**Использование здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности по развитию речи дошкольников**

**Автор**: Сычева Ксения Викторовна

**Организация**: МДОУ «Детский сад комбинированного вида № 227»

**Населенный пункт**: Саратовская область, город Саратов

Здоровьесбережение - важнейшие условия организации педагогического процесса в ДОУ.
 Дефицит мест в специальных группах, нехватка квалифицированных специалистов-логопедов и, как следствие этого — неуменьшающееся число воспитанников с недостатками речевого развития в массовых детских садах побуждают к дальнейшему поиску мер, позволивших бы оказывать таким детям помощь в развитии правильной речи своевременно и результативно.

При проведении занятий необходимо стремиться к максимальной индивидуализации взаимодействия с детьми, имеющими недостатки в речевом развитии; к тому, чтобы они постоянно находились в фокусе внимания и получали задания, соотносимые с особенностями и потребностями их речевого и общего развития. Занятия познавательного цикла (ознакомление с живой и неживой природой, чтение литературных произведений и др.) создают широкие возможности для решения задач речевого развития детей (например, активизации и обогащения словаря, отработки правильных грамматических конструкций, воспитанию навыков связной речи, совершенствованию слухового внимания и фонематического восприятия, закреплению правильного звукопроизношения). Кроме того, в ходе естественной речевой коммуникации дети упражняются в овладении разными речевыми моделями: от простых (ответы одним словом, словосочетанием) да более сложных (ответы с использованием сложноподчиненных и сложносочиненных предложений). Методы и приемы коррекции таких недостатков доступны для использования каждым педагогом. Их применение высокоэффективно, поскольку воспитатель имеет возможность ежедневно и достаточно продолжительное время общаться с детьми, знает их склонности, интересы и, следовательно, может определить оптимальные формы включения необходимых заданий коррекционной направленности в деятельность конкретных детей.

 В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья
воспитанников. В настоящее время использование здоровьесберегающих технологий в деятельности ДОУ, также становятся перспективным средством развивающей работы с детьми. Эти методы работы принадлежат к числу эффективных средств развития речи все чаще применяемых в дошкольной педагогике и помогающих достижению максимально возможных успехов в преодолении не только речевых трудностей, но и общего оздоровления детей дошкольного возраста.
 Возможности здоровьесберегающих технологий содействуют
созданию условий для речевого высказывания и восприятия. Использование
здоровьесберегающих технологий в процессе образовательной деятельности -по развитию речи способствует:

-повышению речевой мотивации;

 -развитию речевых умений и навыков;

-снятию напряжения, восстановлению работоспособности;

-активизации познавательного интереса;

-улучшению концентрации внимания, снижению трудности переключения с
одного вида деятельности на другой.

-укреплению здоровья детей, как ведущего фактора позволяющего,
полноценно усваивать коммуникативные навыки, развивать и активизировать
познавательную активность.

Для более эффективного речевого развития детей мы активно используем следующие приёмы здоровьесберегающих технологий:

-дыхательная гимнастика;

- артикуляционная гимнастика;

- пальчиковая гимнастика;

-самомассаж;

-гимнастика для глаз;

-логоритмика.

 Таким образом, если мы хотим научить ребёнка говорить красиво и чётко, следует обучить его правильному дыханию. В своей работе мы используем упражнения дыхательной гимнастики, проводим их ежедневно в течение 5 -10 минут мы используем их как физкультминутки в процессе образовательной деятельности или как его часть, направленную на развитие речевого дыхания, в результате чего возрастает объём и глубина дыхания, сила и выносливость дыхательных мышц, координируются и ритмизируются дыхательные движения, и в целом улучшается функциональная деятельность всех органов, и систем организма.
 Целью артикуляционной гимнастики является выработка полноценных движений органов и определённых положений органов речедвигательного аппарата, умения синтезировать простые движения в сложные, что особенно необходимо для правильного произнесения звуков, подготовка речевого аппарата к речевым нагрузкам. Причины, по которым необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой:

- благодаря своевременным занятиям артикуляционной гимнастикой и упражнениями по развитию речевого слуха дети могут научиться говорить чисто и правильно,

- дети смогут быстрее преодолеть свои речевые нарушения и укрепить мышцы речевого аппарата,

- артикуляционная гимнастика полезна детям с правильным, но вялым звукопроизношением; - занятия позволяют детям и взрослым научиться говорить правильно, чётко и красиво.

