

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение  
«Березинский детский сад «Алёнушка»**

---

457231 п. Березинский, ул. Кирова д. 20, Чесменского района, Челябинской области.  
Телефон (факс) (8 351-69) 58-0-38 эл.почта d.sadnatasha@mail.ru

**Особенности использования логопедом  
здоровьесберегающих технологий в рамках работы  
логопедического пункта в ДОУ**

учитель-логопед: Демидчик Е.Н.

п. Березинский 2022

## **План:**

### **Введение**

1. Важность системного подхода к здоровью дошкольников
  - 1.1 Факторы, определяющие состояние здоровья дошкольников;
  - 1.2 Базовые принципы здоровьесберегающих мероприятий;
  - 1.3 Здоровьесберегающие технологии: понятие и цели.
2. Специфика работы логопедического пункта в направлении реализации здоровьесберегающих технологий
  - 2.1 Особенности физического и психического развития детей с речевыми нарушениями;
  - 2.2 Виды технологий здоровьесбережения, использующиеся в работе логопеда

### **Заключение**

## **Введение**

Состояние здоровья детей, во многом, определяет нравственное благополучие современного общества. К сожалению, итогом последних десятилетий стало резкое снижение показателей детского здоровья. Проведенные исследования позволяют выделить, среди возможных причин, неблагоприятную обстановку в экологической сфере, отрицательные воздействия бытового характера. Также большую роль играет качество воды и питания, которое в последнее время работает против человеческого организма, щедро «насыщая» его вредными химическими добавками. Эти, и многие другие, отрицательные условия жизнедеятельности ощутимо подрывают здоровье дошкольников. Кроме того, огромное влияние на современных детей оказывают недостаток двигательной активности и перегрузки в умственной деятельности. Очевидной становится необходимость рациональной организации режимных моментов в стенах дошкольных учреждений. Это первоочередная задача всех сотрудников детского сада. Процессы воспитания и обучения должны строиться таким образом, чтобы каждый ребенок смог избежать отрицательного влияния гиподинамии. В работе логопеда, как и в других направлениях деятельности ДООУ, необходимо использовать здоровьесберегающие технологии.

## **Важность системного подхода к здоровью дошкольников**

Термин «здоровье» определяется, как состояние физического, психического и социального благополучия человека, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

От того, насколько правильно и полно будет воспитан ребенок по отношению к своему здоровью и здоровому образу жизни, зависит уровень развития общественности в целом.

Период дошкольного детства является тем самым базисом, на котором будет строиться дальнейшее взаимодействие малыша с окружающей средой, его отношение к сверстникам и взрослым людям, к природе и ее ценностям.

Приоритетом работы дошкольных учреждений является направленность на полноценное воспитание здоровых детей, а также формирование привычки к ведению здорового образа жизни. В связи с этим, задачами для педагогов выступают следующие пункты:

- донесение до ребенка нужной тематической информации;
- организация занятий таким образом, чтобы полученные знания использовались ребенком в полную силу;
- возможность совмещения специфики педагогической деятельности с общей целью – воспитать здорового, во всех смыслах, человека.

## **Факторы, определяющие состояние здоровья дошкольников**

### **Группа факторов**

#### **Вид Характеристика**

Внутренние влияния

Успешность организации педагогического процесса

Соблюдение всех необходимых регламентов; уровень обучающих методик соответствует возрасту ребенка; индивидуальный подход

Психологические аспекты

Учет возрастных особенностей психологии детей,

Физиолого-гигиенические нормы

Зависимость физиологических особенностей конкретного ребенка от уровня развития приобретенных навыков

Внешние влияния

Экология

Состояние окружающей среды, уровень загрязнения воздуха, качество питания

Экономика

Достаточность/недостаточность финансирования в области здравоохранения

Социальное окружение

Уделение должного внимания здоровью со стороны семьи ребенка, окружающих его людей; отсутствие пропаганды вредных привычек и нерационального использования ресурсов своего тела и головного мозга

### **Базовые принципы организации здоровьесберегающих мероприятий:**

- «не навреди!»;
- непрерывность процесса;
- доступность;
- систематичность и последовательность подачи информации;
- адекватность возрасту;
- сознательность и активность;
- нацеленность на гармоничное и всестороннее личностное развитие;
- использование комплексного подхода.

