

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №8 "СНЕГОВИЧОК"

ПРОЕКТ
«Здоровьесберегающие технологии
в коррекционной работе с детьми ОВЗ»

Составила:
Учитель-дефектолог
Сафиуллина А.А.

Нижневартовск 2018

Пояснительная записка

В последние годы много говорится об ухудшении здоровья детей. Стressовые социальные, экологические, психические нагрузки, уменьшение двигательной активности всё чаще приводят к отклонениям нравственного и физического здоровья подрастающего поколения. Поэтому одной из важнейших задач на современном этапе образования является сохранение и укрепление здоровья.

В настоящее время большой процент детей дошкольного и школьного возраста, проживающих в Российской Федерации, относятся к категории детей с ограниченными возможностями, вызванными различными отклонениями в состоянии здоровья.

Логопедическая практика показывает, что с каждым годом увеличивается количество детей с дизартрией, моторной, сенсорной алалией, заиканием. Дети с ограниченными возможностями здоровья, помимо речевых нарушений, а также нарушений познавательной деятельности, характеризуются нарушением двигательной сферы, ослабленным здоровьем. Ограничные возможности здоровья препятствуют освоению образовательных программ и являются предпосылкой к нарушению взаимодействия детей с окружающим миром, обуславливают возникновение отклонений в их психическом развитии.

Поэтому сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения - одна из приоритетных задач современной педагогики. Согласно основным положениям Федеральных Государственных Стандартов дошкольного образования, особое внимание уделяется организации инклюзивного образования детей с ограниченными возможностями здоровья. Вовремя начатое и правильно организованное обучение таких детей, укрепление их психического здоровья позволят предотвратить или минимизировать вторичные по своему характеру нарушения, а также способствует их успешной социализации.

Проблема: Увеличение числа детей с речевой патологией с сопутствующими физическими, психическими и социальными расстройствами.

Таким образом, возникает необходимость проведения комплексной оздоровительно-коррекционной работы с данной категорией детей, усовершенствование традиционных методов коррекционного воздействия, а также использование новых, эффективных форм и методов обучения. В связи с этим актуальным становится вопрос о внедрении в практику логопедической работы с детьми ОВЗ **здоровьесберегающих образовательных технологий.**

Цель проекта: создание условий для сохранения, укрепления здоровья детей с ОВЗ посредством здоровьесберегающих технологий.

Задачи:

1. Развитие психомоторных и речемоторные функции;
2. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей через развитие дыхательной, системы
3. Стимулирование развития произвольной регуляции движения.
- 4.Формирование артикуляционной моторики и развитие речевого аппарата.
5. Развитие мелкой моторики.
6. Развитие речи.
7. Формирование мотивационной готовности к регулярному применению полученных навыков.
- 8.Привлечение родителей для активного участия во всех мероприятиях, проводимых в детском саду, по использованию инновационных и здоровьесберегающих технологий в развитии речи детей.

Ожидаемый результат: Развитие речи дошкольников и укрепление их здоровья будет более успешным при систематическом использовании на логопедических занятиях здоровьесберегающих технологий в игровой форме.

Участники проекта: учитель-дефектолог, дети, родители.

Срок реализации проекта: 1 год

Использование здоровьесберегающих технологий в речевом развитии детей с ОВЗ осуществляю на основе личностно-ориентированного подхода, с учётом диагноза и индивидуальных особенностей каждого ребёнка, а также опираясь на следующие принципы:

- **Принцип сознательности и активности** – нацеливает на формирование у детей глубокого понимания, устойчивого интереса, осмысленного отношения к познавательной деятельности.
- **Принцип активности** – предполагает у учащихся высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества.
- **Принцип наглядности** – обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств человека к процессу познания.
- **Принцип систематичности и последовательности** проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала.
- **Принцип доступности и индивидуализации** осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности, педагог всесторонне развивает ребенка, планирует и прогнозирует его развитие.
- **Принцип непрерывности** выражает закономерности построения оздоровления как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха.

Направления коррекционной работы

Только комплексное воздействие на ребенка может дать успешную динамику речевого развития. Одним из немаловажных факторов, влияющих на эффективность коррекционно-развивающего процесса является рациональность организации взаимодействия участников образовательного процесса – воспитателя, учителя-логопеда, педагога-психолога, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре, родителей.

Образовательная область по ФГОС	Мероприятия проекта
Речевое развитие, познавательное развитие	1. Подгрупповая непосредственно образовательная деятельность по коррекции фонетико-фонематической стороны речи и обучению грамоте с использованием здоровьесберегающих технологий (3 раза в неделю); 2. Индивидуальная непосредственно образовательная деятельность по коррекции звукопроизношения, просодики и фонематического слуха с использованием здоровьесберегающих технологий (2-3 раза в неделю в зависимости от тяжести речевого дефекта).
Физическое развитие	Здоровьесберегающие технологии:

	<ol style="list-style-type: none"> 1. мышечная релаксация; 2. дыхательная гимнастика; 3. массаж, самомассаж; 4. артикуляционная гимнастика; 5. биоэнергоплатика; 6. гимнастика для глаз.
Физическое развитие, речевое развитие	<p>Здоровьесберегающие технологии:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. пальчиковые гимнастики; 2. физкультурные минутки; 2. логоритмика; 3. песочная терапия; 4. игры с водой.
Социально-коммуникативное развитие, речевое развитие	<ol style="list-style-type: none"> 1. игры и упражнения на развитие мышления, памяти, внимания; 2. компьютерные игры и технологии для автоматизации звуков; 3. игры на развитие фонематического слуха; 4. игры на развитие слухового внимания.
Художественно-эстетическое развитие, речевое развитие.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Театрально-игровая деятельность; 2. Сказка-терапия; 3. Пальчиковый театр; 4. Фольклорная терапия; 5. Куклотерапия.

