопедическая работа предполагает коррекцию не только речевых нарушений, но и параллельно идет развитие всех высших психических функций. У воспитанников с речевыми нарушениями будет и недостаточно развита общая и мелкая моторика. Следовательно, необходима комплексная работа, которая будет включать: дыхательную гимнастику, артикуляционную гимнастику, пальчиковую гимнастику, упражнения на развитие высших психических функций (внимания, памяти, мышления), упражнения на развитие межполушарного взаимодействия, физминутки, упражнения для профилактики снижения зрения, элементы логоритмики.

           Основное направление здоровьесбережения - рациональная организация учебного процесса, режим дня.

На коррекционных логопедических занятиях проводится смена видов деятельности: работа за столом, на ковре, активные упражнения. Это способствует концентрации внимания и удержанию интереса к занятию.

        После дневного сна проводится коррекционная работа воспитателем, во время которой закрепляется изученный материал. Сначала выполняется артикуляционная гимнастика, дыхательная гимнастика, а затем проводится индивидуальная работа.

**Дыхательная гимнастика.** Важнейшие условия правильной и красивой речи – это речевой выдох (плавный длительный). Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса.

            Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным, постепенным выдохом, что позволяет получить запас воздуха для произнесения различных по длине фраз.

           Для того, чтобы научить речевому дыханию, порой требуется сначала научить детей физиологическому дыханию. Используются статические и динамические дыхательные упражнения, направленные на выработку умения дышать носом, на развитие ротового выдоха, умения дифференцировать носовой и ротовой выдох, правильно использовать выдох в момент произнесения звуков, слов, фраз.

**Артикуляционная гимнастика.**Цель артикуляционной гимнастики – выработать правильные движения и определенный артикуляционный уклад, необходимых для правильного произношения звуков.

       Упражнения для артикуляционной гимнастики нельзя подбирать произвольно. Все зависит от того, какую группу звуков мы формируем.

        Артикуляционная гимнастика включает упражнения как для тренировки подвижности и переключаемости органов, отработки определённых положений губ, языка, правильного произношения всех звуков, так и для той или иной группы звуков.

**Развитие мелкой моторики.** С.А. Сухомлинский писал, что истоки способностей и дарования детей на кончиках их пальцев. От них, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источники творческой мысли. Чем больше мастерства в детской руке, тем ребенок умнее. Постоянная работа над мелкой моторикой способствует развитию речевых центров.

**Биоэнергопластика.**Это совместное взаимодействие руки и языка. По данным исследований – совместные движения рук и артикуляционного аппарата, если они пластичны, раскрепощены и свободны, помогают активизировать естественное распределение биоэнергии в организме. Это оказывает чрезвычайно благотворное влияние на активизацию интеллектуальной деятельности детей, развивает координацию движений и мелкую моторику. Способствует привлечению интереса детей к выполнению упражнений, что значительно увеличивает эффективность артикуляционной гимнастики, способствует развитию пальчиковой моторики, развитию всех психических процессов, артикуляционного аппарата, что значительно облегчает постановку и введение звуков в речь, а также улучшает эмоциональный настрой детей и уверенность в себе

**Кинезеологические упражнения.** Это специально организованные движения для оптимизации деятельности мозга и тела. Именно эти упражнения позволяют создать новые нейронные связи и улучшить работу головного мозга, отвечающего за развитие психических процессов и интеллекта.

            Кинезиологические упражнения направлены на развитие межполушарного взаимодействия. Улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания, облегчают процесс письма, способствуют профилактике нарушения зрения и активизации работы мышц глаз.

**Физкультурные минутки.**Чтобы избежать утомления, снижения работоспособности, потери интереса и внимания, необходимо включать в структуру занятия физминутки. Эта форма двигательной нагрузки является необходимым условием для поддержания высокой работоспособности и сохранения здоровья воспитанников.

