**Использование здоровьесберегающих технологий в процессе преодоления общего недоразвития речи у дошкольников с ОВЗ.**

Анализ реальной ситуации, сложившейся в последнее десятилетие, остро обозначил проблему в дошкольном детстве: с каждым годом резко увеличивается количество детей с нарушениями речи, дефекты которых носят стойкий характер.

Концепция интегрированного обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), которая заявляет, что «…каждый человек, независимо от здоровья, наличия физического или умственного недостатка, имеет право на получение образования, качество которого не должно отличаться от качества образования, получаемого здоровыми людьми…», ставит перед педагогами специализированных групп ДОУ комбинированного вида внедрение не только коррекционно-развивающих, но и здоровьесберегающих технологий.

Реализация здровьесберегающих технологий в логопедических группах позволяет решать речевые проблемы и охранить их психическое здоровье.

Здоровьесберегающие технологии, применяемые в деятельности учителя – логопеда, включают приёмы, одновременно являющиеся средством улучшения психоэмоционального состояния и коррекции речевого недоразвития (развитие мелкой моторики, речевого дыхания, фонетической стороны реи, фонетико –фонематических представлений, навыков звукового анализа, лексико –грамматических представлений, связного высказывания, психологической базы речи).

К таким средствам, на наш взгляд, относятся народные подвижные игры, цветотерапия, кинезиологические упражнения, двигательный игротренинг для дошкольников.

Выдающиеся педагоги прошлого много внимания уделяли изучению педагогический воззрений народа и его педагогического опыта. Я.А. Каменский и Паталоцци все время апеллировали к народному педагогическому опыту и народным воззрениям на воспитание. Народную педагогику К.Д. Ушинский считал одним из важнейших факторов, под влиянием которых складывалась отечественная педагогическая наука. Наш народ с древних времен придавал огромное значение делу воспитания детей. Произведения фольклора на протяжении веков были своеобразной формой передачи педагогических знаний, выраженных в разнообразных жанрах. В народной игре осуществляется наиболее полный выход эмоциональной и чувственной энергии детей, их темперамента. Ребенок освобождается от комплексов. Таким образом, создаются благоприятные условия для решения коррекционных задач. Используются народные подвижные игры для развития фонетической стороны речи и лексико –грамматических представлений. Дети с удовольствием играют во время динамических пауз, в начале и в конце занятия. Народные подвижные игры используются и участниками образовательного процесса педагогом-психологом, воспитателями групп ТНР, инструктором по физической культуре.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Названия народных игр | автоматизация | дифференциация |
| «Барашек» | [с] |  |
| «Птицелов» |  | [ч]↔ [с] |
| «Курочка, цыплята и коршун» | [р] | [ш]↔ [с] |
| «Мороз» | [ш] |  |
| «Собери яблоки»  «Прыжки через ров» | [ш] | [ш]↔ [с] |
| «Грушка» |  | [ш]↔ [с] |
| «Лягушка» | [ш] |  |
| «Кот и мыши» | [ш] |  |
| «Козлик и дети» | [ш] |  |
| «Король мавров» | [р] |  |
| «Лошадки» | [ц], [р] |  |
| «Цыплятки» | [р] |  |
| «Воробьи и вороны» | [р] |  |
| «Роща растёт» | [р] |  |
| «Вороны» | [р] |  |
| «Заплетись, плетень» | [з] |  |
| «Пчёлки и ласточка» | [з] |  |
| «Ёжик и мыши» | [ж] |  |
| «Огуречик» |  | [ш]↔ [ч] |
| «Волк» |  | [ш]↔ [ч] |
| «Лягушка и кукушка» | [к] |  |
| «Стадо» |  | [л]↔ [л’] |
| «Заря» |  | [л]↔ [л’] |
| «Прела-горела» |  | [л]↔ [л’] |
| «Заяц-месяц» |  | [л]↔ [л’] |
| «Лиски» |  | [л]↔ [л’] |
| «Сова» |  | [л]↔ [л’] |
| «Кошка и мышка» (лит.) | [л] |  |
| «Игровая» | [л] |  |
| «Дедушка Трифон» |  | [с]↔ [с’] |
| «Скачки» |  | [ч]↔ [щ] |
| «Овцы и чабан» | [ч] |  |
| «Колечко» |  | [р]↔ [л] |
| «Заплетись, плетень» (уральская) |  | [р]↔ [л] |
| «Темирбай» |  | [р]↔ [р’] |
| «Горелки» |  | [р]↔ [р’] |
| «Перехватчики» |  | [р]↔ [р’] |
| «Сижу-посижу» |  | [ц]↔ [с] ↔ [ш]↔ [ж] |
| «Ручеёк» | [ч] |  |
| «Пустое место» |  | [д]↔ [т] |
| «Медный пень» |  | [д]↔ [т] |
| «Юрта» |  | [р]↔ [л] |
| «Продаём горшки» |  | [ш]↔ [ж] |
| «Займи место» |  | [щ]↔ [ч] |
| «Серый волк» |  | [г]↔ [к] |

