

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка – детский сад № 51 «Солнышко»

г. о. Подольск Московская область

Проект «Говорим всегда красиво...»

**Здоровьесберегающие технологии в коррекционной
работе с дошкольниками.**



Автор проекта: учитель-логопед Белякова И.И.

В связи с выявлением устойчивой тенденции к существенному снижению показателей здоровья и темпов развития детей дошкольного возраста, возникает актуальность проблемы здоровьесбережения.

Учитывая тот факт, что работа учителя-логопеда в ДОУ предполагает коррекцию не только речевых расстройств, но и личности детей в целом,

возникла необходимость проведения комплексной оздоровительно-коррекционной работы с детьми старшего дошкольного возраста.

Среди наших воспитанников с проблемами в речевом развитии, высок процент тех, у кого имеются проблемы с развитием общей и мелкой моторики, памяти, внимания, а зачастую и мышления. Указанные особенности в развитии спонтанно не преодолеваются. Они требуют специально организованной коррекционной работы по исправлению не только речевого дефекта, но и созданию условий для нормализации физического и психического состояния детей.

Следовательно, возникает прямая необходимость использования здоровьесберегающих технологий. От того, насколько грамотно и эффективно построена здоровьесберегающая деятельность с детьми, зависит их интеграция в общество здоровых сверстников и социальная успешность в дальнейшей жизни.

Проект раскрывает эффективные традиционные здоровьесберегающие технологии и нетрадиционные методы и приемы в работе с дошкольниками, имеющими речевые нарушения.

Паспорт проекта

Название проекта	«Говорим всегда красиво...» Здоровьесберегающие технологии в коррекционной работе с дошкольниками.
Вид проекта	коррекционно-оздоровительный, открытый
Субъекты проекта	дети старшей и подготовительной группы 5 – 7 лет, педагоги ДОУ, родители
Сроки реализации	с 1 сентября 2016 по 30 мая 2018 г., долгосрочный
Цель проекта	создание и обеспечение оптимальных условий, направленных на сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей с речевыми нарушениями, повышение адаптивных возможностей детского организма
Задачи проекта	<ul style="list-style-type: none">• повышение умственной и физической работоспособности детей;• охрана нервной системы, снятие психического и нервного напряжения;

	<ul style="list-style-type: none"> • стимулирующие речевые зоны коры головного мозга; • формирование орального праксиса; • совершенствование общей, мелкой моторики и зрительно-пространственного гнозиса; • повышение резервов дыхательной системы; • профилактика нарушения зрения; • создание благоприятного эмоционального фона; • повышение интереса всех участников проекта к формированию основ здорового образа жизни.
Объект проекта	МДОУ ЦРР д/с № 51 «Солнышко» г.о. Подольск
Разработчик проекта	Учитель – логопед Белякова И.И.
Постановление об утверждении проекта	Решение Педагогического совета № 1 от 30.08.16 г. Протокол № 1
Орган, ответственный за контроль реализации проекта	Совет МДОУ ЦРР д/с № 51 «Солнышко»

Ожидаемые результаты:

- повышение работоспособности и выносливости воспитанников;
- повышение речевой активности;
- достижение каждым ребенком уровня речевого развития соответствующего возрастным и индивидуальным возможностям;
- формирование по возрасту всех высших психических процессов;
- повышения уровня моторного развития, формирования правильной осанки;
- снижение количества нарушений зрения;
- снижения уровня заболеваемости;
- повышение уровня социальной адаптации;
- сформированные представления, желание и стремление к здоровому образу жизни у всех участников проекта;
- повышение уровня профессионального мастерства педагогов ДОУ в вопросах здоровьесбережения.

Этапы реализации проекта

I. Подготовительный этап (сентябрь 2016 года)

- изучение и анализ литературы;
- сбор информации по проблеме.

II. Организационно – методический этап (сентябрь 2016-2017 уч. года)

- диагностика детей старшей группы;
- составление индивидуальных планов коррекционной работы;
- составление мониторинга состояния устной речи детей;
- разработка перспективного плана работы;
- выбор технологий, форм, методов и приемов для коррекционно-оздоровительной работы.

