**Использование пиктограмм при проведении физкультурных минуток в работе учителя-логопеда с детьми с ОВЗ**

Кузичева Марина Викторовна

БМАДОУ «Детский сад №19»

учитель-логопед,

 высшая квалификационная категория

Одна из задач Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного воспитания – охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия [4].

К сожалению, в ДОУ с каждым годом растёт количество детей с ограниченными возможностями здоровья. Такие дети имеют нарушения ЦНС, нарушения в опорно-двигательной и дыхательной системе, имеют различные хронические и соматические заболевания.

Наш детский сад посещают дети с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ). Нарушения проявляются в виде различных познавательных, речевых отклонений, расстройствах эмоционально-волевой сферы и поведения. Это затрудняет восприятие, ослабляет познавательную деятельность, снижает работоспособность, ориентацию в практической деятельности.

Образовательная деятельность требует от детей с ограниченными возможностями здоровья большого нервного напряжения. Во время образовательной деятельности у дошкольников любого возраста значительную нагрузку испытывают их органы зрения, слуха, мышцы кистей рук и всего туловища, часто длительно находящегося в статическом положении.

Во время проведения длительных занятий детям дошкольного возраста приходится больше времени находиться в статичном положении, концентрироваться на речи говорящего учителя-логопеда, что очень сильно утомляет ребенка. Чем дольше сохраняется малоподвижное положение детей, тем сильнее они начинают отвлекаться от темы НОД, разговаривать друг с другом, вставать с места, выкрикивать, что является показателем снижения умственной работоспособности, а значит наступает умственное переутомление. Умственная работа без регулярных и целесообразных физических нагрузок приводит к снижению работоспособности.

Из практики, признаки утомления у детей 3-4 лет появляются через 7-9 минут непосредственной образовательной деятельности, у детей 5-6 лет - через 10-12 минут.

Таким образом, возникает проблема поисков способа предупреждения утомления, улучшения общего состояния детей, смены их деятельности.

Одним из самых эффективных способов считаются кратковременные физические упражнения, так называемые физкультминутки [5]. Физкультурная минутка — это форма активного отдыха во время малоподвижных занятий [2]. Так, физкультминутки не просто элемент двигательной активности для переключения внимания на другой вид деятельности, но возможный фактор здоровьесбережения детей дошкольного возраста. Согласно автору, физкультминутки «снимают напряжение мышц, вызванное неподвижным состоянием, переключают внимание с одной деятельности на другую, успокаивают нервную систему и восстанавливают работоспособность детей».

Целью проведения физкультурной минутки является повышение или удержание умственной работоспособности детей на занятиях, обеспечение кратковременного активного отдыха для дошкольников во время занятий, когда значительную нагрузку испытывают органы зрения и слуха; мышцы туловища, особенно спины, находящиеся в статическом состоянии; мышцы кисти работающей руки [1].

Физкультминутки в ДОУ проводятся в соответствии с ФГОС, в середине НОД, в течение 2-3 минут, например, в виде игровых действий. Дети больше предпочитают несложные упражнения, сопровождающиеся музыкальным оформлением, видео или стихами. По возможности тема физкультминутки должна быть связана с темой НОД. Движения должны быть одновременно простыми и влиять на многие группы мышц.

В нашей работе мы используем разные виды физкультминуток:

* упражнения для крупных мышечных групп: наклоны туловища в стороны, поскоки, приседания в быстром темпе, потягивания, махи руками, ходьба и бег на месте и др.;
* упражнения для кистей рук: сжимания разжимания кистей рук, отведение и приведение, пальчиковая гимнастика;
* гимнастика для глаз: посмотреть направо, налево, круговые движения, частое моргание, прикладывание теплых ладоней к закрытым глазам и др.
* гимнастика для слуха: массаж мочки уха, круговые движения всего уха, подергивания за ушки, потягивания ушей в стороны и др.;
* дыхательная гимнастика: с проговариванием звуков на выдохе.

