

Здоровьесберегающие технологии в логопедической работе с детьми дошкольного возраста

Дошкольный возраст – это важный период в жизни каждого ребенка. В это время начинают закладываться основы личностного развития, формируются необходимые умения и навыки. Ребенок не только накапливает определенные знания, но и учится существовать в социуме, взаимодействовать со взрослыми и сверстниками. Успешность ребенка в школе во многом зависит от его благополучия на этапе дошкольного детства.

Нам, педагогам, работающими с детьми в детском саду, нужно осознавать в полной мере всю ответственность за воспитание и образование детей. Гармоничное развитие ребенка, высокая результативность нашей работы – это не только определенный багаж знаний, это – прежде всего душевное благополучие ребенка, которое тесно связано с его здоровьем. В последние годы, к сожалению, наблюдается тенденция ухудшения общего состояния здоровья детей, уже в дошкольном возрасте малыши приобретают ряд заболеваний, многие из которых обусловлены стрессовыми ситуациями. Наша задача – сохранить здоровье детей, по возможности предупредить возникновение заболеваний, обеспечить психологически комфортные условия для каждого ребенка. Все педагоги, работающие с дошкольниками, должны понимать, что дети смогут усвоить знания только при условии хорошего самочувствия и настроения. В настоящее время широкое распространение получило применение в педагогике здоровьесберегающих технологий. Для нас, логопедов, это также очень важный аспект работы, так как использование ряда методик оздоровления не только повышает эффективность занятий, но и помогает поддерживать стойкий интерес ребенка и желание взаимодействовать с нами.

Существует множество приемов работы по здоровьесбережению. Каждый логопед их варьирует и использует с учетом индивидуальных

особенностей и возможностей дошкольника, придумывает и реализует на практике свои приемы работы. Хочется отметить, что очень важно разработать комплексную систему, направленную на коррекцию речевых нарушений, личностное развитие ребенка и сохранение его здоровья.

Мне бы хотелось описать ряд здоровьесберегающих технологий, выбранных и апробированных в работе мною, и которые, по моим наблюдениям, гармонично вписываются в занятия и нравятся детям.

Дыхательная гимнастика

В коррекционном обучении детей дошкольного возраста дыхательным упражнениям необходимо уделять особое внимание. Правильное речевое дыхание – основа для нормального звукопроизношения, а также четкой, выразительной и плавной речи. Кроме этого, работа над дыханием является неотъемлемой частью оздоровительного режима, способствующая развитию и укреплению мышц грудной клетки. Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмально-речевого дыхания, которое считается наиболее правильным типом дыхания. Ведется работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха.

Система работы по развитию дыхания включает в себя три этапа:

- 1 этап. Формирование правильного неречевого дыхания. Формируется умение осуществлять длительный, плавный целенаправленный ротовой выдох.
- 2 этап. Развитие неречевого дыхания, которое направлено на расслабление и напряжение мышц диафрагмы.
- 3 этап. Развитие речевого дыхания. На данном этапе мы формируем умения произносить звуки, слоги и отдельные слова, фразы, небольшие стихотворные тексты на выдохе.

Упражнения на формирование речевого дыхания рекомендуется включать в каждое занятие, как групповые, так и индивидуальные.

Использование разнообразных игр помогает детям с удовольствием заниматься этим видом работы. В своей работе я применяю следующие игровые упражнения:

- «Подуй на цветочек!»
- «Вертушки»
- «Осенние листики»
- «Дудочка»
- «Помашем крылышками»
- «Буря в стакане воды»
- «Настольный футбол»
- «Парящий шарик»
- «Озорные глазки»
- «Веселые пузыри» и многие другие приемы.

Правильное речевое дыхание у детей с нарушениями речи обеспечивает верное усвоение звуков, помогает сохранять плавность речи, соблюдать паузы в речевом потоке, использовать речевую мелодику, а также положительно влиять на оздоровление организма в целом.

Развитие общей моторики

У детей дошкольного возраста с проблемами в речи часто наблюдаются нарушения координации движений, недостаточная четкость движений, общая моторная неловкость. Поэтому в наши занятия обязательно необходимо включать динамические игры, а также проводить физкультурные минутки, помогающие снять напряжение, нормализовать мышечный тонус, отдохнуть от умственной работы. Это может быть и ряд упражнений на координацию речи и движений (логоритмика), которые, как правило, используются всеми логопедами и адаптированы к изучению лексических тем, и различные игры с

мячом, игры с привлечением музыкального сопровождения. Приведу примеры динамических игр с мячом, используемых мною в работе.

1. «Большой мяч». Цель: активизировать глагольный словарь. Дети встают в круг, в кругу — логопед, у него в руках мяч. Логопед называет слово и кидает кому-то из детей. Дети пускают мяч по кругу, называя действия, которые может совершать предмет, названный логопедом (снег — идет, падает, тает, сверкает, хрустит...).

