**Опыт работы учителя-логопеда Губаревой Елены Алексеевны**

**Тема : «Здоровьесберегающие технологии в логопедической практике»**

**Обоснование актуальности и перспективности опыта.** О здоровьесберегающих технологиях хочется сказать более подробно, так как эта тема мною любима и изучена довольно хорошо. Занимаюсь с детьми с различной речевой патологией. С каждым годом увеличивается количество детей с тяжелыми нарушениями речи, дизартрией, моторной алалией. Тенденция к ухудшению речи детей дошкольного возраста, снижение уровня коммуникативных умений и навыков (А.Г .Арушанова, О.С.Ушакова, Т.А. Ткаченко)- все это определяет необходимость повышения знаний о важности коррекционно-развивающей работы и развития речи детей. Среди воспитанников с проблемами в речевом развитии высок процент тех, у кого имеются проблемы с развитием общей и мелкой моторики , памяти, внимания, а зачастую и мышления. Соответственно возникает необходимость проведения комплексной оздоровительно-коррекционной работы с данными детьми, которая включает в себя мышечную релаксацию, дыхательную и артикуляционную гимнастику, пальчиковую гимнастику, упражнения на развитие высших психических функций, физкультминутки, упражнения для профилактики зрения. Поэтому в своей коррекционной работе активно применяю здоровьесберегающие технологии и довольна результатом работы.«Воспитание, охрана здоровья и физическое развитие подрастающего поколения –дело государственной важности»… Это вопрос освещен в национальной образовательной инициативе Д.А.Медведева 2Новая школа» Жизнь в нашем веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшней день является проблема сохранения здоровья. Особенно остро эта проблема состоит в образовательной области. Где всякая практическая работа, направленная на укрепление здоровья детей должна приносить ощутимые результаты. Известно, что 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. Правильная речь является одной из важнейших составляющих полноценного развития личности, процесса его социальной адаптации. Значительный процент речевых нарушений проявляется в дошкольном возрасте, так как это возраст является сенситивным периодом развития речи. Современное устранение речевых нарушений предупреждает их отрицательное влияние на формирование личности и на всесоставляющее здоровья ребенка. В связи с этим, весьма актуальным становится вопрос внедрения в практику здоровьесберегающих технологий, т.е. такой организации образовательного процесса, при котором качественное обучение, развитие и воспитание детей происходит без ущерба их здоровью, способствует его укреплению. Новые стимулы, служат для создания благоприятного эмоционального фона, способствуют включению в работу сохранных и активизации нарушенных психический функций.

**Условия формирование ведущей идеи опыта, условия возникновения, становления опыта.** В соответствии с законом №273 ФЗ»Об образовании в Российской Федерации 9ст.2.51) государственная политика в области образования основывается на принципах гуманистического характера, приоритете общечеловеческих ценностей, жизни и здоровья человека, свободного развития личности. В этой связи весьма актуальным становиться вопрос о внедрении в практику здоровьесберегающих образовательных технологий, т.е. такой организации образовательного процесса на всех уровнях, при которой качественное обучение, развитие и воспитание детей происходит без ущерба их здоровью, а наоборот способствует его укреплению. Оздоровительные технологии в образовательный процесс должны внедряться в условиях здоровьесберегающей и здоровььеразвивающей среды, обеспечивающей благоприятную гигиеническую, психологическую и педагогическую обстановку.В последние годы среди логопедов получила широкое применение здоровьесберегающая практика. Авторы коррекционных методик значительную роль отводят развитию физиологического и речевого дыхания,которые у детей с указанными речевыми патологиями нарушено (Л.С.Волкова, К.П. Бутейко, М.Е.Хватцев, А.Г.Ипполитова, З.А.Репина и другие). В результате использования приемов здоровьесберегающих технологий в логопедии: - повышается обучаемость, улучшаются внимание, восприятие, дети учатся видеть, слушать, рассуждать; -корректируется поведение, снимается эмоциональное напряжение и тревожность;  **Теоретическая база опыта.** Существуют различные мнения ученых по данному вопросу. Но когда ты впервые слышишь сочетание «здоровьесберегающие технологии» и вспоминаешь своих дошкольников, в голове формируется свое собственное определение. Эффективность позитивного воздействия на здоровье детей различных оздоровительных мероприятий, составляющих здоровьесберегающую технологию, определяется не только качеством каждого из этих приемов и методов, сколько их грамотной «выстроенностью» в общую систему, направленную на благо здоровья детей и педагогов и отвечающую единству целей и задач. Моя практическая работа по использованию опыта опиралась на различные источники: «Развитие речевого дыхания» , А.А. Гуськова, ТЦ Сфера, 2011 г «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ», Л.В. Гаврютина, М:ТЦ. Сфера, 2007г. «Учим ребенка говорить: здоровьесберегающие технологии». Методические рекомендации. ТЦСфера,2009г. «Здоровьесберегающая технология формирования правильного речевого дыхания у детей 6 лет с ОНР»//Дошкольная педагогика, №1,2007г. »Логопедический массаж: игры и упражнения» ТЦ Сфера,2015 г. «Фонетика. Как научить детей слышать и правильно произносить звуки», Н.В.Дурова, Методическое пособие м:»Мозаика-Синтез», 2010 г. «Диагностика и коррекция звукопроизносительных расстройств у детей с нетяжелыми аномалиями органов артикуляции».-М.: Книголюб, 2005г.