Этапы реализации проекта

Этапы	Цель	Формы работы
1. Подготовительный	Изучение литературы по данной теме. Накопление методического материала Определение задач реализации проекта на учебный год. Выявить уровень речевого нарушения у детей	Самообразование Знакомство с новыми здоровьесберегающими технологиями, оценка возможности их применения на логопедических занятиях Диагностирование детей
2. Практический	Создание методических разработок для реализации проекта	Логопедические занятия с использованием здоровьесберегающих технологий Развлечения, досуги с использованием здоровьесберегающих технологий для детей и их родителей.
3. Заключительный	Подведение итогов Перспективное планирование	Определение уровня развития речи детей Мониторинг заболеваемости Создание методических рекомендаций и пособий

1 этап - подготовительный

На подготовительном этапе было проведено глубокое теоретическое изучение проблемы и построена система работы учителя-дефектолога ДОУ по использованию здоровьесберегающих технологий в коррекции нарушений речи у детей с ОВЗ. А также 1-15 сентября проводиться диагностирование детей с целью выявления речевого нарушения. На подготовительном этапе были отобраны следующие здоровьесберегающим технологиям и созданы различные картотеки:

- Дыхательные упражнения
- Артикуляционные упражнения
- Развитие общей моторики
- Развитие мелкой моторики пальцев рук
- Су-Джок терапия
- Массаж и самомассаж
- Психогимнастика
- Релаксация

1.Дыхательные упражнения

Неотъемлемая часть оздоровительного режима – дыхательная гимнастика, способствующая развитию и укреплению грудной клетки. Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмально – речевого дыхания (оно считается наиболее правильным типом дыхания). Ведётся работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Кроме оздоровительного выдоха. Кроме оздоровительного значения, выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей работой над коррекцией звукопроизношения.

В ходе таких упражнений у детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом. Кроме этого дыхательные упражнения способствуют формированию и развитию правильного дыхания и правильной воздушной струи, что является важным аспектом в развитии речи детей с ОВЗ.

Применительно к работе в старшей группе этот раздел включает в себя следующие программные позиции: имитация через дыхание (ураган, легкий ветерок, пылесос, велосипедный насос, надувание шариков и др.); дыхание в разном ритме (короткие и прерывистые, медленные и размеренные вдохи и выдохи); игровое упражнение «Змейка» (змейка вползает в нос и выползает через рот и наоборот - быстро и медленно); очистительное дыхание (вдох носом, выдох прерывистый, словно спуск по ступенькам вниз); вдох через левую ноздрю, выдох через правую и наоборот; произнесение гласных звуков посредством дыхания без напряжения голосовых связок; «рисование» дыханием в воздухе воображаемых фигур; вдохи и выдохи при наклонах в разные стороны в положении стоя и сидя по-турецки.

При этом сочетание упражнений дыхательной и звуковой гимнастики непосредственно реализуется разными способами: поглаживание боковых частей носа от кончика к

переносице на вдохе, постукивание по ноздрям на выдохе; вдохи и выдохи через правую и левую ноздрю по очереди; вдох и выдох носом - на выдохе протяжно тянуть звуки «м-м-м», одновременно постукивая по крыльям носа; при закрытой правой, а затем левой ноздре протяжно тянуть звуки «г-м-м-м»; энергичное произнесение звуков «п-б», «п-б», «п-б» (укрепление мышц губ), «т-д», «т-д», «т-д» (укрепление мышц языка), «к-г», «к-г», «к-г» (укрепление мышц полости глотки); слитное произнесение с постепенным ускорением звуков «т-у-г-д-и-к», «т-у-г-д-и-к», «т-у-г-д-и-к», «т-у-г-д-и-к» (укрепление мышц языка и полости гортани); пропевание гласных звуков с приыханием имитируя движения грузиков или дровосеков («уу-у-у-хнем», «х-а-а», «фу-у-у» и др.). На это же направлен комплекс специальных игровых упражнений («Гудок парохода», «Веселая пчелка», «Полет самолета», «Часики», «Трубач», «Паровозик», «Насос»).

На каждое занятие включается несколько упражнений. По мере овладения упражнений детьми добавляются новые.

2. Артикуляционные упражнения

Регулярное выполнение поможет:

- улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);
- улучшить подвижность артикуляционных органов;
- укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
- уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов.

Цель артикуляционной гимнастики - выработка правильных, полноценных движений и определённых положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные.

Упражнения для артикуляционной гимнастики нельзя подбирать произвольно. Следует предусматривать те артикуляционные уклады, которые необходимо сформировать. Артикуляционная гимнастика включает упражнения как для тренировки подвижности и переключаемости органов, отработки определённых положений губ, языка, правильного произношения всех звуков, так и для каждого звука той или иной группы. Упражнения должны быть целенаправленными: важны не их количество, а упражнения подбирают исходя из правильной артикуляции звука с учётом конкретного его нарушения у ребёнка, то есть воспитатель выделяет, что и как нарушено.

Целенаправленные упражнения помогают подготовить артикуляционный аппарат ребёнка к правильному произнесению нужных звуков. Эти упражнения подбираются, исходя из правильной артикуляции звука, поэтому их лучше объединять в комплексы. Каждый комплекс готовит определённые движения и положения губ, языка, вырабатывает правильную воздушную струю, то есть всё то, что необходимо для правильного образования звука.

3. Развитие общей моторики.

Одной из важных задач развития моторики является координация движений целостной системы тела ребенка и частных систем координации движений (рука — зрение, зрение — слух, рука — зрение — слух, слух — речь и др.), способствующих установлению связей между умениями видеть, слышать, чувствовать, двигаться, говорить.