## **Здоровьесберегающие технологии: понятие и цели**

Понятие здоровьесберегающих технологий включает в себя перечень образовательных технологий, направленных на воспитание культурного отношения детей к своему здоровью.

**Целью:** этого процесса является формирование осознанного восприятия ребенком таких понятий как: «здоровье» и «жизнь человека». Также, важен момент обретения способности накапливать полученные знания, сводить их в систему, обретая, тем самым, «валеологическую компетентность».

## **Специфика работы логопедического пункта в направлении реализации здоровьесберегающих технологий**

В рамках работы логопунктов, находящихся в ДООУ, педагогами реализуются задачи по коррекции и развитию речи детей. В последнее время отмечается тенденция к ее ухудшению и снижению детских навыков и умений в сфере общения. Согласно наблюдениям практикующих логопедов, число дошкольников с различными речевыми дефектами неумолимо растет. Среди них: дети с заиканием, алалией (сенсорной и моторной), дизартрией и прочими нарушениями.

С учетом имеющихся проблем, в логопедическую практику входит обязательное применение технологий здоровьесбережения. В содержании многих авторских методик (Н.В. Нищева, К.П. Бутейко, А.Г. Ипполитова, Л.С. Волкова и др.), направленных на коррекцию речевых патологий, особенно заостряется внимание на физиологическом и речевом дыхании. Оно, как известно, нарушено у детей с проблемной речью.

С появлением потребности применения здоровьесберегающих технологий во всех сферах воспитательной работы, деятельность логопеда получила новое направление. Теперь, кроме коррекции речевых нарушений, в логопунктах реализуются и задачи личностной коррекции детей.

В числе воспитанников ДООУ, имеющих проблемы с речью, немалая их часть испытывают сопутствующие затруднения в общем развитии внимания, моторики (общей, мелкой), мышления, памяти. Как следствие – работа с такими детьми должна быть комплексной.

Оздоровительно – коррекционные мероприятия включают в себя:

- разные виды дыхательных гимнастик;
- релаксацию;
- гимнастику артикуляционного аппарата;
- логоритмические упражнения;
- упражнения, направленные на развитие памяти, всех видов мышления, внимания;
- упражнения, являющиеся профилактикой нарушений зрения;
- физкультминутки.

Все эти методы помогают логопеду в проведении коррекционной работы с детьми, так как не единожды доказывали свою эффективность. Их применение, в деятельности узких педагогических специализаций, дает возможность воспитанникам не только справляться с речевыми проблемами, но и достигать хороших успехов в общем оздоровлении организма. Безусловно, то насколько результативен будет этот процесс, зависит от профессионального мастерства педагога. Большое значение имеет способность логопеда вводить в свою непосредственную работу новые знания, методы и возможности. При этом важно, чтобы дети чувствовали себя уверенно и комфортно на занятиях.

### **Особенности физического и психического развития детей с речевыми нарушениями**

Среди дефектов физического развития дошкольников с нарушениями речи выделяют: патологии органов артикуляционного аппарата, дыхательные нарушения, проблемы с развитием моторики, слишком активный тонус мышц, либо наоборот недостаточный, нарушение голосообразования, быстрая утомляемость, сниженные показатели силы и ловкости.

К распространенным нарушениям в психическом развитии можно отнести: отсутствие устойчивости внимания, недостаточность развития процессов памяти, мышления и воображения.

Все эти нарушения поддаются успешной коррекции только в случае комплексного воздействия. В него входят не только методы работы с недостатками речи, но и общее влияние на процессы психики, кругозор ребенка, его социально-личностное становление.

### **Виды технологий здоровьесбережения, использующиеся в работе логопеда:**

**Гимнастика артикуляционного аппарата** (способствует улучшению кровоснабжения речевых органов и проводимость их нервных окончаний; улучшает подвижность органов артикуляции; укрепляет мышцы языка, щек и губ; нейтрализует спастические проявления артикуляционного аппарата). Ее основной целью является достижение правильного положения органов артикуляции, посредством специальных упражнений. Эти упражнения должны подбираться индивидуально, с учетом сложности речевых проблем ребенка.