Аналогичную игру можно провести, подбирая к словам-предметам слова-признаки и наоборот.

2. «Мяч бросай — животных называй!». Цель: активизировать словарь по данной теме. Можно выбрать любое другое обобщающее понятие. Логопед называет выбранную им категорию (мебель, посуда, птицы...), дети должны, перебрасывая мяч, называть слова, соответствующие обобщающему понятию.

3. «Скажи наоборот!» Цель: закрепление правильного употребления в речи антонимов. Логопед называет слово (например, широкий) и кидает мяч одному из детей. Ребенок должен назвать слово, противоположное по смыслу (узкий).

4. «Звуковая цепочка». Цель: закрепление навыков звукового анализа. Дети и логопед стоят в кругу. Логопед кидает мяч одному из детей и произносит слово. Ребенок должен придумать слово, начинающееся на последний звук названного слова и кинуть мяч другому ребенку.

5. «Подружи звуки!» Цель: развитие навыков звукового анализа и синтеза. Логопед бросает мяч ребенку и произносит отдельные звуки (к, м, а), ребенку, поймавшему мяч, нужно поставить звуки в нужной последовательности и произнести получившееся слово (мак).

Развитие мелкой моторики

Важную роль в коррекционном процессе играет работа над развитием мелкой моторики. В.А.Сухомлинский писал: «Источники способностей и дарований детей — на кончиках их пальцев...». У детей с проблемами в речевом развитии, как правило, в той или иной степени страдают тонкие движения пальцев рук. Поэтому учителю-логопеду необходимо в каждое занятие

включать упражнения на формирование ручных умений. Обычно я в начале занятия уделяю несколько минут развитию руки, пальчиков ребенка. Но часто и использую эти упражнения и в работе над звукопроизношением. Занимаясь развитием основных психических процессов (мышления, внимания, памяти), мы также можем уделить внимание этому аспекту.

На развитие мелкой моторики рук благоприятное воздействие оказывают пальчиковые игры с предметами: мозаика, пирамидки, паззлы, мелкий конструктор, шнуровка, игры с карандашами, шишками, пуговицами. На своих занятиях я широко использую пальчиковую гимнастику, настольные игры («Кольцеброс», «Летающие колпачки» и т.д.), массаж различными массажерами, занятия с детским эспандером, игры с массажными мячиками.

Мне бы хотелось остановиться на следующих приемах работы над мелкой моторики: су-джок терапия и использование прищепок.

Су-джок терапия

Су-джок терапия обладает высокой эффективностью, безопасностью и простотой, базируется на восточной методике.

Рассмотрю некоторые варианты работы с детьми с нарушениями речи с использованием су-джока.

Су-джок – это пластмассовый массажный шарик с металлическими колечками внутри. В работе могут использоваться и шарик, и колечки.

Массаж ладоней и пальцев рук колючим массажным шариком: шарик находится между ладоней ребенка, пальцы прижаты друг к другу. Делать массажные движения, катая шарик вперед-назад. Могут быть и такие варианты упражнений:

-Шарик находится между ладоней ребенка, пальцы прижаты друг к другу. Делать круговые движения, катая шарик по ладоням.

-Ребенок держит шарик подушечками пальцев, с усилием надавливая ими на шарик.

-Ребенок держит шарик подушечками пальцев, делая вращательные движения назад.

-Подкинуть шарик двумя руками на высоту 20-30 см. и поймать его.

-Зажать шарик между ладонями, пальцы сцеплены в «замок», локти – в стороны. Надавить ладонями на мяч.

Массаж пальцев эластичным кольцом: дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, массируют их. Можно параллельно проговаривать стихотворение пальчиковой гимнастики:

Этот пальчик – дедушка,
Этот пальчик – бабушка,
Этот пальчик – папенька,
Этот пальчик – маменька,
Этот пальчик – я, вот и вся моя семья!

Этот пальчик хочет спать,
Этот пальчик лег в кровать,
Этот пальчик лишь вздремнул,
Этот пальчик уж заснул.
Этот крепко, крепко спит,
Тише, тише, не шумите!
Солнце красное взойдет,
Утро ясное придет,
Будут птички щебетать,
Будут пальчики вставать!

Можно использовать массажный шарик при изучении букв: написание буквы и ее элементов прокатыванием шарика по поверхности стола, на ладони.

Прокатывание шарика по «звуковой дорожке» используется в работе над звукопроизношением! Ребенок проводит су-джок по звуковой дорожке, длительно произнося поставленный звук (шшшшш..., лллллл...)

Применение су-джок терапии активизирует развитие речи ребенка, оказывает стимулирующее воздействие на речевые зоны в коре головного мозга, помогает нормализовать мышечный тонус, активизировать межполушарное взаимодействие, а также разнообразить занятия и повысить познавательный интерес.