**Технология опыта. Система конкретных педагогических действий, содержание, методы, приемы воспитания и обучения**

 Основная цель здоровьесберегающих образовательных технологий: обеспечение дошкольников возможности сохранения здоровья, формирование у них необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни.

Для достижения поставленной цели в процессе коррекционно-развивающего обучения решались следующие задачи: - внедрять и адаптировать технологии к условиям работы с детьми на логопедическом пункте в соответствии с индивидуальными, возрастными особенностями; -совершенствовать общую, мелкую моторику и зрительно-пространств енный гнозис; -повысить резервы дыхательной системы; -привлечь родителей к решению проблемы по формированию здорового образа жизни; - обобщить педагогический опыт для педагогов . В качестве основополагающих принципов здоровьесберегающих технологий можно выделить:

1. Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессобразующих факторов учебно-воспитательного процесса. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, индивидуальный подход, создание для каждого ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для их нормального психофизиологического состояния.

2.Творческий характер образовательного процесса. Обучение без творческого заряда неинтересно, а значит, в той или иной степени, является насилием над собой и другими. Возможность для реализации творческих задач достигается использованием на занятиях, уроках и во внеурочной работе активных методов и форм обучения.

3.Обеспечение мотивации образовательной деятельности. Ребенок - субъект образования и обучающего общения, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации, что обеспечивает естественное повышение работоспособности и эффективности работы мозга не в ущерб здоровью.

4.Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций. Прежде всего, имеется в виду переход от совместных действий к самостоятельным, от действия в материальном плане по материализованной программе к речевому и умственному планам выполнения действия, переход от развернутых поэтапных действий к свернутым и автоматизированным.

5.Учет системного строения высших психических функций. При формировании базовых функций педагогу важно принимать во внимание все входящие в данную функцию компоненты, их готовность к формированию новой функции.

6.Осознание ребенком успешности в любых видах деятельности. Педагогу нет необходимости быть необъективным - он может выделить какой-то кусочек или аспект работы, похвалить за старание в определенный период времени.

7.Рациональная организация двигательной активности. Сочетание методик оздоровления и воспитания позволяет добиться быстрой и стойкой адаптации ребенка к условиям детского сада или школы: до 50% снижаются общая заболеваемость, обострение хронических заболеваний, пропуски по болезни.

8.Обеспечение адекватного восстановления сил. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, смена произвольной и эмоциональной активации необходимо во избежание переутомления детей.

 В своей работе я активно использую , как традиционные, так и не традиционные методы: артикуляционную гимнастику, пальчиковую гимнастику, массаж и самомассаж, гимнастику для глаз, Су-Джок –терапию, кинезиологические упражнения, дыхательную гимнастику. Несомненно, что перечисленные выше методы являются составляющими здоровьесберегающих технологий. Неотъемлемой и очень важной частью логопедической работы является артикуляционная гимнастика.

 Артикуляционная гимнастика- это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференциации движений органов, участвующих в речевом процессе. Регулярное выполнение поможет: -улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию, –улучшить подвижность артикуляционных органов; -укрепить мышечную систему языка, губ, щек; - уменьшить спастичность (напряженность) артикуляционных органов.

Цель артикуляционной гимнастики –выроботка правильных, полноценных движений и определенных положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные.

Упражнения для артикуляционной гимнастики нельзя подбирать произвольно. Следует предусмотреть те артикуляционные уклады, которые необходимо сформировать. Артикуляционная гимнастика включает упражнения как для тренировки подвижности и переключаемости органов отработки определенных положений губ, языка, правильного произношения всех звуков, так и для каждого звука той или иной группы. В 2018 году апробировала в детском саду нетрадиционную сенсорно-интегративную артикуляционную гимнастику, которая показала положительный результат.

Дыхательная гимнастика- упражнения, способствующие развитию речевого дыхания, формирования длительного, направленного выдоха. Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмального –речевого дыхания (оно считается наиболее правильным типом дыхания). Ведется работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Кроме оздоровительного значения – выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей работы над коррекцией звукопроизношения. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Кроме того, дыхательная гимнастика оказывает на организм ребенка комплексное лечебное воздействие. Дыхательную гимнастику использую как на индивидуальных , так и на подгрупповых занятиях.