Моторика (лат. motor — **приводящий в движение**) — двигательная активность организма, его органов или систем (частей). Моторику делят на *крупную и мелкую*.

Чем выше двигательная активность ребенка, тем интенсивнее развивается его речь. У детей с нарушениями речи, часто наблюдаются «неполадки» в общей моторике: недостаточная четкость и организованность движений, недоразвитие чувства ритма и координации. Таким образом, развитие общей моторики способствует развитию речи.

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.

4. Развитие мелкой моторики.

В процессе логопедической работы была выявлена необходимость развития мелкой моторики в целях повышения эффективности коррекционной работы с детьми-логопатами. Учеными доказано, что развитие руки находится в тесной связи с развитием речи ребенка и его мышления. Проведенные исследования и наблюдения показали, что степень развития движений пальцев соответствует развитию речи ребенка.

У детей при ряде нарушений речи отмечается общая моторная недостаточность, а также отклонения в развитии движений пальцев, выраженные в различной степени, так как движения пальцев рук тесно связаны с речевой функцией.

Развитию мелкой моторики пальцев рук на коррекционных занятиях уделяется особое внимание, так как этот вид деятельности способствует утреннему и речевому развитию, выработке основных элементарных умений, формированию графических навыков. Целесообразно сочетать упражнения по развитию мелкой моторики с собственно речевыми упражнениями.

Мелкая моторика – это совокупность скоординированных действий нервной, мышечной и костной систем, часто в сочетании со зрительной системой в выполнении мелких и точных движений кистями и пальцами рук и ног.

Не все взрослые обращают внимание на то, как их ребенок управляет карандашом или ручкой. Зажал в кулаке – не беда, главное, что, в зависимости от возраста, он рисует, либо уже пишет. А малыш тем временем привыкает действовать именно так, а не иначе. Затем ребенок начинает говорить, и остальные его действия многим представляются уже не такими важными. При этом мало кто задумывается, что процессу совершенствования мелкой моторики необходимо уделять немалое внимание и после того, как ребенок заговорил, забывая, что от того, насколько ловкими и проворными к 5-6 годам станут его пальчики, зависят успехи в дальнейшем обучении.

Пальцы рук наделены большим количеством рецепторов, посылающих импульсы в центральную нервную систему человека. Даже такие простые упражнения, как «Ладушки», «Сорока-белобока», «Коза рогатая» и другие – не просто развлечения для малышей. Поэтому развитие речи ребёнка неразрывно связано с развитием мелкой моторики.

В настоящее время у большинства детей отмечается общее моторное отставание, в особенности у детей городских. Мелкая моторика и точное произношение звуков находятся в прямой зависимости. Чем выше двигательная активность, тем лучше развита речь. Однако даже если речь ребенка в норме, это вовсе не значит, что он хорошо управляет со своими руками. Если в возрасте 4-5 лет завязывание шнурков вызывает у ребенка затруднения, а из пластилина кроме шариков и колбасок ничего не лепится, если в 6 лет пришивание настоящей пуговицы – невыполнимая и опасная задача – значит, и

этот малыш не исключение. Вот поэтому-то в садиках и центрах раннего развития так много внимания уделяют развитию мелкой моторики: нанизыванию бусин, лепке, аппликации и т.п. Наверстывают упущенное. А ведь можно начать занятия мелкой моторикой очень рано.

Развивается мелкая моторика естественным образом, начиная с младенческого возраста на базе общей моторики. Сначала ребёнок учится хватать предмет, после появляются навыки перекладывания из руки в руку, так называемый «пинцетный захват» и т. д., к двум годам он уже способен рисовать, правильно держать кисточку и ложку. В дошкольном и раннем школьном возрасте моторные навыки становятся более разнообразными и сложными. Увеличивается доля действий, которые требуют согласованных действий обеих рук. Руки – инструмент тонкий, и «настраиваются» они в течение долгого времени. Поэтому и игрушек для развития моторики потребуется много. Но это совсем не значит, что нужно срочно бежать в магазин и покупать дорогие игры для развития моторики. Развивающая игрушка должна появиться в детской комнате в положенный срок. Так, с рамками-вкладышами малыша можно уже знакомить в 10-12 месяцев, шнурочки он с удовольствием освоит около полутора лет, а мозаику и пазлы, игры с крупами, макаронами, тестом и пластилином после двух. К развивающим играм с ребенком не стоит относиться как к коррекционной деятельности, исправлению чего-то, это – интересное и приятное занятие, отвечающее основным потребностям ребенка. Такие игры дарят малышу первые победы, которые запомнятся на всю жизнь.

Под **крупной моторикой** подразумеваются разнообразные движения тела, рук и ног. Зачем развивать крупную моторику? Для того чтобы ваш ребенок умел бегать и прыгать наравне со сверстниками и не скучал на детской площадке.

Здоровье психологическое и физическое тесно связаны между собой. Изменение одного состояния влечет изменение и другого. Поэтому особое внимание следует обращать на баланс развивающих ребенка мероприятий. В этот период наиболее ценными являются игры, которые одновременно направлены и на физическое и на психическое здоровье малыша.

Если ограничить двигательную деятельность, то недостаточно развитая двигательная память может атрофироваться, что приведет к нарушению условных связей и снижению психической активности. Недостаточная физическая активность ведет ребенка к дефициту познавательной активности, знаний, умений, к возникновению состояния мышечной пассивности и снижению работоспособности.