Приоритетом такого вида гимнастики должно быть стремление к качеству, а не количеству упражнений.

### **Комплексы специальных упражнений для профилактики зрительных нарушений: различные виды зрительной гимнастики**

Цель подобных занятий – донести до ребенка всю значимость человеческого здоровья, важность его охраны. При этом акцент необходимо делать именно на большую роль зрительных функций организма, их значении.

Гимнастика для глаз как нельзя лучше отвечает всем этим требованиям. Она используется для общего укрепления глазных мышц, улучшения кровяной циркуляции в глазных яблоках, а также с целью улучшения способности глаз к аккомодации.

Гимнастика для зрения организуется с учетом возрастных особенностей ребенка. Проводиться она должна в форме игры, дабы заинтересовать дошкольника.

Регулярность занятий – это обязательное требование к зрительным упражнениям. Их продолжительность составляет от трех до пяти минут, два или три раза в день. Приветствуется использование педагогом специальных тренажеров и некрупных предметов, также должны применяться словесные указания.

Выбирая тип упражнений для конкретного ребенка, логопед опирается, прежде всего, на его медицинские показатели по зрению и возраст. Важным условием также является отсутствие у детей усталости и чрезмерного глазного напряжения.

### **Упражнения, направленные на развитие общей и мелкой моторики**

В этот пункт входят динамичные паузы в процессе обучения, нацеленные на оздоровление, называемые физкультминутками. Если ребенок овладевает навыком сочетания слова и действия, то его ждут хорошие результаты на логопедических занятиях.

Физкультминутки улучшают общий тонус мышц, как мелких, так и крупных. Чем они более развиты, тем успешнее будет коррекционный процесс. Они проводятся в форме задорной игры, в средней части занятия.

Также, для повышения качества коррекционной работы, большую роль играет успешность развития мелкой моторики. Ведь от того, как дошкольник умеет владеть рукой, зависит его речевое развитие, качество мыслительной деятельности.

Развитие мелких моторных функций обычно сочетается с соответствующими упражнениями для коррекции речи.

### **Дыхательная гимнастика.**

Способствует физиологическому развитию грудной клетки ребенка, укреплению ее мускулатуры. Упражнения гимнастики для дыхания нацелены на становление правильного дыхания. Необходимо работать над длительностью «лечебного» выдоха, его плавностью и силой. Овладение диафрагмально – речевым дыханием гарантирует организму ребенка не только общее оздоровление, но и положительные результаты логопедической работы над звукопроизношением малыша.

Каждое занятие должно включать несколько видов упражнений, список которых в дальнейшем расширяется.

### **Разновидности логопедического массажа и самомассажа**

Важность этой процедуры определяется положительным влиянием массажных манипуляций на мышечное состояние артикуляционных органов. В результате таких воздействий нормализуется речевое произношение дошкольника.

Если использовать массаж в коррекционном комплексе, то он рекомендуется, как первоочередная мера. Данная процедура обязательна для всех детей с речевыми патологиями, а тем более для тех, кому ставят такие диагнозы, как: дислалия, задержка речевого или психического развития, дизартрия. Как известно, в таких ситуациях одной только педагогической коррекции недостаточно.

При регулярных массажных сеансах улучшаются функции проводящих нервных волокон, стабилизируются рефлекторные звенья в цепи взаимодействия между корой головного мозга и системой мышц и сосудов. В практике логопеда ДООУ могут использоваться следующие разновидности массажа:

- воздействие на лицевые мышцы;
- кисти и пальцы рук;
- массажное воздействие на ушные раковины;
- манипуляции со стопами;
- массаж мускулатуры языка.

Сеансы самомассажа выполняются дошкольниками самостоятельно, после демонстрации педагога. Он включает в себя подвижные упражнения для артикуляционных органов. Благодаря этим процедурам достигается эффект, не хуже массажного. Происходит улучшение кровообращения языка и губ. Самомассаж призван стимулировать мышечные ощущения в области артикуляционного аппарата, а также нормализовать тонус речевых мышц. Его можно использовать в групповых условиях, несколько раз в день, без ущерба для режима. Логопеду не требуется наличие медицинских документов об образовании.