Зрительная гимнастика . специальные упражнения для глаз, способствует профилактике нарушения зрения, развитию подвижности глаз, восстановлению бинокулярного зрения, снятию утомления глаз, расслаблению зрительной системы, положительно влияет на циркуляцию и внутриглазной жидкости в органе зрения, укреплению глазодвигательных мышц, а также создается положительный эмоциональный фон, что способствует повышению работоспособности детей и усилению их познавательной активности. Упражнения зрительной гимнастики использую и как компонент общей релаксации.

К коррекционным технологиям относятся: логоритмика, упражнения на развитие мелкой моторики, пальчиковые игры, физкультминутки.

Логоритмика – широко известная и эффективная технология. В результате применения логоритмических упражнений улучшается выразительность движений, ритмичность, четкость. Плавность, слитность. Это система двигательных упражнений, в которых движения рук, ног, головы. Корпуса сочетаются с произнесением речевого материала. Все упражнения направлены на нормализацию речевого дыхания. Формирования умения изменять силу и высоту голоса, правильное произнесение звуков и сочетаний, умение регулировать темп речи.

Развитие мелкой моторики пальцев рук. На развитие мелкой моторики пальцев рук на коррекционных занятиях уделяю особое внимание, так как этот вид деятельности способствует умственному и речевому развитию, выработке основных элементарных умений, формированию графических навыков. Движения организма и речевая моторика имеют единые механизмы, поэтому развитие тонкой моторики рук напрямую влияет на развитие речи. Именно поэтому пальчиковая гимнастика занимает прочное место в моих занятиях с детьми. На индивидуальных и подгрупповых занятиях стимулирую активные точки, расположенные на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, мячи Су-Джок, прищепки и многое другое). Эффективен и ручной массаж пальцев.

Физкультминутки. Оздоровительные паузы – физкультминутки провожу в игровой форме. Они направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитанию быстроты реакции на словесные инструкции.

К технологиям обучения здоровому образу жизни относятся: логопедический массаж, самомассаж, массаж биологически активных зон.

Логопедический массаж – совокупность приемов механического, дозированного воздействия в виде трения, давления, вибрации. Проводимых непосредственно на поверхности тела человека, как руками, так и специальными логопедическими зондами. Использую в основном такие виды массажа:

- дифференцированный логопедический массаж использую для ослабления проявления расстройств иннервации мышц речевого аппарата. Для нормализации мышечного тонуса, увеличения объема и амплитуды артикуляционных движений, уменьшения слюнотечения.

- массаж язычной мускулатуры, применяю при спастичности языка (повышенного тонуса) – расслабляющий массаж. При гипотонии- делаю стимулирующий.

- точечный массаж – локальное воздействие расслабляющим или стимулирующим способом на биологические активные точки ( зоны).

-массаж и самомассаж кистей и пальцев рук.

При систематическом применение массажа улучшается функция рецепторов проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами.

Нарушение произношения можно рассматривать в качестве социальной дезадаптации, причины которой чаще всего кроются особенностях семейного микроклимата. **Поэтому сотрудничество логопеда и родителей** – неотъемлемая часть логопедической работы. Вовлечение родителей в орбиту педагогической деятельности , их заинтересованное участие в коррекционно-педагогическом процессе , важно не потому, что этого хочет логопед, а потому, что это необходимо для развития их собственного ребенка.

По формированию системы взаимодействия детского сада и семьи, по созданию условий пребывания детей в детском саду, мною систематически и творчески проводится следующая работа с родителями:

-Тематические родительские собрания: собрания планируется как в традиционной форме, так и в нетрадиционной форме. Практикуются круглые столы, мастер-классы, тренинги, педагогические гостиные, где родители самостоятельно выполняют практические упражнения (артикуляционной, дыхательной, пальчиковой гимнастики), знакомятся со звуковой культурой речи.

-Привлечение родителей к участию в деятельности МБДОУ ( Дни открытых дверей, посещение занятий, досугов, развлечений.) ;

-Видеотека: практикуется такая нетрадиционная форма работы с родителями, где индивидуальная работа снимается на видео и родителям предоставляется результат коррекционной работы.

-Родительские пятиминутки: данная форма работы - это кратковременная личная консультация. Она возникает в зависимости от необходимости наладить педагогическое сотрудничество с родителями и от запросов самих родителей. Они включают в себя информирование о динамике речевого развития, обмене наблюдениями за речью ребенка, знакомство с играми ( стимулирующими речевое развитие ребенка).

-Средства массовой информации в сети интернет, сайт ДОУ. Данная форма работы практикуется широко, наиболее эффективна в плане просветительской деятельности.