Взаимодействие различных движений обеспечивает развитие речи, формирует навыки чтения, письма, вычисления. От развития моторики пальцев рук зависят навыки логического мышления, его скорость и результативность. Одно из распространенных заблуждений родителей в том, что главное в развитии ребенка – это интеллект. Часто недооценивается значение двигательного развития детей. У дошкольников сложно провести границу между физическим, в частности двигательным, развитием и интеллектуальным. В дошкольные годы дети совершенствуют двигательные навыки, в том числе моторику: грубую (способность совершать движения большой амплитуды: бег, прыжки, бросание предметов) и тонкую (способность совершать точные движения малой амплитуды). По мере развития тонкой моторики дети становятся все более самостоятельными. Развитие моторики позволяет ребенку непринужденно передвигаться, самому заботиться о себе и проявлять свои творческие способности.

Доказано, что и мысль, и глаз ребенка двигаются с той же скоростью, что и рука. Значит, систематические упражнения по тренировке движений пальцев являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга. Результаты исследования показывают, что уровень развития речи у детей всегда находится в прямой зависимости от

степени развития тонких движений пальцев рук. *Тонкая моторика* — основа развития, своего рода “локомотив” всех психических процессов (внимание, память, восприятие, мышление, речь).

У подвижного ребенка, как правило, хороший аппетит, крепкий сон, ровное, веселое настроение, он более ловкий и выносливый. Но неверно думать, что ребенок самостоятельно научится всем движениям. Надо постоянно выполнять с ним различные упражнения, помогать малышу осваивать новые движения.

Движения не только укрепляют опорно-двигательный аппарат, развивают моторику и координацию, они обеспечивают непрерывный синтез белковых соединений в мышцах, способствуя нормальному росту.

Надо воспитывать у детей потребность в движении. Если родители не делают утреннюю гимнастику, пренебрегают активным отдыхом в выходные дни, предпочитают занять ребенка тихими настольными играми, то, естественно, и он будет малоподвижным.

5. Су – джок терапия

Су – джок терапия - это одно из направлений ОННУРИ медицины, разработанной южно-корейским профессором Пак ЧжеВу. В переводе с корейского языка Су – кисть, Джок – стопа.

Методика Су-Джок диагностики заключается в поиске на кисти и стопе в определенных зонах, являющихся отраженными рефлекторными проекциями внутренних органов, мышц, позвоночника болезненных точек соответствия (су-джок точки соответствия), указывающих на ту или иную патологию. Обладая большим количеством рецепторных полей, кисть и стопа связана с различными частями человеческого тела. При возникновении болезненного процесса в органах тела, на кистях и стопах возникают болезненные точки «соответствия» - связанные с этими органами. Находя эти точки, суджок (су-джок) терапия может помочь организму справится с заболеванием путем их стимуляции иглами, магнитами, мокасми (прогревающими палочками), модулированным определенной волной светом, семенами (биологически активными стимуляторами) и прочими воздействиями в зависимости от нужд выбранной методики лечения.

Позднее подобные рецепторные поля были открыты на ушной раковине (гомосистемы аурикулярной су-джок терапии), волосистой части головы (скальпе - су-джокскальпотерапия), языке и других частях тела.

Стимуляция высокоактивных точек соответствия всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стопах. Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, коврикам с пуговицами и т.д. На коррекционных занятиях происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, греческие орехи, колючие валики). Эффективен и ручной массаж пальцев. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека. Кончики пальцев и ногтевые пластины отвечают за головной мозг. Массаж проводится до появления тепла.

6. Массаж и самомассаж.

Массаж – это метод лечения и профилактики, представляющий собой совокупность приемов механического воздействия на различные участки поверхности тела человека. Механическое воздействие изменяет состояние мышц, создает положительные кинестезии необходимые для нормализации произносительной стороны речи.

В комплексной системе коррекционных мероприятий логопедический массаж предваряет артикуляционную, дыхательную и голосовую гимнастику. Правильный подбор массажных комплексов способствует нормализации мышечного тонуса органов артикуляции, улучшает их моторику, что способствует коррекции произносительной стороны речи.

Массаж показан детям с расстройствами речи. Тем же, которые с наибольшим трудом поддаются коррекции педагогическими методами, эта процедура особенно необходима. Поэтому если вашему ребенку ставят один из диагнозов: задержка речевого развития, дислалия, дизартрия, задержка психического развития, то в данных случаях можно воспользоваться данным методом коррекции.

При системном проведении массажа улучшается функция рецепторов проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами.

Виды развивающего массажа, используемые в логопедической практике:

- массаж и самомассаж лицевых мышц;
- массаж и самомассаж кистей и пальцев рук;
- плантарный массаж (массаж стоп);
- аурикулярный массаж (массаж ушных раковин);
- массаж язычной мускулатуры.

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.

Целью логопедического самомассажа является - стимуляция кинестетических ощущений мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата и нормализация мышечного тонуса данных мышц.

Использование самомассажа широко применимо по нескольким причинам:

- * Можно проводить не только индивидуально, но и фронтально с группой детей одновременно.
- * Можно использовать многократно в течение дня, включая его в различные режимные моменты в условиях дошкольного учреждения.
- * Можно использовать без специального медицинского образования.

7. Релаксация.

Релаксация – специальный метод, появившийся за рубежом в 30-40-х гг. XX 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, приемам 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.

Все вышеперечисленные компоненты проводятся ежедневно, либо меняются в течение всей недели, что очень благоприятно влияет на развитие речи детей дошкольного возраста с тяжелыми нарушениями речи.