### **Упражнения для релаксации**

Метод релаксации направлен на устранение мышечного напряжения и избавление от нервного раздражения, путем применения специальных техник.

Релаксация является произвольным либо нет состоянием покоя, при котором мышцы расслаблены. Состояние релаксации следует за снятием напряжения. Овладевая способами расслабления, дети учатся управлять силой своих мышц и их группами. В условиях работы логопункта релаксирующие методики используются в течение всего занятия, особенно если движения дошкольников беспокойны и скованны. Занятия могут сопровождаться музыкой.

### **Заключение**

Все рассмотренные выше технологии, способствующие сохранению детского здоровья, рекомендуется использовать в ежедневной практической деятельности педагогов логопедических пунктов в ДООУ. Рассмотренные компоненты могут меняться по ходу недельной системы занятий, что позволяет развивать детскую речь в благоприятных условиях.

Результатами применения технологий здоровьесбережения в логопедии становятся:

- улучшение характеристик восприятия и внимания;
- повышение способности к обучению;
- дети, с разным успехом, но овладевают умениями делать выводы, рассуждать, слышать собеседников и педагога;
- происходит формирование способности осмысленно читать, проявляется заинтересованность в овладении письмом;
- преодолеваются трудности в психологической и поведенческой сфере;
- дети учатся применять полученные умения и знания в разных видах деятельности.

С учетом вышеизложенной информации, можно сформулировать следующее утверждение: «Коррекционная логопедическая работа с дошкольниками, с использованием здоровьесберегающих технологий, дает хорошие результаты». Данное утверждение подкрепляется снижением общего уровня заболеваемости дошкольников, повышением физиологических характеристик организма, улучшением зрения, развитием всех видов моторики, повышением активности речи и прочее.

## **Приложение 1**

### **ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ**

Гимнастики для ежедневного проведения:

“Весёлая неделька” гимнастика для глаз

- Всю неделю по - порядку,

Глазки делают зарядку.

В понедельник, как проснутся,

Глазки солнцу улыбнутся,

Вниз посмотрят на траву

И обратно в высоту.

Поднять глаза вверх; опустить их книзу, голова неподвижна; (снимает глазное напряжение).

- Во вторник часики глаза,

Водят взгляд туда – сюда,

Ходят влево, ходят вправо

Не устанут никогда.

Повернуть глаза в правую сторону, а затем в левую, голова неподвижна; (снимает глазное напряжение).

- В среду в жмурки мы играем,

Крепко глазки закрываем.

Раз, два, три, четыре, пять,

Будем глазки открывать.

Жмуримся и открываем

Так игру мы продолжаем.

Плотно закрыть глаза, досчитать до пяти и широко открыть глазки;  
(упражнение для снятия глазного напряжения)

- По четвергам мы смотрим вдаль,

На это времени не жаль,

Что вблизи и что вдали

Глазки рассмотреть должны.

Смотреть прямо перед собой, поставить палец на расстояние 25-30 см. от глаз, перевести взор на кончик пальца и смотреть на него, опустить руку.

(Укрепляет мышцы глаз и совершенствует их координации)

- В пятницу мы не зевали

Глаза по кругу побежали.

Остановка, и опять

В другую сторону бежать.

Поднять глаза вверх, вправо, вниз, влево и вверх; и обратно: влево, вниз, вправо и снова вверх; (совершенствует сложные движения глаз)

- Хоть в субботу выходной,

Мы не ленимся с тобой.

Ищем взглядом уголки,

Чтобы бегали зрачки.

Посмотреть взглядом в верхний правый угол, затем нижний левый; перевести взгляд в верхний левый угол и нижний правый (совершенствует сложные движения глаз)

- В воскресенье будем спать,

А потом пойдём гулять,

Чтобы глазки закалялись

Нужно воздухом дышать.

Закрывать веки, массировать их с помощью круговых движений пальцев:

верхнее веко от носа к наружному краю глаз, нижнее веко от наружного края к носу, затем наоборот (расслабляет мышцы и улучшает кровообращение)

- Без гимнастики, друзья,

Нашим глазкам жить нельзя!