**Цветотерапия.**

В коррекционной работе я использую лимонный, желтый, золотистый, оранжевый, зеленый и красный цвета. Воздействие этих цветов на организм дошкольника с психолого-педагогической и социальных точек зрения отражено в таблице.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **цвет** | **С психолого-педагогической точки зрения** | **С точки зрения социальной адаптации** |
| Лимонный | Развивает коммуникативные навыки, творчество | Вызывает положительные эмоции, чувство легкости в общении, раскрепощает, помогает подобрать нужные слова и шутки |
| Желтый | Стимулирует творчество, концентрацию внимания, умственные способности, логическое мышление, способствует академическим достижениям | Развивает организованность, повышает самооценку, связан с администрированием, искренностью, способствует гибкости, адаптации |
| Оранжевый (цвет счастья и общения) | Развивает коммуникативные способности, гибкость мышления, концентрацию внимания, развивает интуицию | Способствует оптимизму, открытости, эмоциональной уравновешенности, доверию, переменам, энтузиазму, развивает добросердечие, терпимость |
| Золотистый | Развивает концентрацию внимания | Укрепляет уверенность в себе |
| Красный | Концентрация внимания, активизация действий | Мотивирует достижение и осуществление целей, помогает в преодолении инерции, депрессии, страха, меланхолии |
| Зеленый | Профилактика умственного переутомления | Способствует самообладанию, внутренней гармонии, вызывает чувство оздоровления |

На основе данных таблицы разработана и апробирована система цветотерапии в развивающе - коррекционном процессе преодоления речевых нарушений.

Оранжевый цвет: опорные слоговые дорожки для характеристики звука, план-схема артикуляции звука, опорные схемы для развития высоты голоса, сказочные человечки, опорные картинки к пальчиковым играм, опорные схемы к игре «Ты мне – я тебе», опорные картинки к мимическим упражнениям, символы к фитбол-сказкам.

Желтый цвет: опорные карточки для характеристики звука, план-схема для артикуляции звука, символы к фитбол-сказкам, схема предложений, опорные картинки к мимическим упражнениям, опорные схемы к игре «Ты мне – я тебе».

Лимонный цвет: план-схема артикуляции звука, символы к фитбол-мячам, опорные картинки к артикуляционной гимнастике, опорные схемы для развития высоты голоса.

Зеленый: экраны к глазодвигательным упражнениям.

Золотистый цвет: опорные схемы к звуковому анализу, опорные схемы для развития высоты голоса, слоговые дорожки, опорные схемы для дифференциации носового и ротового дыхания.

Красный цвет: опорные схемы к игре «Ты мне – я тебе», звуковые линейки, панно.

*Кинезиологические упражнения.*

В работе с детьми группы ТНР я применяю два комплекта кинезиологических упражнений для детей средней и старшей подгруппы -массаж профессора ФритцаР. Ауглина, для детей подготовительной подгруппы - комплекс Сиратюк А.Л.