8.Психогимнастика

Психогимнастика – это игры и упражнения, направленные на использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств. Дети изучают различные эмоции и учатся управлять ими. Подобные игры помогают детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дают возможность самовыражения. Игры с элементами психогимнастики должны тематически совпадать с содержанием и целями занятия и имеют определенную специфику организации: каждое упражнение включает в деятельность фантазию, эмоции и движения ребенка так, чтобы через их единство ребенок учился произвольно действовать на каждый из элементов триады. Все упражнения и игры проводятся на сюжетно-ролевом содержании данные игры можно проводить для детей, начиная с трехлетнего возраста, изменяя тему, сложность задач. Пример: Игра «Путешествие в лес» (под звуковое сопровождение «Голоса леса» дети произвольно изображают то, о чем говорит педагог): – Мы в лесу. Под ногами мягкий мох. Идем по нему неслышно, на носочках. Впереди непролазная чаща. Вставайте за мной, пойдем по узкой тропинке. Не отставайте, идите точно друг за другом. После сильного ветра повалились деревья, нам придется через них перелезть. Ой, я обо что-то укололась! Да это же ежик! Покажите, какой он. Ежик побежал дальше, а нам пора возвращаться.

Интересно наблюдать, как во время подобных упражнений дети сразу зажимают нос пальцами, если погружаются в море, или по-настоящему боятся наступить в «воду», если переходят ручей по камешкам.

В результате использования приемов здоровьесберегающих технологий в логопедии:

- повышается обучаемость, улучшаются внимание, восприятие;
- дети учатся видеть, слышать, рассуждать;
- корректируется поведение и преодолеваются психологические трудности;
- формируется правильное, осмыщенное чтение, пробуждается интерес к процессу чтения и письма, снимается эмоциональное напряжение и тревожность;
- развивается способность к переносу полученных навыков при изучении предметного материала.

Таким образом, рассмотрев множество приёмов и методов по здоровьесбережению и применению их в практической деятельности, можно сделать вывод, что использование здоровьесберегающих технологий в коррекционной работе с дошкольниками даёт положительные результаты:

- снижение уровня заболеваемости;
- повышение работоспособности, выносливости;
- развитие психических процессов;
- улучшение зрения;
- формирование двигательных умений и навыков, правильной осанки;
- развитие общей и мелкой моторики,
- повышение речевой активности;
- увеличение уровня социальной адаптации.

Таким образом, применение элементов педагогики оздоровления способствуют личностному, интеллектуальному и речевому развитию ребёнка.

2 этап – практический

Цель: реализация здоровьесберегающих технологий в коррекционно-образовательном процессе с детьми в соответствии с перспективным планом работы.

Дефектологические индивидуальные занятия – основная форма коррекционного обучения, способствующая постепенному развитию всех компонентов речи. Обучение правильной речи требует регулярных, последовательных занятий. Важное место при устраниении дефектов звуковой стороны и формировании навыков правильного звукопроизношения занимают индивидуальные занятия.

Основное содержание занятий

- развитие артикуляционной моторики, формирование правильных артикуляционных укладов;
- формирование произносительных навыков (в зависимости от этапа работы над звуком);
- развитие фонематического восприятия;
- развитие мелкой моторики пальцев рук.
- Дыхательная гимнастика.

Перспективный план коррекционной работы на учебный год с детьми, имеющими нарушения речи.

Этап коррекционной работы	Сенсомоторика
Обследование речевое	Диагностика моторных, просодических и фонетических навыков.
Подготовительный этап	1. Сказка “О веселом язычке” 2. Самомассаж. 3. Дыхательная гимнастика 4. Биоэноргопластика 5. Психогимнастика 6. Пальчиковая гимнастика 7. Сенсорный материал (шумовые игрушки)
Этап постановки	1. Дыхательная гимнастика 2. Артикуляционная гимнастика по группе нарушенных звуков 3. Пальчиковая гимнастика. 5. Игры на развитие сенсорного внимания (пропевание гласных, слов, слоговых дорожек и т.д.) 6. Массаж пальцев рук
Этап автоматизации	1. Дыхательная гимнастика для развития воздушной струи: “Насос”, “Шар” и т.д. 2. Артикуляционная гимнастика для артикуляционных укладов звуков 3. Пальчиковая гимнастика

	4. Массаж пальцев рук
Этап автоматизации звуков	1. Чистоговорки 2. Пальчиковая гимнастика 3. Артикуляционная гимнастика по мере необходимости. 4. Игры на развитие слухового внимания. 5. Логопедическая ритмика 6. Алфавит телодвижений
Этап автоматизации	1. Подвижные речевые игры с чувством ритма, фольклорная арттерапия, сказка терапия и т. д. 2. Пальчиковая гимнастика с речевым сопровождением 3. Упражнения с мячом 4. Игры на развитие мелкой моторики
Этап дифференциации звуков	1. Пальчиковые игры и драматизация сказок 2. Игры с мячом, Телеграф, Слогоевые дорожки, Цепочки слов и т. д. 3. Физ. минутки
Этап дифференциации звуков	1. Пальчиковые игры 2. Дыхательная гимнастика 3. Физ. минутки 4. Игры и упражнения на развитие фонематического восприятия 5. Игры на развитие навыков звукового анализа и синтеза параллельно-коррекционного звукопроизношения
Этап дифференциации и автоматизации звуков в связной речи	1. Дыхательная гимнастика 2. Подвижные игры и упражнения 3. Инсценирование сказок. 4. Логопедическая ритмика.
Обследование речевое	Диагностика моторных, просодических и фонетических навыков.

Важным шагом к решению поставленных задач является взаимодействие с семьёй. Для проведения работы по повышению знаний родителей по вопросу влияния здоровьесберегающих технологий на развитие детей с ОВЗ было разработано перспективное планирование, в котором отразилась система мероприятий по взаимодействию с семьёй по данной проблеме.

