

## **Использование здоровьесберегающих технологий в развитии речи у дошкольников с ТНР**

Автор статьи: воспитатель 1 группы ГБДОУ детский сад № 55 Кировского района, г. Санкт-Петербурга Хваткова Эльвира Рифкатовна.

«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы»

Василий Александрович Сухомлинский.

В последнее время, явно наблюдается тенденция к ухудшению речи у детей дошкольного возраста. Этот факт заставляет нас задуматься о причинах данного явления и способах решения данных проблем с нарушениями речи. Следует отметить большую важность коррекционно-развивающей работы по развитию речи детей. Среди поступающих в коррекционный детский садик детей, мы наблюдаем высокий процент, детей у которых есть существенные проблемы с развитием общей и мелкой моторики, внимания, памяти и мышления. Исходя из этого работа с ребенком должна быть построена как оздоровительно-коррекционный комплекс, который включает в себя здоровьесберегающие технологии, такие как:

- Дыхательная гимнастика;
- Артикуляционная гимнастика;
- Логоритмики;
- Пальчиковые гимнастики;
- Массаж и самомассаж пальцев и ладошек.
- Упражнения для глаз;
- Кинезиологические упражнения;
- Релаксация;
- Физкультминутки;
- Динамические игры;
- Упражнения для развития высших психических функций (внимания, памяти, мышления)

Учитывая разнообразие форм и методов здоровьесберегающих технологий, можно смело сказать, что они отлично сочетаются с традиционными методами педагогики, соответствуют стандартам ФГОС, но и дополняют, делают образовательный процесс гораздо интереснее и насыщеннее, а также позволяют решить ряд следующих задач:

- Заложить фундамент и привычку здорового образа жизни в целом;
- Познакомить в принципами ведения здорового уровня жизни
- Проводить профилактическую оздоровительную работу;
- Повысить уровень психического и физического здоровья воспитанников;
- Мотивировать к здоровому образу жизни;
- Формировать полезные привычки;

- Сформировать положительное отношение к занятиям физкультурой и спортом;
- Воспитывать бережное отношение к своему здоровью;

Результатом регулярного и активного использования здоровьесберегающих технологий у воспитанников формируются:

- Умение выполнять согласованные движения разных частей тела и органов речи, а также умения плавного переключения с одного движения на другое;
- Способность согласовывать работу речедвигательного, дыхательного, слухового и зрительного анализаторов с развитием моторных функций;
- Способность ориентироваться в схеме собственного тела;
- Способность контролировать процессы возбуждения и торможения;
- Умение владеть физиологически правильным диафрагмальным дыханием;
- Умением снимать зрительное напряжение и утомление.

У детей с тяжелыми нарушениями речи происходит расширение зрительных горизонтов, развивается творческое воображение и целостное восприятие, значительно улучшается состояние здоровья в целом, повышается двигательная активность, звукопроизношение. Возрастают показатели двигательной памяти, грамотности, выразительности речи и фонематического восприятия, а значит, применение педагогики оздоровления в коррекционной работе является достаточно эффективным.

Мы стараемся использовать все здоровьесберегающие технологии.

Наши дети очень любят самомассаж пальцев и ладоней. Выполнять массаж можно, например с помощью шишек.

\*\*\*

Раз, два, три, четыре, пять,  
 Шишку будем мы катать.  
 Шишку будем мы катать,  
 Раз, два, три, четыре, пять.  
 Сосновая шишка нам колет ладошки.  
 Мы покатаем шишку немножко.

\*\*\*

Шишки, словно ёжики,  
 Колются чуть – чуть.  
 Покатать в ладошках  
 Шишку не забудь.

В группе создана большая картотека физкультминуток, по лексическим темам. Например, по лексической теме «Домашние животные»

Физкультминутка - Хозяюшка

Наша – то хозяйюшка

Сметлива была.

Всем в избе работушку,

К празднику дала: (идти по кругу, взявшись за руки).

Чашечку собачка моет языком. (сложить ладони чашечкой, «облизывать»

её)

Хрюшка собирает

Крошки под окном. (присесть, наклонять ритмично голову).

По столу котище

Лапою скребет. (встать, правой рукой делать движения к себе)

Половичку козочка

Веничком метет. («мести» пол)

В группе представлены пособия для выполнения дыхательной гимнастики, например цветы из салфеток с привязанной за ниточку к цветку легкой бабочки из кальки. С данным пособием мы можем выполнить такую дыхательную гимнастику:

Дыхательная гимнастика «Цветочный аромат».

Сколько здесь цветов у нас!

Их понюхаем сейчас!

Аромат цветов вдыхаем,

(Глубокий вдох носом).

И дыханье затаим.

(Затаить дыханье).

А теперь мы выдыхаем,

(Выдох через рот со звуком «А-а-а»).

Отдыхаем, отдыхаем.

(Отдых).

Повторить 3-4 раза.

«Бабочка лети»

Набираем воздух носиком и дуем на нашу бабочку через ротик, чтобы она полетала у нас около цветка.

«Отдых»

Повторить 3-4 раза.

Есть картотека динамических игр. Например, можно провести такую игру.

Динамическая игра «Разноцветные бабочки».

Дети одевают на себя бабочек, которые им больше приглянулись.

Музыка «Полет бабочки»

Воспитатель: Все бабочки засыпают. Просыпаются и летят только те бабочки, чей цвет я назову.

(дети выбирают цветную бабочку и садятся на корточки).

- Будьте внимательны! 1,2,3, розовая бабочка лети! 1,2,3 – красная бабочка лети. Синяя, оранжевая или жёлтая.

#### Список используемой литературы:

Л.Б. Баряева, Т.В. Волосовец, О.П. Гаврилушкина, Г.Г. Голубева, Л.В. Лопатина, Н.А. Ноткина, Т.С. Овчинникова, Н.Н. Яковлева/ Адаптированная примерная основная образовательная программа для дошкольников с тяжелыми нарушениями речи; Под ред. проф. Л.В. Лопатиной. – СПб., 2014. – 448с.

Сиротюк А.Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. М.: Сфера, 2001.

Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие /Л.В. Гаврючина. – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 160 с. (Здоровый малыш)