Мелентьева Е.Г., учитель-логопед,

МБДОУ «Детский сад №5» г.

Усолье-Сибирское Иркутской области

**Здоровьесберегающие технологии в коррекционной работе**

**учителя-логопеда дошкольной образовательной организации**

За последнее десятилетие значительно увеличилось число детей с отклонениями в психическом и физическом развитии. Помимо врождённых отклонений у детей отмечается увеличение числа хронических заболеваний различных органов и систем. Дети имеют патологию развития опорно-двигательного аппарата, нарушения зрения и слуха, тяжёлые нарушения речи, задержку психического развития, нарушения интеллекта. Эти отклонения в развитии детей чаще всего имеют комплексный характер и редко проявляются изолированно друг от друга. Поэтому, одной из приоритетных задач дошкольного образования является формирование культуры здоровья в дошкольных образовательных учреждениях среди воспитанников и их семей.

Система работы специалистов, работающих с детьми с нарушениями в развитии, направлена на комплексное решение вопросов профилактики и компенсации здоровья. Наиболее эффективными средствами решения обозначенных задач являются здоровьесберегающие методы и приемы на фронтальных, подгрупповых и индивидуальных занятиях учителя-логопеда, без которых немыслим педагогический процесс современного дошкольного учреждения. Это специальные комплексы (физкультминутки, артикуляционные, мимические, дыхательные и зрительные гимнастики, приёмы самомассажа), направленные на компенсацию и сохранение здоровья детей. В структуре коррекционного занятия они имеют чрезвычайно важное значение: снижение мышечного напряжения, вызванного неподвижным состоянием, утомления кистей рук, переключение внимания с одной деятельности на другую, улучшение работы сердечно-сосудистой и дыхательной, систем, а также, успокаивают нервную систему и восстанавливают работоспособность детей. Система упражнений учитывает не только задачи по повышению двигательной активности детей, но и воспитательно-образовательные задачи. Так, веселые физкультминутки используются в работе с дошкольниками с самого раннего возраста. Они проводятся в игровой форме, с использованием стихов и потешек и способствуют формированию звуковой культуры речи, лексического запаса, лексико-грамматических представлений и т. д.

В коррекционной работе над звукопроизношением, учитель - логопед использует артикуляционную, мимическую гимнастики, формирующие необходимый артикуляционный уклад и точность движений, а также самомассаж, который восстанавливает силы уставших от напряжения мышц.

Дыхательная гимнастика также имеет огромное значение в системе коррекционной педагогики. Являясь важным средством для развития органов дыхания, дыхательная гимнастика решает ряд компенсирующих и коррекционных задач: укрепление диафрагмы, межрёберных мышц и мышц брюшного пресса; формирование умения регулировать силу, плавность и длительности вдоха и выдоха; формирование умения сочетать ритм и частоту дыхания со структурой движения, что особенно важно для детей с темпо-ритмическими нарушениями речи.

Для детей с ослабленным зрением и в целях профилактики нарушений зрения, обязательным компонентом в коррекционной работе является зрительная гимнастика, которая проводится как часть занятия, так и в комплексе с физкультминуткой на логопедических занятиях. Гимнастика для глаз имеет многоцелевое назначение: обеспечивает улучшение кровоснабжения тканей глаза, повышает эластичность и тонус глазных мышц и глазодвигательных нервов, укрепляет мышцы век, снимает переутомление зрительного аппарата, развивает способность к концентрации взгляда на ближних объектах, повышает способность зрительного восприятия и оценки объектов окружающего пространства, корректирует функциональные дефекты зрения.

При использовании разных видов гимнастики: зрительной, пальчиковой, двигательной – организм включает в работу дополнительные «динамические резервы» для преодоления усталости и переутомления. Упражнения данных видов гимнастики стимулируют способность к восприятию и переработке информации, улучшают функциональное состояние организма, повышают работоспособность. Затраты времени на упражнения разных видов гимнастики измеряются минутами, а польза от подобного рода деятельности для здоровья ребёнка неоценима.

Таким образом, использование различных видов гимнастик не только полезны и интересны детям, но и являются профилактикой первичных и вторичных дефектов развития.

Формирование культуры здоровья и здоровьесбережения в условиях дошкольного образовательного учреждения решается педагогами совместно с семьями воспитанников, для которых на информационных стендах в каждой возрастной группе размещены рубрики, освещающие вопросы оздоровления без лекарств. Родителям (законным представителям) детей с ограниченными возможностями здоровья предлагаются комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, органов слуха и зрения, для развития общей, мелкой и артикуляционной моторики в виде консультаций, буклетов, картотек, мастер-классов, различных игр с участием детей. Цель этих мероприятий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его.

В результате систематической целенаправленной комплексной работы учителя-логопеда и других специалистов, работающих с детьми с ограниченными возможностями здоровья, наблюдается улучшение соматических показателей здоровья дошкольников, формируются основы валеологического сознания и культура здоровья в целом, как у воспитанников, так и у их родителей (законных представителей).