В работе с родителями использовала следующие формы работы:

1. Беседа, анкетирование, тестирование: коллективные и индивидуальные.
2. Консультации: коллективные, индивидуальные, по заявке, тематические, оперативные. Данные формы работы преследуют цель информирования
3. Родительские собрания в форме: тренинга, «круглых столов» и семинаров практикумов.

Построенная таким образом работа помогает привлечь родителей к данной проблеме, повысить их компетентность по вопросу использования здоровьесберегающих технологий в работе с детьми и сделать их активными помощниками для реализации поставленных задач и получении положительных результатов коррекционно-развивающей работы.

3 этап - заключительный

Цель: обобщение и оценка результатов, анализ работы и прогнозирование дальнейшей деятельности.

Результаты работы для меня (учителя-дефектолога):

- сформирована нормативно-правовая базы по вопросам оздоровления дошкольников с ОВЗ;
- внедрение научно-методических подходов к организации работы по сохранению здоровья детей, к созданию здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ и семье;

Результаты работы с детьми:

- формирование у дошкольников основ валеологического сознания, потребности заботиться о своем здоровье;
- улучшение соматических показателей здоровья дошкольников
- Улучшение эмоционального состояния, что является основой для положительной социализации и развития детей.
- Повышение уровня развития внимания, памяти и речи.

Результаты работы с родителями:

- повышение компетентности родителей по данному вопросу;
- активное сотрудничество с педагогом в вопросах оздоровления детей.

Таким образом, рассмотрев множество приёмов и методов по здоровьесбережению и применению их в практической деятельности, можно сделать вывод, что использование здоровьесберегающих технологий в коррекционной работе с дошкольниками даёт положительные результаты:

- снижение уровня заболеваемости;
- повышение работоспособности, выносливости;
- развитие психических процессов;
- улучшение зрения;
- формирование двигательных умений и навыков, правильной осанки;
- развитие общей и мелкой моторики;
- повышение речевой активности;
- увеличение уровня социальной адаптации.

Подводя итоги, я хотела бы ещё раз подчеркнуть, что здоровье – это главное жизненное благо. Только здоровый человек может быть свободным, радостным, счастливым.

Список литературы

1. Т.Б. Буденная Логопедическая гимнастика Санкт – Петербург «Детство – прогресс» 2001 год.
1. М.Ю. Картушина Логоритмические занятия в детском саду. Москва «Сфера» 2003год.
2. Е.А.Каралашвили Физкультурная минутка. Динамические упражнения. Москва ТЦ « Сфера» 2001 год.
3. С.В. Коноваленко Развитие познавательной деятельности у детей. Москва Гном – Пресс, Новая школа 1998 года
4. Е.Н. Краузе Логопедический массаж и артикуляционная гимнастика. СПб: Корона 2004год.
5. О.В. Узорова Е.А. Нефедова Физкультурные минутки Москва ООО « Издательство Астрель», ООО « Издательство АСТ», ЗАО НПП « Ермак»2004 год.
6. Т.Е Филичева Н.А. Чевелева Г.В. Чиркина Основы логопедии – Москва Просвещение 1989 год .
7. Е.Л. Набойкина Сказки и игры с « особым» ребенком. СПб. 2003 год.
8. Е.А. Алябьева Психогимнастика в детском саду. Москва 2003 год.
9. Е.А. Алябьева Развитие воображения и речи детей 4-7 лет Москва 2005 год.
10. М.Ю. Картушина Быть здоровыми хотим Москва 2004 год
11. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. - М.: И.Ц. Сфера, 2007
12. П.Деннисон ., Г.Деннисон Гимнастика для развития умственных возможностей «Брейн Джим» /перевод с английского А.В. Малушиной. М.: Изд-во Рос.откр. ун-та, 1992
13. Е.А.Дьякова.Логопедический массаж.- М., 2004
14. Е.А.Каралашвили, Физкультурная минутка. Динамические упражнения. - М.: ТЦ «Сфера», 2001
15. Е.Л..Ковалева ., Ю.И. Остапенко Учиться легко и весело. Практическое пособие по образовательной кинесиологии. – Волгоград «Перемена», 1996г.
16. В.В. Нищева . Система коррекционной работы. - СПб.: Детство Пресс, 2001
17. Е.Л.Новикова .Здоровьесберегающая направленность в развитии речевой деятельности дошкольников. - М., 1999.
18. Е.Л.Новикова .Здоровьесберегающая технология формирования правильного речевого дыхания у детей 6 лет с ОНР //Дошкольная педагогика, 2007 - №1
19. З.А.Репина Нейропсихологическое изучение детей с тяжелыми дефектами речи. — Екатеринбург, 1996
20. Н.Семенова Дыхательная гимнастика по Стрельниковой. — СПб., 2002.

21. О.В., Узорова, Е.А.Нефедова, . Пальчиковая гимнастика. - М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство ACT», 2001.
22. Н.А.Фомина В ритме музыки дышать веселее. Музыкально-ритмическая дыхательная гимнастика на основе методики Стрельниковой А.Н. :Учебно-методическое пособие. – Волгоград: ВГАФК, 2001
23. М.И.Чистякова Психогимнастика. — М., 1990
24. Кудрявцев В. Т. Инновационное дошкольное образование: опыт, проблемы и стратегия развития // Дошкольное воспитание. 1997-1999.
25. Кудрявцев В. Т. Психолого-педагогические принципы развивающей оздоровительной работы с дошкольниками // Начальная школа: плюс - минус. 2000.

Дыхательные упражнения

«Свеча» Исходное положение – сидя за партой. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох на пальчики, изображающие горящую свечу, и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

«Дышим носом» Исходное положение – лежа на спине или стоя. Дыхание только через левую, а потом только через правую ноздрю (при этом правую ноздрю закрывают большим пальцем правой руки, остальные пальцы смотрят вверх, левую ноздрю закрывают мизинцем правой руки). Дыхание медленное, глубокое.

