Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

**«Детский сад № 345 комбинированного вида»**

Московского района г.Казани

**Доклад к педагогическому совету №2: *«Оптимизация системы работы по созданию условий формирования ЗОЖ и режима двигательной активности в ДОУ через организацию подвижных, спортивных игр и упражнений, в соответствии с ФГОС ДО».***

**Тема: *«Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей, повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления»***

*Учитель-логопед*

*Курбанова Г.Р.*

Казань 2019

Поняти*е «здоровье»*очень обширно и сложно. Это не только отсутствие болезней, но и физическая, социальная и психологическая гармония человека. А также доброжелательные отношения с людьми, природой, наконец, самим собой.

***К показателям здоровья детей*** относятся:

-уровень физического и психического развития детей;

-степень сопротивляемости организма к болезнетворным влияниям;

-состояние основных функций организма, наличие или отсутствие хронических заболеваний, отклонений в раннем периоде развития (в течение беременности и родов, в период новорождённости).

К сожалению, в логопедической практике редко встречаются дети, которых можно назвать абсолютно здоровыми. Дети с речевыми недостатками отличаются от своих сверстников по показателям физического и психического развития. Им свойственны эмоциональная возбудимость, двигательное беспокойство, неустойчивость и истощаемость нервных процессов, лёгкая возбудимость, отсутствие длительных волевых усилий, отставание в развитии двигательной сферы, особенно на фоне остаточных проявлений органического поражения ЦНС в виде стёртых парезов, приводящих к двигательной неловкости, малому объёму движений, недостаточному их темпу и переключаемости. По состоянию двигательной сферы они бывают возбудимые (легко отвлекаются и нетерпеливы) и заторможенные. Скованные и некоординированные движения при выполнении движений, недостаточная координация пальцев рук особенно заметны у детей с дизартрическим компонентом, поэтому логопедам приходится исправлять не только речевой дефект, но и нормализовать психическое и физическое состояние ребёнка.

Образовательный процесс должен быть построен таким образом, чтобы качественное обучение и коррекция речевых отклонений учащихся происходили бы без ущерба их здоровью, а наоборот способствовали его укреплению. В основе организации коррекционно-педагогической деятельности лежат следующие принципы:

1. Создание условий, обеспечивающих снятие стрессобразующих факторов коррекционного процесса (личностно-ориентированный подход, доброжелательность).

2. Обеспечение мотивации коррекционной деятельности.

3. Построение коррекционно-образовательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций.

4. Создание созидательной атмосферы коррекционно-образовательного процесса.

5. Учет системного строения высших психических функций.

6. Создание ситуации успеха.

7. Обеспечение адекватного восстановления сил (смена видов деятельности и периодов активной работы и расслабления, предупреждение переутомления учащихся).

Сегодня я хотела бы познакомить вас с системой работы по сохранению здоровья обучающихся, которая реализуется мною на логопедических занятиях и предложить вашему вниманию те её составляющие, которые должны быть использованы и в работе воспитателя.

Здоровьесберегающие технологии, внедряющиеся в коррекционно-образовательный процесс, содержат следующие компоненты:

* + развитие артикуляционного аппарата (артикуляционная гимнастика);
  + развитие общей и мелкой моторики (арт-терапия);
  + укрепление и развитие дыхательного аппарата (дыхательная гимнастика);

***Артикуляционная гимнастика*** *способствует:*

* чёткому произношению звуков речи, что увеличивают скорость чтения, а также его качество (правильность и выразительность);
* снятию эмоционального напряжения, созданию положительного настроя на урок (если проводится в его начале как оргмомент);
* формированию навыков самоконтроля;
* улучшению кровоснабжения артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);
* улучшению подвижности артикуляционных органов;
* укреплению мышечной системы языка, губ, щёк;
* уменьшению спастичности (напряжённость) артикуляционных органов;

Включение физминуток (динамических пауз) и пальчиковых игр в структуру логопедических занятий и каждого занятия – необходимый компонент здоровьесберегающих технологий. Использование двигательных упражнений позволяет решить несколько задач:

• Способствует повышению речевой активности;

• Развивает речевые умения и навыки;

• Снимает напряжение, восстанавливает работоспособность;

• Активизирует познавательный интерес;

• Улучшает концентрацию внимания, снижает трудности переключения с одного вида деятельности на другой.

Упражнения, являющиеся органичным продолжением темы занятия, объединённые с другими заданиями единым сюжетом, способствуют продуктивной реализации целей и задач урока, повышают активность учащихся.

***Фонетическая ритмика*** – система двигательных упражнений, в которых различные движения (корпуса, головы, рук, ног) сочетаются с произнесением определенного речевого материала (звуков, слогов, слов, фраз). Цели, которые определяют занятия по фонетической ритмике, заключаются в том, чтобы: соединить работу речедвигательного и слухового анализаторов с развитием общей моторики; развивать фонематический слух и использовать его в ходе формирования и коррекции произносительных навыков. Все упражнения, содержащие движения и устную речь направлены на нормализацию речевого дыхания и связанной с ним плавностью речи; формирование умений изменять силу и высоту голоса, сохраняя нормальный тембр; правильное воспроизведение звуков и их сочетаний изолированно, в слогах, словах, фразах; восприятие, различение и воспроизведение различных речевых ритмов; умение выражать свои эмоции разнообразными интонационными средствами.