III. Основной этап (сентябрь 2016- 2017 уч. года - май 2017-2018 уч. года)

- выполнение перспективного плана;
- проведение фронтальных, подгрупповых и индивидуальных логопедических занятий;
- привлечение заинтересованных лиц (педагогов ДОУ, родителей);
- промежуточное обследование.

IV. Заключительный этап (май 2018 года)

- проведение мониторинга и диагностики воспитанников подготовительной логопедической группы;
- анализ проделанной работы (трудности и недочеты проекта)

Методическая реализация проекта

На основе «Программы обучения и воспитания детей с общим недоразвитием речи» Т.Б. Филичевой. Г.В. Чиркиной мною были составлены коррекционно-индивидуальные программы, адаптированные для каждого ребенка, согласно обследованию.

Основной формой моей логопедической деятельности являются занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное,

всестороннее развитие речевых и неречевых процессов, а также творческих способностей каждого ребенка. В начале каждого занятия мы вместе с детьми произносим правило для психологического настроя на работу: **«Говорим всегда красиво, чисто и неторопливо...»** Именно так я и назвала свой проект.

В своей логопедической работе наряду с традиционными методами (дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, психогимнастика, игры на развитие мелкой моторики, динамические паузы - физминутки, логоритмика, мышечная релаксация, гимнастика для глаз), я использую и нетрадиционные методы оздоровления (массаж кистей рук с помощью шарика Су-Джок, элементы самомассажа биологически активных зон лица и пальцев, пескотерапию, музыкотерапию, кинезиологические упражнения).

Традиционные методы здоровьесберегающих технологий

Основным направлением здоровьесберегающей деятельности является рациональная организация рабочего процесса. Коррекционные логопедические занятия в детском саду проводятся в режиме смены динамических поз, для чего используются мольберты, разноуровневое пространство в помещениях. Часть занятия ребенок может сидеть, часть стоять, тем самым сохраняется его телесная вертикаль. Использование этого метода позволяет сохранить работоспособность детей в течение всего времени занятия. После обеденного сна проводится «коррекционно-оздоровительный час», который включает в себя закрепление полученных на логопедических занятиях знаний с применением здоровьесберегающих технологий. Под руководством воспитателя дети выполняют комплекс упражнений артикуляционной гимнастики, пальчиковой гимнастики. Далее проводится индивидуальная работа с детьми по закреплению речевого материала.

1. Дыхательная гимнастика

Важнейшее условие правильной речи - это плавный длительный выдох, четкое ненапряженная артикуляция. Правильное дыхание очень важно для развития речи, так как дыхательная система – это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. Дыхательная гимнастика – ритмичные шумные вдохи и выдохи способствуют насыщению организма кислородом, улучшают

обменные процессы, психо - эмоциональное состояние, выводят из стресса, повышают иммунитет. Работа по преодолению нарушения речи носит комплексный характер и включает в себя «постановку» правильного физиологического и речевого дыхания. Для этого используются статические и динамические дыхательные упражнения, направленные на выработку умения дышать носом, на развитие ротового выдоха, умение дифференцировать носовой и ротовой выдох в момент произнесения звуков, слогов, слов, фраз.



Упражнения дыхательной гимнастики:

- ✓ Способствуют развитию и укреплению грудной клетки;
- ✓ Направлены на закрепление навыков диафрагмально-речевого дыхания;
- ✓ Необходимы для работы по коррекции звукопроизношения.

2. Артикуляционная гимнастика

Цель артикуляционной гимнастики – выработка правильных, полноценных движений и определенных положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные.

Регулярное использование артикуляционной гимнастики:

- ✓ Улучшит кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию, а также их подвижность;
- ✓ Укрепит мышечную систему языка, губ, щек;
- ✓ Научит удерживать определенную артикуляционную позу;
- ✓ Увеличит амплитуду движений;
- ✓ Уменьшит спастичность (напряженность артикуляционных органов);
- ✓ Подготовит ребенка к правильному произношению звуков.