Повышению эмоционального тонуса способствует стихотворное сопровождение каждого упражнения.

Массаж профессора Ауглина:

1. Взявшись за мочки ушных раковин, оттянуть их вниз.

Взявшись за верхушки ушей, оттянуть их вверх.

Взявшись за середину (не за мочки) ушей, оттянуть их вперед, затем назад и в стороны.

«Уши»

«Как сосновые верхушки зайцы к солнцу тянут ушки

. Лапки поднимаются, ушки распрямляются.

А сосны, лесные подружки, сверху улыбаются, зарядкой наслаждаются».

«Мочки»

«А сосны, лесные подружки, дарят зайчатам свои игрушки.

С веток падают тяжелые мешки. Берегитесь, берегитесь, зайчишки».

«Вперед – назад – в стороны»

«Зайцы к солнцу тянут уши, устали

В стороны их расправлять стали».

1. «Колечки»

«Раз, два, три – сколько ягод, посмотри.

Раз – малина, два – калина, три – черника, А четыре – ежевика».

1. Указательными и средними пальцами обеих рук одновременно «рисовать» круги (массировать круговыми движениями) по контуру щек.

«Щеки»

«Вот лесные карусели Зайцы, ежик, мышка сели.

Все несутся по кругу, Улыбаются друг другу».

1. Указательными и средними пальцами рук «рисовать» круги по контуру лба и на подбородке. Движения следует выполнять обеими руками одновременно, но в противоположных направлениях.

«Лоб – подбородок»

«Принялась она за дело, завизжала и запела

Ела, ела дуб, дуб, Поломала зуб, зуб».

1. Указательными и средними пальцами рук «рисовать» вокруг глаз очки (глаза должны быть открыты). Движения пальцев следуют от медиальных концов бровей по глазницам до внутренних углов глаз.

«Очки»

«Стали зайчата загадывать загадки:

«Что такое перед нами. Две оглобли за ушами.

На ушах по колесу и седёлка на носу».

1. Подушечками указательных пальцев обеих рук сильно нажимать на нижеуказанные точки на каждую по очереди:

* Точка 1 находится на переносице, на уровне внутренних углов глаз;

«Сидит белка на тележке, продает она орешки.

Мишке косолапому, заиньке усатому».

* Точка 2 – на середине носовой кости;

«Мишка косолапый по лесу идет. Шишки собирает, В сумочку кладет

* Точка 3 – у края носовой кости (соответствует точке Иньсян);

«Живет в лесу лисичка, рыжая сестричка.

Ловит ежей и мышей, обожает своих малышей».

* Точка 4 соответствует точке Хэ-ляо.

«Под сосною воет волк, он добычу поймать не смог.

Пожалейте бедного волчишку, подарите большую шишку».

1. Открыть рот и нижней челюстью делать резкие движения слева направо и наоборот. (Упражнение не является обязательным при выполнении комплекса).

Комплекс Сиратюк А.Л

1. **«Уши»**. Цель – энергетизация мозга. Расправить и растянуть внешний край каждого уха одноименной рукой в направлении вверх-наружу от верхней части к мочке уха (пять раз). Помассировать ушную раковину.

«Как сосновые верхушки зайцы к солнцу тянут ушки.

Лапки поднимаются, ушки распрямляются.

А сосны, лесные подружки, сверху улыбаются, зарядкой занимаются».

1. **«Колечко»**. Цель – развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела). Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Упражнение выполняется в прямом порядке – от указательного пальца к мизинцу и в обратном – от мизинца к указательному пальцу. Вначале движения выполняются поочередно каждой рукой, затем - двумя одновременно.

«Раз, два, три - сколько ягод посмотри.

Раз – малина, Два – калина,

Три – черника, А четыре – ежевика».

1. **«Лягушка» (кулак – ладонь)**. Цель – развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля. Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола (ладошка). Одновременно и разнонаправлено менять положение рук.

«Два веселых лягушонка стали квакать очень громко.