**Анализ результативности**.

Апробация использования здоровьесберегающих технологий в коррекционно-развивающей работе с воспитанниками с нарушением речи проходила с 2016 по 2018 год, Опыт работы по данной теме показал, что применение перечисленных здоровьесберегающих технологий, а также создание наиболее разнообразной, интересной для ребенка речевой среды, неизменно приводит к повышению эффективности коррекционной работы, сохранению и развитию физического и психического здоровья ребенка (способствует решению задач гармоничного развития дошкольников более результативно и в короткие сроки, активизирует психические процессы и формирует личность ребенка в целом). Таким образом, в результате использования приемов здоровьесберегающих технологий на логопедический занятиях: повышается обучаемость, улучшается внимание, восприятие; дети учатся видеть, слышать, рассуждать; корректируется поведение и преодолеваются психологические трудности; снимается эмоциональное напряжение и тревожность; повышается речевая активность; развиваются глазодвигательные мышцы и снимается усталость с глаз; развивается общая и мелкая моторика; формируются двигательные умения и навыки; формируется правильное речевое дыхание и артикуляционный праксис; активизируется познавательный интерес.

Уровень результативности по коррекции звукопроизношения за последние три года колеблется от 80 до 100%.

Использование здоровьесберегающих технологий в моей деятельности стало перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения речи. Эти методы 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 оптимизируют процесс коррекции речи детей, позволяет интереснее и разнообразнее организовывать логопедические занятия. Произнесение звуков- это результат координированной работы всего организма, а не только артикуляционных органов.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что использование здоровьесберегающих технологий в НОД способствует не только сохранения и укреплению здоровья детей с проблемами в развитии речи, но и улучшению адаптивных и компенсаторных возможностей детского организма.

В планах – продолжить работать по данной теме , комплексно воздействуя на ребенка для дальнейшей динамики речевого развития и внедрить в практику технологии музыкального воздействия, ароматерапию, цветотерапии.

**Трудности и проблемы при использовании данного опыта**. В своей логопедической практике столкнулась с определенными трудностями:

-для организации коррекционного процесса необходимо приобретать различный демонстрационный материал

-много времени уходит на изготовления пособий и игр по формированию воздушной струи и развитию мелкой моторики.

-отсутствие свободного времени у родителей для занятий с детьми дома.

**Адресные рекомендации по использованию опыта.**

Невозможно решить все коррекционные задачи без привлечения работников ДОУ и родителей. В целях обмена опытом с коллегами я провожу методические объединения, выступаю на педсоветах, стараюсь повысить свой методический уровень, такую возможность дают курсы повышения квалификации, а также изучаю опыт работы ведущих логопедов России. Часто посещаю вебинары на сайте Мерсибо.

Рекомендации по использованию опыта были даны педагогам детского сада и учителям логопедам района и Республики Мордовия, а также родителям. \*Консультация для родителей » Научитесь слышать звуки» , январь 2016г <http://zvezdacham.schoolrm.ru/parents/tips/18083/215541/>

\*Родительское собрание в форме развлечения «День рождение звуков» , октябрь 2016 <http://upload2.schoolrm.ru/iblock/ec3/ec3e97605c56d7a3de908eb75aea4fa5/b163d9a461fa737985c9d1377ad39644.docx> \*Досуг для детей «Путешествие в лес», июнь 2017 г <http://zvezdacham.schoolrm.ru/life/events/18067/284820/> \*«Ознакомление с нетрадиционными формами работы по развитию мелкой моторики рук». Консультация на сайте детского сада , февраль 2018г <http://zvezdacham.schoolrm.ru/parents/tips/18083/327923/> \*Проект :»Давайте правильно дышать» \*Логотренинг»Мой веселый язычок», февраль 2018 г \*Досуг для родителей«Мы играем в КВН», май 2018 г \*Проект :»Совершенствование фонематических процессов у детей дошкольного возраста с помощью ИКТ» \*Мастер-класс для учителей логопедов \*Практикум : «Игровые приемы развития артикуляционного и дыхательного аппарата» \*М/О Индивидуальное занятие»Поможем Буратино»(Районное методическое объединение учителей-логопедов), апрель 2017 \*Мастер-класс по коррекции апраксии:»Язычок наш, не ленись!», »(Районное методическое объединение учителей-логопедов) <http://zvezdacham.schoolrm.ru/sveden/employees/18116/211925/>

\*Фотоальбом по формированию воздушной струи , -<https://nsportal.ru/albom/2018/10/13/gubareva-elena-alekseevna/formirovanie-vozdushnoy-strui>

Публикую материалы на сайте детского сада <http://zvezdacham.schoolrm.ru> ,<http://zvezdacham.schoolrm.ru/sveden/employees/18116/211925/> и на образовательном портале социальная сеть работников образования <https://nsportal.ru/gubareva-elena-alekseevna> , или <http://zvezdacham.schoolrm.ru/edu-process/metodcabinet>