Целенаправленные упражнения помогают подготовить артикуляционный аппарат ребенка к правильному произнесению звуков.



Работа по развитию основных движений органов артикуляционного аппарата включает в себя куклотерапию и сказкотерапию. Логопедические сказки для зарядки язычка очень хорошо воспринимаются детьми.

3. Психогимнастика

Специальные упражнения, направленные на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка. Дети учатся общаться без помощи слов, выражать переживания, эмоциональные состояния с помощью движений, мимики, пантомимики.



4. Развитие мелкой моторики.

Специалисты часто говорят, что **наша речь находится на кончиках наших пальцев**. Упражнения на развитие мелкой моторики являются мощным средством повышения работоспособности коры головного мозга. Зона отвечающая за движение рук в коре ГМ, находится рядом с речевыми центрами. Таким образом, развивая тонкие движения рук, мы стимулируем развитие речи ребенка.



В процессе логопедической работы была выявлена необходимость развития мелкой моторики в целях повышения эффективности коррекционной работы с детьми-логопатами.

Развитию мелкой моторики пальцев рук на коррекционных занятиях уделяется особое внимание, так как этот вид деятельности способствует речевому развитию, выработке основных элементарных умений, формированию графических навыков. Целесообразно сочетать упражнения по развитию мелкой моторики с речевыми упражнениями.

Виды работ по развитию мелкой моторики:

- ✓ Пальчиковые упражнения /гимнастика/;
- ✓ Пальчиковые игры /стихи, пальчиковый театр/;
- ✓ Игры с использованием сухого бассейна, ковриков «травка», иглболов, элементов конструктора, грецких орехов, ребристых карандашей.

Пальчиковый кукольный театр – набор различных персонажей, одевающихся на пальчики. В пальчиковый кукольный театр могут быть включены различные «декорации»: деревья, домик, репка и так далее.

Пальчиковый театр – занятие и интересное, и полезное, сочетание двух этих свойств – золотое правило всех развивающих упражнений. Чем раньше малыш узнает, что такое пальчиковый театр, тем раньше он заговорит.

Для учителей-логопедов развитие мелкой моторики, и в частности пальчиковый театр, помогает решить ряд очень важных задач:

- развивает точность и выразительность координации движений;
- стимулирует развитие внимания и памяти;
- повышает усидчивость и концентрацию внимания.

Пальчиковый театр – настоящая палочка-выручалочка, он рекомендован детям, при автоматизации звуков в речи.





Использование сухого бассейна

Занятия с разными видами круп развивают осязание детей, мелкую моторику, стимулируют процесс умственного и речевого развития.

1. Бассейн для пальчиков

- Прятать в крупе кисти рук;
- Прятать различные небольшие предметы/кубики, шарики, ракушки, шишки/. Потом находить их;
- Сжимать и разжимать в крупе кулачок;

2. Пересыпание/ из одной емкости в другую, используя стаканчики-вкладыши, различные ложки, совочки/;

3. Раскладывание фасоли, по ячейкам/ можно двумя пальчиками или при помощи большого пинцета используя формочки для льда/;

4. Сортировка фасоли или других круп по цвету, размеру;

5. Рисование на манке /рисе, гречке/

- Рисование пальцем по подносу с крупой простых объектов/круг, квадрат, солнышко, цветочек/
- Рисовать грабельками дорожки/прямые, волнистые, зигзагообразные/.



5. Динамические паузы.

Физиологическая сущность динамической паузы – переключение на новый вид деятельности, активный отдых. Динамические паузы (физминутки)

проводятся под руководством учителя-логопеда. Они направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции. Сочетание речи с определенными движениями под музыку (логоритмика), дает ряд преимуществ детям с речевыми нарушениями, развивая чувства ритма и координацию.