Распугали всех вокруг и хотели прыгнуть в пруд».

1. **«Кулак-ребро-ладонь»**. Цель – развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля. Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга: ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром, распрямленная ладонь. Ребенок выполняет движения вместе с взрослым, затем по памяти в течение восьми-десяти повторений моторной программы. Упражнение выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками. При затруднениях взрослый предлагает ребенку: «Помогай себе – вслух или шепотом – командами «кулак-ребро-ладонь».

Лягушка (кулак) хочет (ребро) в пруд (ладонь).

Лягушке (кулак) скучно (ребро) тут (ладонь).

1. **«Оладушки»**

«Ладушки, ладушки, стряпали оладушки.

Как пожарим, повернем и опять игру начнем».

1. Вот появились вертихвостки. **«Лезгинка»**. Цель – развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля. Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой рук (шесть-восемь раз). Необходимо добиваться высокой скорости смены положений.

«Вертишейки, вертихвостки не хотят носить обноски,

Им бы праздничные блески и высокие прически».

1. **Фокус «Замок»**. Цель – развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля. Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, развернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет взрослый, точно и четко. Нежелательны движения соседних пальцев. Прикасаться к пальцу нельзя. В упражнении последовательно должны участвовать все пальцы обеих рук. В дальнейшем (если занятия воспитатель проводит с группой) дети могут выполнять упражнение парами.

«У ежика иголки живые. У ежика иголки большие.

От хищников они спасут. В норку яблоко принесут».

1. **«Ухо-нос»**. Цель – развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела), произвольность и самоконтроль. Взяться левой рукой за кончик носа, правой – за противоположное ухо. Одновременно отпустить руки, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью до наоборот»

**Двигательный игротренинг для дошкольников.**

В работе по применению двигательного игротренинга мы используем комплекс упражнений на фитбол-мячах, предложенные Т.С. Овчинниковой и А.А. Потапчук.

Оптимальные условия в реализации двигательного игротренинга в работе с детьми логопедической группы обеспечивает внутрисистемное взаимодействие участников образовательного процесса.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Воспитатель по физкультуре | Учитель-логопед | Музыкальный руководитель |
| - дыхательная гимнастика на фитбол-мячах  -фитбол-гимнастика;  -фитбол-гимнастика («Звучащие стихи»);  -игровая динамическая коррекция. | - координация носового и ротового дыхания без мячей, воспитание нижнегрудного дыхания;  -дыхательная гимнастика без фитбол-мячей;  - дыхательная и звуковая гимнастика;  -игровые упражнения на координацию речи и движени;  - кинезиологические упражнения на фитбол – мячах. | - координация ротового и носового дыхания без мячей;  - дыхательная и звуковая гимнастика. |

Реализация здоровьесберегающих технологий в системе коррекционной работы позволила сократить сроки преодоления речевых нарушений детей, сохранить физическое и психологическое здоровье, повысить продуктивность занятий, поддержать интерес и желание детей к занятиям, развить фантазию, воображение. Таким образом, использование здоровьесберегающих технологий в преодолении речевых нарушений у детей строится на системном воздействии на мелкую и артикуляционную моторику, речь, психические процессы в тесной связи с естественной познавательной деятельностью ребенка и направлены на решение проблем не только в речевом развитии, но и успешной социальной адаптации.

**Список литературы**:

1. Письмо Министерства образования Российской Федерации от 16 апреля 2001 г. № 29/1524-6 «О концепции интегрированного обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья (со специальными образовательными потребностями)»
2. А.А. Потапчук , Т. С. Овчинникова «Двигательный игротренинг для дошкольников». Речь, 2009 г.
3. Саймон и Сью Лилли «Цвета и цветотерапия». Диля, 2006 г.
4. А. Сиротюк «Обучение без стресса: психофизиологическая подготовка» (журнал «Дошкольное воспитание» № 1 2005г.)

https://www.babyblog.ru/community/post/Logopediya/1548038