Игры с прищепками

Обычная хозяйственная прищепка является прекрасным инструментом для развития моторики. Ее можно использовать как для закрепления навыка открывания прищепки, прикрепляя прищепки к любым предметам – тарелки, картонки, картинки (добавление недостающих деталей), так и для проведения самомассажа подушечек пальцев.

Сильно кусает котенок-глупыш!
Он думает, что это не палец, амышь!
Но я же играю с тобою, малыш!
А будешь кусаться, скажу тебе: «Кыш!»

(бельевой прищепкой дети прищепляют ногтевые фаланги пальцев правой, а затем левой руки на каждый ударный слог – от большого пальца к мизинцу).

Еще очень интересным и увлекательным занятием с прищепками может стать игра «Что забыл нарисовать художник?»

Логопед показывает детям вырезанные картинки различных предметов и просит сказать, чего не хватает у каждого предмета. И недостающие детали дети имитируют прищепками. Варианты картинок: солнышко без лучиков, корова без рогов, дерево без листьев, ежик без иголок, лиса без хвоста, морковка без ботвы, стрекоза без крыльев, зонтик без ручки, заяц без ушей. Рекомендуется использовать разноцветные прищепки, параллельно закрепляя

названия цветов. Разнообразные методики развития мелкой моторики позволяют поддерживать стойкий интерес к занятиям.

Психотерапия в работе учителя-логопеда

Логопедическая работа с детьми требует не только хорошего владения навыками коррекции речи, но и применения знаний психологии детского возраста. В своей деятельности коррекционные педагоги широко используют психотерапевтические приемы. Это необходимо для создания благоприятной и комфортной для ребенка атмосферы занятий, а также для присутствия хорошего эмоционального контакта педагога с ребенком. От этого в большой степени зависит результативность нашей работы.

Психотерапевтическая работа ведется с учетом личностных особенностей ребенка. Основным средством воздействия является слово. В процессе занятий проводятся беседы, даются разъяснения, внушается уверенность в собственных силах, стимулируется желание работать над своей речью.

Среди приемов работы можно отметить использование элементов песочной терапии; сказкотерапию; элементы цветотерапии и ароматерапии. Также очень хорошие результаты дает применение методов психогимнастики, направленных на релаксацию. Такие методы используются на всех видах занятий. Например, часто в начале фронтального занятия я использую такую психогимнастику. Дети становятся в круг, берутся за руки. Можно включить негромкую спокойную музыку. Я говорю тихим голосом такой текст: «Наступил новый замечательный день. Как хорошо, что все мы здесь собрались! Давайте улыбнемся этому дню, теперь улыбнемся друг другу. Мы будем добры и приветливы! Нас ждет много интересного сегодня». Текст мы можем менять и также можем параллельно выполнять дыхательные упражнения. Таким образом, мы не только успокаиваем детей и переключаем их на учебный вид деятельности, но и формируем навыки межличностного общения и создаем позитивный настрой.

Один из важнейших элементов психотерапии — поощрение, которое может выражаться в вербальной и невербальной формах. Это может быть и улыбка, и одобрителный взгляд, и словесная похвала. Ребенка нужно поощрять теми способами, которые ему нравятся. В конце занятия каждому малышу приятно что-то «заработать», хорошо, когда логопед оценит деятельность ребенка, похвалит его, скажет, к чему нужно стремиться и что-то подарит ему. Я использую в этих целях наклейки. Для нас, педагогов, очень важно умение принимать ребенка таким, какой он есть, находить подход к каждому. Также, занимаясь с ребенком, необходимо находиться в состоянии «здесь и сейчас», не отвлекаясь на посторонние дела и мысли, то есть полностью погружаться в процесс работы.

Существует еще множество разнообразных методик и приемов работы в области здоровьесбережения. Это и биоэнергопластика, и нейропсихологические приемы, и артикуляционные упражнения, и элементы массажа и самомассажа. Их применение становится все более актуальным в настоящее время. Внедрение в практику здоровьесберегающих образовательных технологий позволяет правильно организовать учебный процесс на всех его уровнях, при котором качественно обучение, развитие и воспитание детей происходят без ущерба их здоровью, а наоборот, способствуют его укреплению. Здоровьесберегающие технологии становятся перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми с нарушениями речи.

Список использованных источников:

1. Филичева Т.Б., Чиркина Г.В., Туманова Т.В. Коррекция нарушений речи. Программы дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида для детей с нарушениями речи. Москва, «Просвещение», 2014.
2. Синягина Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения. Москва «Владос», 2004.

3. Фадеева Ю.А., Пичугина Г.А., Жилина И.И. Игры с прищепками: творим и говорим. Москва, ТЦ «Сфера», 2013.
4. Акименко В.М. Развивающие технологии в логопедии. Ростов-на-Дону, «Феникс», 2011.