На своих занятиях я часто использую подвижные игры, упражнения с элементами логоритмики (Программа «Музыка с мамой» Сергея и Екатерины Железновых). Свобода и самостоятельность двигательной активности детей в ходе динамической паузы обязательно продумывается и планируется учителем-логопедом заранее. Комплексы для динамических пауз - физминуток подобраны согласно лексической теме недели. Как правило, проходят в середине занятия.



5. Мышечная релаксация

Релаксация – специальный метод, появившийся за рубежом в 30-40 гг., направлен на снятие мышечного и нервного напряжения с помощью специально подобранных техник.

Релаксация – произвольное или непроизвольное состояние покоя, расслабленности, связанное с полным или частичным мышечным расслаблением. Возникает вследствие снятия напряжения, после сильных переживаний или физических усилий. Бывает непроизвольной (расслабленность при отходе ко сну) и произвольной, вызываемой путем принятия спокойной позы, представления состояний, обычно соответствующих покою, расслаблению мышц, вовлеченных в различные виды активности.

Комплекс упражнений на релаксацию используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приемам расслабления различных групп мышц.

На логопедических занятиях мышечная релаксация используется для восстановления силы и снятия эмоционального возбуждения, успокоения детей во время занятий.

Может проводиться под спокойную музыку (музыкотерапия), которая способна привлечь внимание, заинтересовать, доставить удовольствие, эмоционально окрасить представление ребенка о мире.



6. Упражнения, направленные на профилактику нарушений зрения. Гимнастика для глаз.

Целью проведения зрительной гимнастики – является формирование у детей дошкольного возраста представлений о необходимости заботы о своем здоровье, о важности зрения, как составной части сохранения и укрепления здоровья. Для того чтобы, гимнастика для глаз была интересной и

эффективной, необходимо учитывать особенности развития детей дошкольного возраста. Гимнастика проводится в игровой форме, в которой дети могут проявить свою активность.

Гимнастика для глаз используется:

- Для улучшения циркуляции крови и внутриглазной жидкости глаз;
- Для укрепления мышц глаз;
- Для улучшения аккомодации (способности глаза человека к хорошему качеству зрения на разных расстояниях).



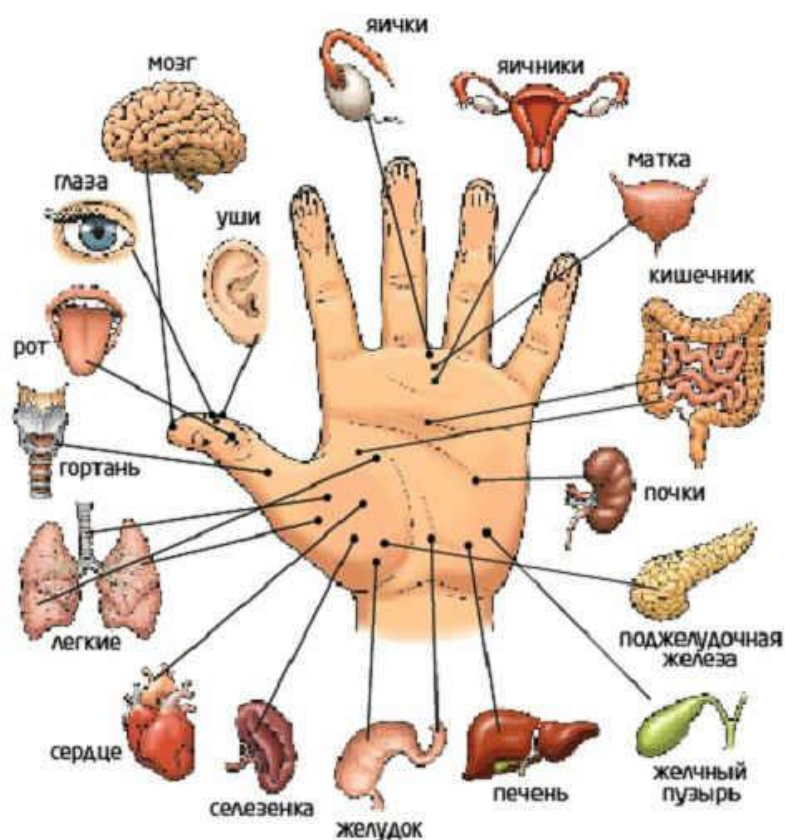
Нетрадиционные методы здоровьесберегающих технологий