«Ныряльщик» Исходное положение – стоя. Сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть – открыть нос и сделать выдох.

«Облако дыхания» Исходное положение – стоя, руки опущены. Делаем медленный вдох через нос, надуваем животик, руки перед грудью. Медленный выдох через рот, одновременно рисуя круг симметрично обеими руками. Стаемся распределить воздух на весь круг, повторяем три раза. Теперь нарисуем квадраты и треугольники.

Упражнения на релаксацию

«Дирижер» Встаньте, потянитесь и приготовьтесь слушать музыку, которую я сейчас включу. Сейчас мы будем не просто слушать музыку – каждый из вас представит себя дирижером, который руководит большим оркестром (включается музыка). Представьте себе энергию, которая течет сквозь тело дирижера, когда он слышит все инструменты и ведет их к чудесной общей гармонии. Если хотите, можете слушать с закрытыми глазами. Обратите внимание на то, как вы сами при этом наполняетесь жизненной силой. Вслушивайтесь в музыку и начинайте в такт ей двигать руками, как будто вы управляете оркестром. Двигайте теперь еще и локтями и всей рукой целиком. Пусть, в то время как вы дирижируете, музыка течет через все твоё тело. Дирижируйте всем своим телом и реагируйте на слышимые вами звуки каждый раз по – новому. Вы можете гордиться тем, что у вас такой хороший оркестр! Сейчас музыка кончится. Откройте глаза и устройте себе самому и своему оркестру бурные аплодисменты за столь превосходный концерт.

«Путешествие на облаке» Сядьте удобнее и закройте глаза. Два – три раза глубоко вдохните и выдохните. Я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгните на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуй, как ваши ноги, спина, попка удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овеивает ваши лица? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть облако перенесет вас сейчас в такое место, где вы будете счастливы. Постарайтесь мысленно увидеть это место как можно более точно. Здесь вы чувствуете себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что – нибудь чудесное и волшебное. Теперь вы снова на своем облаке, и оно везет вас назад, на ваше место в классе. Слезьте с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо вас покатало. Теперь понаблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь, и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

Игры и упражнения на развитие мелкой моторики рук.

1. Лепка из глины и пластилина. Это очень полезно и отлично влияет на развитие мелкой моторики рук, причём лепить можно не только из пластилина и глины. Если во дворе зима – что может быть лучше снежной бабы или игр в снежки. А летом можно соорудить сказочный замок из песка или мелких камешков. Используйте любую возможность, чтобы улучшать мелкую моторику рук вашего ребенка.
2. Рисование или раскрашивание картинок – любимое занятие дошкольников и хорошее упражнение на развитие мелкой моторики рук. Обратить внимание надо на рисунки детей. Разнообразны ли они? Если мальчик рисует только машины и самолёты, а девочка похожих друг на друга кукол, то это вряд ли положительно повлияет на развитие образного мышления ребёнка.
3. Изготовление поделок из бумаги. Например, вырезание самостоятельно ножницами геометрических фигур, составление узоров, выполнение аппликаций. Ребёнку нужно уметь пользоваться ножницами и kleem. По результатам таких работ вы сможете оценить насколько развита мелкая моторика рук и движения пальчиков малыша.
4. Изготовление поделок из природного материала: шишек, желудей, соломы и других доступных материалов. Кроме развития мелкой моторики рук эти занятия развивают также и воображение, фантазию ребенка.
5. Конструирование. Развивается образное мышление, фантазия, мелкая моторика рук.
6. Застёгивание и расстёгивание пуговиц, кнопок, крючков. Хорошая тренировка для пальчиков, совершенствуется ловкость и развивается мелкая моторика рук.
7. Завязывание и развязывание лент, шнурков, узелков на верёвке. Каждое такое движение оказывает огромное влияние на развитие мелкой моторики рук малыша.
8. Закручивание и раскручивание крышек банок, пузырьков и т. д. также улучшает развитие мелкой моторики и ловкость пальчиков ребенка.
9. Всасывание пипеткой воды. Развивает мелкие движения пальчиков и улучшает общую моторику рук.
10. Нанизывание бус и пуговиц. Летом можно сделать бусы из рябины, орешков, семян тыквы и огурцов, мелких плодов и т. д. Интересное занятие для развития воображения, фантазии и мелкой моторики рук.
11. Плетение косичек из ниток, венков из цветов.
12. Все виды ручного творчества: для девочек – вязание, вышивание и т. д., для мальчиков – чеканка, выжигание, художественное выпиливание и т. д. Научите своих детей всему, что умеете сами!
13. Переборка круп, насыпать в небольшое блюдце, например, гороха, гречки и риса и попросить ребёнка перебрать. Развитие осязания, мелких движений пальчиков рук.
14. Игры в мяч, с кубиками, мозаикой.

