

## **«РАЗВИТИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ ЧЕРЕЗ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ»**

*Автор: Юдаева Валентина Николаевна,  
воспитатель первой квалификационной категории  
МБДОУ детский сад № 68 «Яблонька» г. Тамбов*

Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Поэтому о полноценном качестве образования, можно говорить только тогда, когда в нем присутствует здоровьесберегающая и здоровьеукрепляющая составляющая.

Здоровьесберегающие образовательные технологии – это, прежде всего технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья детей. Цель этих технологий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни.

В деятельности нашего дошкольного учреждения здоровьесберегающей составляющей уделено особое внимание. Одним из направлений работы детского сада является здоровьесберегающая деятельность, включающая высококвалифицированную коррекционную помощь. Использование здоровьесберегающих технологий становятся перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения речи. Эти методы работы принадлежат к числу эффективных средств коррекции, все чаще применяемых в специальной педагогике и помогающих достижению максимально возможных успехов в преодолении не только речевых трудностей, но и общего оздоровления детей дошкольного возраста. На фоне комплексной логопедической помощи здоровьесберегающие технологии, не требуя особых

усилий, оптимизируют процесс коррекции речи детей-логопатов и способствуют оздоровлению всего организма ребенка.

Эффект их применения зависит от профессиональной компетенции педагога, умения использовать новые возможности, включать действенные методы в систему коррекционно-развивающего процесса, создавая психофизиологический комфорт детям во время занятий, предусматривающий «ситуацию уверенности» их в своих силах. Таким образом, терапевтические возможности здоровьесберегающих технологий содействуют созданию условий для речевого высказывания и восприятия. На сегодняшний день было создано множество различных здоровьесберегающих методик, которые мы используем в своей работе с детьми.

- *Дыхательная гимнастика*, которая способствует развитию и укреплению грудной клетки. Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмально – речевого дыхания (оно считается наиболее правильным типом дыхания).

- *Развитие мелкой моторики пальцев рук*, важным является развитие общей моторики. Чем выше двигательная активность ребенка, тем интенсивней развивается его речь. Целесообразно сочетать упражнения по развитию мелкой моторики с собственно речевыми упражнениями.

- *Массаж и самомассаж*. Виды развивающего массажа, используемые в логопедической практике: массаж и самомассаж лица; массаж и самомассаж кистей и пальцев рук; массаж стоп; массаж ушных раковин; массаж язычной мускулатуры.

- *Релаксация*. Комплекс упражнений на релаксацию используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приемам расслабления различных групп мышц. Умение расслабляться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение, расслабить мышцы, что необходимо для исправления речи.

- *Психогимнастика*. Помогает создать условия для успешного обучения каждого ребенка. Коррекционная направленность занятий предполагает

исправление двигательных, речевых, поведенческих расстройств, нарушение общения.

- *Сказкотерапия.* Технология воздействия через сказки. Сказка – зеркало, отражающее реальный мир через призму личного восприятия. В ней, возможно все, чего не бывает в жизни. На занятиях по сказкотерапии дети учатся составлять словесные образы.

- *Су-Джок терапия.* Это стимуляция высокоактивных точек соответствующих всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стоп. На коррекционных занятиях происходит стимулирование активных точек при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики).

- *Динамические паузы (физкультминутки)* проводятся для профилактики утомления детей. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости вида занятия.

- *Пальчиковая гимнастика* проводится с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно воспитателем или логопедом. Рекомендуются всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любое удобное время, а так же во время занятий.

- *Песочная терапия* оказывает благотворное влияние на эмоциональное состояние ребенка. Игры с песком учат прислушиваться к своим ощущениям, развивают тактильную чувствительность и мелкую моторику.

Использование вышеперечисленных здоровьесберегающих технологий при проведении коррекционно-логопедической работы, а также создание наиболее разнообразной, интересной для ребёнка речевой среды способствует решению задач гармоничного развития дошкольников более результативно, активизируют психические процессы и формируют личность ребёнка в целом, снижают заболеваемость и приобщают их к здоровому образу жизни.

#### Литература

1. Новикова Е.Л. Здоровьесберегающая направленность в развитии речевой деятельности дошкольников / Е.Л. Новикова. - М.; 1999.

2. Терновская С.А., Теплякова Л.А. Создание здоровьесберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении// Методист.- 2005.- №4.- С.61-65.