1. Су-Джок терапия

Су-Джок терапия – одно из направлений ОННУРИ медицины, разработанной южно-корейским профессором Пак Чже Ву. В переводе с корейского языка Су- кисть, Джок- стопа.

Методика Су-Джок диагностики заключается в поиске на кисти и стопе в определенных зонах, являющихся отраженными рефлексорными

проекциями внутренних органов, мышц, позвоночника, болезненных точек соответствия (су-джок точки соответствия), указывающих на ту или иную патологию. Обладая большим количеством рецепторных полей, кисть и стопа связана с различными частями человеческого тела. При возникновении болезненного процесса в органах тела, на кистях и стопах возникают болезненные точки «соответствия» - связанные с этими органами. Находя эти точки, су-джок терапия может помочь организму справиться с заболеванием путем их стимуляции иглами, магнитами, мокасми (прогревающими палочками), модулированным определенной волной светом, семенами (биологически активными стимуляторами) и прочими воздействиями в зависимости от нужд выбранной методики лечения.



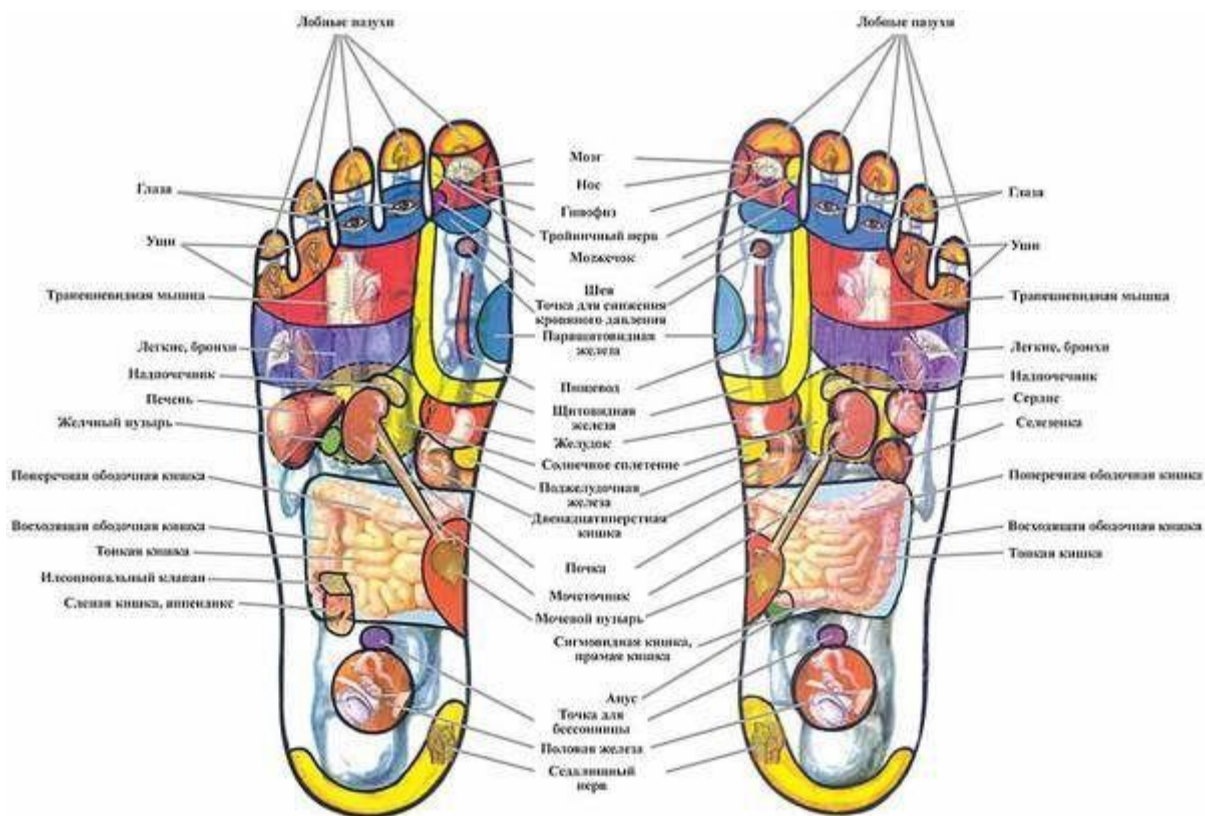


Схема рефлекторных зон на правой стопе

Схема рефлекторных зон на левой стопе



На наших коррекционных логопедических занятиях происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики Су-Джок, массажные колючие мячики – иглболы, грецкие орехи, колючие валики, коврики «травка»).





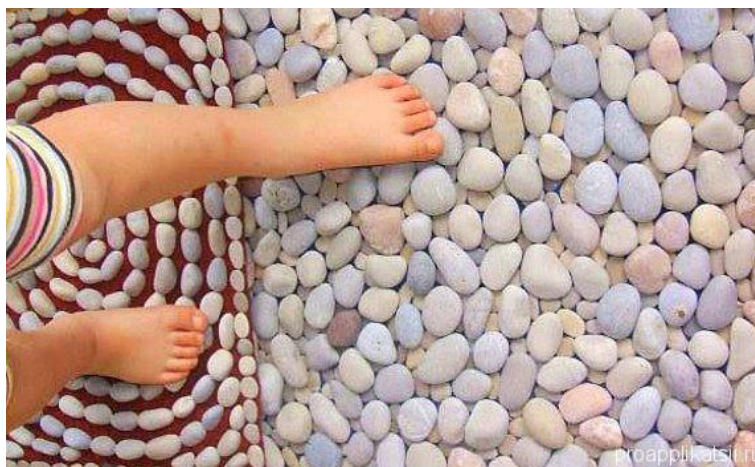
Используются также система упражнений японского ученого Йосиро Цуцуми. В нее вошло растирание подушечек пальцев, массаж ладонных поверхностей разными предметами: стеклянными разноцветными шариками «марблс», шестигранными карандашами. При выполнении этих упражнений в системе проявляются скрытые способности человека и расширяются границы возможностей его мозга.