Цель проведения физкультурной минутки — повысить или удержать умственную работоспособность детей на занятиях, обеспечить кратковременный активный отдых для дошкольников во время занятий, когда значительную нагрузку испытывают органы зрения и слуха; мышцы туловища, особенно спины, находящиеся в статическом состоянии.

**Гимнастика для глаз.**Функциональная анатомическая незрелость зрительной системы и значительные зрительные нагрузки, которые испытывает глаз ребенка в процессе чтения и письма, обуславливают необходимость применения гимнастики для глаз. Такие упражнения тренируют мышцы, управляющие движениями глаз, снимают умственное утомление, способствуют развитию зрительного восприятия, тренируют способность глаза фокусироваться.

**Организация предметно-развивающей среды**

           Вся работа начинается с организации здорорвьесберегающей коррекционно-развивающей образовательной среды.

  В кабинете логопеда имеется все необходимое, чтобы качественно реализовывать здоровьесберегающие технологии: пособия для развития мелкой моторики (шнуровки, массажные мячики, прищепки, сенсорные коробки), тренажеры для дыхательной гимнастики (различные вертушки, поддувалочки, мыльные пузыри), ортоковрики, балансир, схемы для выполнения зрительной гимнастики. На фронтальных занятиях в группе дети выполняют пальчиковую гимнастику, артикуляционную гимнастику, на ковре проводим подвижные физминутки.

В групповом помещении представлен центр для развития мелкой моторики, спортивный уголок.

         Таким образом, в коррекционно-развивающей среде логопедической группы созданы все условия для реализации задач по сохранению здоровья детей. Все это способствует более эффективной коррекционно-развивающей работе.

**Формы организации взаимодействия с родителями и педагогами ДОУ**

            Наш детский сад – это одна большая семья, которая состоит из коллектива, воспитанников и их семей. Мы стараемся создать такую среду, чтобы ребенку было комфортно расти и развиваться, проявлять свои способности и раскрывать таланты.

        Взаимодействие с родителями является неотъемлемой частью успешной реализации поставленных задач. Для этого проводятся беседы, консультации, мастер-классы для родителей. На информационных стендах всегда обновляется информация с рекомендациями для родителей.

Мы видим заинтересованность родителей и их включенность в процесс.

     Большое значение в реализации здоровьесберегающих технологий имеет взаимодействие с педагогами. С инструктором по физической культуре проводятся совместные досуги, музыкальный руководитель тоже пропагандирует на занятиях здоровьесберегающие технологии. С воспитателями группы мы имеем тетрадь взаимосвязи.

Использование здоровьесберегающих технологий на коррекционных логопедических занятиях:

* Формирует правильное дыхание;
* Развивает мелкую, общую и артикуляционную моторику;
* Развивает речевые умения и навыки;
* Снимает напряжение, восстанавливает работоспособность;
* Активизирует познавательный интерес;
* Улучшает концентрацию внимания, снижает трудности переключения с одного вида деятельности на другой;
* Способствует повышению речевой активности.

**Список литературы:**

1. Ахутина, Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход / Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2. С.21 – 28.

2. Буденная Т.В. Логопедическая гимнастика. Методическое пособие. / Санкт-Петербург: «Детство-Пресс», 2001 г.

3. Коноваленко С.В.  Как научиться думать быстрее и запоминать лучше/ Москва: Эксмо,

2004 г.

4. Кувшинова И.А. Здоровьесбережение как необходимый аспект комплексной реабилитации детей с речевой патологией / М:2009.(библиотека журнала «Логопед».вып.6) 13 с.

5. Леонова С.В. «Веселая разминка. Комплекс дыхательных физических упражнений под чтение стихотворных текстов»./ Логопед. 2004. №6. с. 83.

6. Смирнова Н.К. Педагогика и психология здоровья / М.:АПКиПРО, 2003г.

7. Чеботарева О.В. Теоретический семинар "Использование здоровьесберегающих технологий в работе педагога". Сайт Фестиваль педагогических идей «Открытый урок».