***Мелкая моторика (арт-терапия)***

Система работы по развитию мелкой моторики рук включает в себя пальчиковую гимнастику, графические диктанты, обводку шаблонов и штриховка изображений, игры в "сухом бассейне", с раздаточным материалом, песочная терапия (игры с сухим и мокрым песком "Найди игрушку" и т.д.) Помимо развития тонкой моторики пальцев рук, оказывает благоприятное воздействие на эмоциональное состояние ребенка.

Давно известна зависимость речи от степени подвижности пальцев рук (ввиду близости расположения речевых и двигательных зон в коре головного мозга, возбуждение, возникающее в двигательной области коры больших полушарий, передается на центры речевой моторной зоны и стимулирует артикуляцию). Именно поэтому во время тренировки пальцев непроизвольно развиваются органы артикуляции (речь ребенка становится отчетливой, исчезает «смазанность», нечеткость произношения). Слаженная и умелая работа пальчиков помогает развиваться речи и интеллекту, оказывает положительное воздействие на весь организм в целом.

***Арт-терапия*** — метод психокоррекции, направленный на гармонизацию внутреннего состояния личности, основанный на активизации творческого потенциала:

***Крупотерапия –*** это игры с крупой.

***Тестопластика*** – форма работы, способствующая эффективному речевому развитию детей, особенно с заключением ОНР.

***Ниткография*** — выкладывание с помощью шнурка или толстой нити контур. В логопедии этот приём можно считать одним из методов развития не только познавательной, но и речевой активности.

***Музыкотерапия***– это лекарство, которое слушают. Лёгкая спокойная музыка во время коррекционных занятий успокаивающе действует на нервную систему, приводит в равновесие процессы возбуждения и торможения.

***Сказкотерапия***

Общепризнано значительное воздействие на эмоциональную сферу детей сказки, которая вызывает у детей удивление, желание познавать, развивает у детей умение находить решение в нестандартных ситуациях, нацеливает на открытие нового и осознание своего опыта.

В ход занятия необходимо включать и ***дыхательную гимнастику*** (для формирования физиологического и речевого дыхания, повышающие физическое и интеллектуальное развитие учащихся, а так же для снятия мышечного напряжения).

Дыхательная гимнастика, используемая на логопедических занятиях- уникальный оздоровительный метод, способствующий насыщению кислородом коры головного мозга и улучшению работы всех центров. Для выработки хорошей дикции необходимо укрепить мышцы языка, губ, нижней челюсти, отработать речевое дыхание. Приступая к развитию речевого дыхания, следует прежде всего отработать бесшумный, спокойный вдох и сильный плавный ротовой выдох. Этому способствуют игры: «Сделай дорожку для Колобка» (на песке), «Посмотри на спящего медведя» (раздувание ваты), «Горка растаяла» (раздувание ватной горки», «Чья машинка быстро доедет до гаража?» (игрушки из киндер-сюрпризов).

Обучение детей правилам гигиены дыхания и навыкам его регуляции полезно и необходимо начинать с дошкольного возраста и продолжать в школе, так как с дыханием связаны: речь, движение, кровообращение, терморегуляция, обменные процессы в тканях, активность нервной и иммунной систем, биологические ритмы организма.

Также может применяться на занятиях и ***ароматерапия,*** для борьбы с утомляемостью и профилактики респираторных заболеваний:

1. Лавандовое масло – увеличивает работоспособность, помогает справиться с состоянием тревоги, стрессом и депрессией.
2. Эвкалиптовое масло – способствует оживлению умственной деятельности, укрепляет иммунитет, профилактика простудных заболеваний.
3. Кедровое масло – антисептическое, успокаивающее, тонизирующее средство, укрепляет иммунитет.
4. Апельсиновое масло – укрепляет нервную систему.
5. Гераниевое масло – помогает снимать стресс и состояние тревоги.
6. Розмариновое масло – улучшает память.

Здоровьесберегающая технология формирования правильного дыхания направлена на увеличение объема дыхания и улучшение качества движений дыхательной мускулатуры: силы сокращений и выносливости, что способствует улучшению обменных процессов, влияющих на акт дыхания; автоматизацию нижнее - реберного диафрагмального типа дыхания; регулирование дыхательного ритма; формирование навыка правильного дыхания для речи: полноценный вдох - пауза - удлинённый выдох; формирование темпо-ритмических характеристик речи.

На занятиях поддерживаю *доброжелательный психологический клима***т** (используются эмоциональные разрядки в форме шуток, веселых динамических, музыкальных минуток и т.п.)

Осуществляю *личностно-ориентированный подход в* коррекционном процессе. Занятия планируются и проводятся с учетом психофизиологии логопатов: учитываются гендерные особенности, тип нервной системы обучающегося (температмент), ведущий канал восприятия (визуальное, аудиальное, кинестетическое восприятие)

**Создание и соблюдение санитарно-гигиенических условий оптимальных для обучения**

* Регулярно выполняется гигиенический режим проветривания логопедического кабинета.
* Расстановка школьной мебели в логопедическом кабинете соответствует возрастным особенностям обучающихся.
* Учитывается состояние здоровья, физическое развитие обучающихся при рассаживании в кабинете.
* Кабинет оснащен необходимой мебелью, техникой, эстетически оформлен.

Итак, в результате  использования приемов здоровьесберегающих технологий, на логопедических занятиях корректируется  поведение и преодолеваются психологические трудности; повышается обучаемость, улучшаются внимание, восприятие; дети учатся рассуждать. И, что очень важно, ребёнок приобретает веру в себя, в свои возможности.

Таким образом, применение элементов педагогики оздоровления способствуют личностному, интеллектуальному и речевому развитию ребёнка.