Су - Джок терапия

1. *Массаж Су – Джок шарами.* /дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом/
Я мячом круги катаю,
Взад - вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошку.
Будто я сметаю крошку,
И сожму его немножко,
Как сжимает лапу кошка,
Каждым пальцем мяч прижму,
И другой рукой начну.
2. *Массаж пальцев эластичным кольцом.* /Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики/
Раз – два – три – четыре – пять, /разгибать пальцы по одному/
Вышли пальцы погулять,
Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.
Этот пальчик для того, чтобы показывать его.
Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.
Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.
А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удачен.
3. *Использование Су – Джок шаров при автоматизации звуков.* /ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука Ш/
На правой руке:
Этот малыш-Илюша, (на большой палец)
Этот малыш-Ванюша, (указательный)
Этот малыш-Алеша, (средний)
Этот малыш-Антоша, (безымянный)
А меньшего малыша зовут Мишутка друзья.(мизинец)
На левой руке:
Эта малышка-Танюша, (на большой палец)
Эта малышка-Ксюша, (указательный)
Эта малышка-Маша, (средний)
Эта малышка-Даша, (безымянный)
А меньшую зовут Наташа.(мизинец)
4. *Ребенок катает шарик между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию звука Ж.*
Ходит ежик без дорожек,
Не бежит ни от кого.
С головы до ножек
Весь в иголках ежик.
Как же взять его?
5. *Использование Су – Джок шаров при совершенствовании лексико-грамматических категорий*
Упражнение «Один-много». Логопед катит «чудо-шарик» по столу ребенку, называя предмет в единственном числе. Ребенок, поймав ладонью шарик, откатывает его назад, называя существительные во множественном числе.
Аналогично провожу упражнения «Назови ласково», «Скажи наоборот»
6. *Использование Су – Джок шаров для развития памяти и внимания*
Дети выполняют инструкцию: надень колечко на мизинец правой руки, возьми шарик в правую руку и спрячь за спину и т.д.; ребенок закрывает глаза, взрослый

надевает колечко на любой его палец, а тот должен назвать, на какой палец какой руки надето кольцо.

7. *Использование шариков при выполнении гимнастики*

И.п.: ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль туловища, в правой руке шар.

1 - руки развести в стороны;

2 - руки поднять вверх и переложить шар в другую руку;

3 - руки развести в стороны;

4- опустить руки.

Психогимнастика

Игры на развитие внимания

Игры 1-9 рекомендуются детям, страдающим психомоторной гиперактивностью, пониженным настроением, патологическими страхами, ранним детским аутизмом, задержкой¹ психического развития и другими заболеваниями, при которых проявляется незрелость внимания.

1. Что слышно?

Цель игры. Развивать умение быстро сосредоточиваться.

1-й вариант (для детей 5 — 6 лет), Ведущий предлагает детям послушать и запомнить то, что происходит за дверью. Затем он просит рассказать, что они слышали.

2-й вариант (для детей 7 — 8 лет). По сигналу ведущего внимание детей обращается с двери на окно, с окна на дверь. Затем каждый ребенок должен рассказать, что где происходило.

2. Будь внимателен! (для детей 4-5 лет)

Цель игры. Стимулировать внимание, учить быстро и точно реагировать на звуковые сигналы. Дети шагают под «Марш» С.Прокофьева. Затем на слово «Зайчики», произнесенное ведущим, дети должны начать прыгать, на слово «лошадки» — как бы ударять «копытом» об пол, «раки» — пятиться, «птицы» - бегать, раскинув руки в стороны, «аист» — стоять на одной ноге.

3. Слушай звуки! (для детей 6 -7 лет)

Цель игры. Развивать активное внимание.

Ведущий договаривается с детьми о том, что, когда он нажмет на фортепьяно клавишу нижнего регистра, они должны встать в позу «плакучей ивы», когда верхнего — в позу «тополя». Затем начинают игру — дети идут по кругу. Звучит низкий звук—дети становятся в позу «плакучей ивы» (ноги на ширине плеч, руки слегка разведены в локтях и висят, голова наклонена к левому плечу). На звук, взятый в верхнем регистре, становятся в позу «тополя» (пятачки вместе, носки врозь, ноги прямые, руки подняты вверх, голова запрокинута назад, смотреть на кончики пальцев рук).

4. Слушай хлопки! (для, детей 5 — 6 лет)

Цель игры. Та же.

Играющие идут по кругу. Когда ведущий хлопнет в ладоши 1 раз, дети должны остановиться и принять позу аиста (стоять на одной ноге, руки в стороны). Если ведущий хлопнет два раза, играющие принимают позу лягушки (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ногами на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

5. Зеваки (для детей 6 — 7 лет)

Цель игры. Та же.

Играющие идут по кругу, держась за руки, по сигналу ведущего останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются кругом и продолжают движение. Направление меняется после каждого сигнала. Не выполнивший правильно задание выходит из игры. Музыкальное сопровождение: Э. Жак-Далькроз. «Марш».

6. «Пищащая машинка» (для детей 6 - 7 лет)

Каждому играющему присваивается буква алфавита. Затем придумывается одно слово или фраза из двух-трех слов. По сигналу дети начинают печатать: первая «буква» слова хлопает в ладоши, затем вторая и т. д. Когда слово будет напечатано, все дети хлопают в ладоши.

7. Четыре стихии (для детей 6 — 7 лет)

Цель игры. Развивать внимание, связанное с координацией слухового и двигательного анализаторов.

Играющие сидят по кругу. Ведущий договаривается с ними, что, если он скажет слово «земля», все должны опустить руки вниз, если слово «вода» — вытянуть руки вперед, слово «воздух»—поднять руки вверх, слово «огонь» - произвести вращение руками в лучезапястных и локтевых суставах. Кто ошибается, считается проигравшим.

Итог занятия. На заключительной стадии занятия подводятся итоги. Обязательное условие — передача положительных эмоций. При индивидуальной оценке нужно отметить активность, удачу, пусть даже маленькую, или просто хорошее настроение того или иного ребенка. А реакция на неудачи должна быть с надеждой и успех в последующих занятиях, с убеждением, что отчаиваться не стоит. Если активно работать, все получиться. В заключительном «аккорде» занятия должна звучать положительная оценка и уверенность, что завтра получиться еще лучше. Важно закончить занятие так, чтобы дети ждали следующей встречи с вами. Но главное, о чем необходимо помнить, - занятие от начала до конца должно быть добрым!