Исходя из собственной практики, можем сделать вывод, что наиболее эффективный вид физкультминуток, который нравится детям, является упражнения для снятия общего или локального утомления, поскольку данный вид самый подвижный из всех представленных выше. Для большей мотивации к выполнению физических упражнений, данные физкультминутки проводятся нами с помощью использования пиктограмм, показывающих образы человека в движении.

Пиктограмма – это знак, отображающий важнейшие черты объекта, предмета или явления, на которые он указывает чаще всего в схематической схеме [3].

Пиктограммы относятся к невербальным средствам общения и могут использоваться в следующих качествах:

* Как средство временного общения, для сохранения у ребёнка мотивации и желания общаться;
* Как средство постоянного общения для ребёнка, неспособного говорить в будущем;
* Как средство, облегчающее развитие общения, речи, когнитивных функций (символизации, формировании элементарных представлений и понятий);
* Как средство развития монологической формы речи (составление описательных рассказов о предмете, заучиванию стихов, пересказе литературных произведений) [3].

В нашем случае, в ходе проведения занятий (индивидуальной работы) с ребенком, учитель-логопед проводит наглядно демонстрацию пиктограммы человека в движении; изображение эмоционального состояния человека. обсуждает рисунок, условия выполнения предложенного упражнения с демонстрацией показа совместно с детьми; оказывает помощь ребенку при выполнении упражнения, обеспечивает его страховку, осуществляет контроль за выполнением задания. Критерием выполнения задания служит не только качественное выполнение ребенком того или иного движения, но и общая его удовлетворенность совместной с другими деятельностью.

Налистах-карточках схематично изображены человечки, выполняющие разные физические упражнения. Размер изображения равен формату листа А4. Учитель-логопед показывает карточки, а дети повторяют движения человечков.



Рисунок 1 – Пиктограммы человека, выполняющего физические упражнения

Этапы обучения работе с пиктограммами:

1. Показ детям пиктограммы с изображением человека в движении и объяснение его позы;

2. Демонстрация последовательно составленных пиктограмм для выполнений физических упражнений;

3. Непосредственное выполнение физических упражнений в соответствии с последовательно составленными пиктограммами.

Таким образом, система невербальных средств общения предусматривает формирование логической цепочки:

1. Знакомство с понятием «пиктограмма»;
2. Зрительное осознание значения пиктограммы;
3. Закрепление навыка самостоятельных действий с пиктограммами.

Приведем пример использования пиктограмм при проведении физкультминутки во время занятия с детьми с ОВЗ. Учитель-логопед предлагает поиграть в подвижную игру «Море волнуется». Педагог проговаривает: «Море волнуется – раз, море волнуется - два, море волнуется - три, морская фигура - замри», затем показывает детям пиктограмму человека в движении, просит повторить это движение.

Таким образом, значение физкультминутки во время проведения НОД велико, так как она:

* разгружает и положительно влияет на эмоциональное состояние детей;
* повышает концентрацию внимания на вторую половину НОД;
* способствует активизации речевой деятельности;
* развивает координацию движений общей и мелкой моторики;
* активизирует дыхание, в результате чего улучшается кровообращение и усиливает обмен веществ в организме детей.

Список использованной литературы

1. Киселева Ж.И., Валетов М.Р., Шляпникова В.В. Физкультминутки как элемент здоровьесберегающих технологий и средство закрепления программного материала // АНИ: педагогика и психология. 2020. №3 (32). С. 139-142.
2. Сайфиева С.С. Здоровье дошкольника и здоровьесберегающие технологии // Сборник материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста». 2016. №5. С. 883-885.
3. Самусева А.С. Логопедический подход к использованию пиктограмм при формировании у детей среднего дошкольного возраста с общим недоразвитием речи предметного и глагольного словаря // Концепт. 2019. №V3. С. 1-6.
4. Федеральный Государственный образовательный стандарт дошкольного образования : утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013г., №1155 / Министерство образования и науки Российской Федерации. – Москва: 2013г.
5. Чукина И.В. Целесообразность применения приемов здоровьесбережения в логопедической практике // Сборник материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста». 2018. №7. С. 389-390.