 Как показывает опыт, дети старшего дошкольного возраста выполняют
артикуляционную гимнастику с большим желанием и интересом, если данные
упражнения предваряют небольшие стихотворные заставки, регулярное ее
выполнение помогает:

1. улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию;
2. улучшить подвижность артикуляционных органов;
3. укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
4. уменьшить напряжённость артикуляционных органов.

 Пальчиковая гимнастика. Формирование словесной речи ребёнка начинается, когда движения пальцев рук достигают достаточной точности. Развитие пальцевой моторики подготавливает почву для последующего формирования речи. Давно известно, что истоки способностей и дарования детей находятся 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. Систематические упражнения по тренировке движений пальцев, наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи, является мощным средством
повышения работоспособности коры головного мозга. С этой целью используются в свободной деятельности и на занятиях игры и упражнения на формирование движений пальцев руки.

 Самомассаж. Одним из эффективных направлений по подготовке дошкольников к письму является самомассаж рук. Под воздействием несложных массажных упражнений достигается нормализация мышечного тонуса, происходит стимуляция тактильных ощущений, а также под воздействием импульсов, идущих в коре
головного мозга от двигательных зон к речевым, более благотворно развивается речевая функция. При проведении массажа рекомендуется обучать детей не надавливать силой на указанные точки, а массировать их мягкими движениями пальцев, слегка надавливая или легко поглаживая. Приемы самомассажа проводят в такой последовательности: поглаживание, растирание, разминание и вибрация(потряхивание). Все упражнения должны выполняться на фоне позитивных ответных реакций ребенка. Для самомассажа используем специальные ручные массажёры: мячики, мешочки с пуговицами.
 Массажные движения выполняются также с речевым сопровождением.

Профилактика зрительного утомления и близорукости – гимнастика для глаз. Гимнастика для глаз используется в профилактических и оздоровительных целях, чтобы предупредить зрительное (зрительно-психогенное и зрительно-вегетативное) утомление у детей во время занятий. Рекомендации к проведению: комплекс упражнений гимнастики для глаз проводят под музыку в течение 3—5 минут. Он включает в себя до 5 упражнений, включающих упражнения массажа, растираний, снятия зрительного напряжения, упражнений на внимание. По мере привыкания к комплексу в него включаются новые упражнения или усложняются условия выполнения уже разученных.

 Логоритмика — это игровой метод работы с детьми, в котором сочетаются музыка, движения и слова стихотворений или песенок.  Логоритмические занятия включают в себя: ходьбу или марширование под музыку; игры для развития дыхания; упражнения для артикуляции; ритмические задания; речевые упражнения; пальчиковые игры. Логопеды считают, что движение и речь тесно связаны между собой. Точнее — моторный и речевой ритмы. Ритмичные движения легко запомнить и воспроизвести их “на автомате”. А их моторный ритм связан с темпом произнесения слов (речевым ритмом). То есть, если научить ребенка ритмично двигаться и произносить слова в нужном темпе, он сможет так же размеренно и спокойно говорить в обычной жизни.

 Использование нами вышеперечисленных здоровьесберегающих технологий при проведении НОД по развитию речи, а также создание наиболее разнообразной, интересной для ребёнка речевой среды способствует решению задач гармоничного развития дошкольников более результативно и в короткие сроки, активизирует психические процессы и формирует личность ребёнка в целом.

Список использованной литературы:

1. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: МОЗАИКА – СИНТЕЗ, 2010

2. Подольская И. Формы оздоровления детей 4-7 лет. – Издательство Учитель, 2012

3. Волошина Н. Л, Организация здоровьесберегающего пространства. – Дошкольное воспитание, 2004 №12 с. 107 -109

 4. Рунова М. А, Двигательная активность ребенка в детском саду. – М.: Мозаика – Синтез 2002

5.Береснева З. И. Здоровый малыш: программа оздоровления детей в ДОУ. – М.: Сфера, 2005г.

6. Красавина Т. А. « Современные здоровьесберегающие технологии»,http://nsportal.ru/, опубликовано 13.02.2013

7.Острикова М. А. «Современные здоровьесберегающие технологии, используемые в детском саду», http://nsportal.ru/, опубликовано 04.02.2013

 8. Интеренет ресурсы: [https://kukuriku.ru/razvitie/rech/sredstva/logoritmika/?ysclid=lpyiju29ps61 6096204](https://kukuriku.ru/razvitie/rech/sredstva/logoritmika/?ysclid=lpyiju29ps61%206096204)