Эффективен также и ручной массаж пальцев. Особенно важно воздействовать на большой палец, который повышает активность мозга. Потирание кончиков пальцев и ногтевых пластин успокаивает нервную систему. Массаж проводится до появления тепла. Такая работа предшествует заданиям, связанным с развитием графических навыков (рисованием и письмом).



Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, коврикам с пуговицами, эпликатором Кузнецова и т.д.



2. Массаж и самомассаж.

Массаж – это метод лечения и профилактики, представляющий собой совокупность приемов механического воздействия на различные участки поверхности тела человека. Механическое воздействие изменяет состояние мышц, создает положительные кинестезии, необходимые для нормализации произносительной стороны речи.

В комплексной системе коррекционных мероприятий логопедический массаж предваряет артикуляционную, дыхательную гимнастику. Правильный подбор массажных комплексов способствует коррекции произносительной стороны речи.

При системном проведении массажа улучшается функция рецепторов проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами.

Виды массажа, используемые в логопедической практике:

- Массаж и самомассаж лицевых мышц;
- Массаж и самомассаж кистей и пальцев рук;
- Плантарный массаж (массаж стоп);
- Аурикулярный массаж (массаж ушных раковин);
- Массаж язычной мускулатуры.

Самомассаж - это массаж, выполняемый самим ребенком, имеющим речевые нарушения. Самомассаж органов артикуляции активизирует кровообращение в области губ и языка. Ребенок сам выполняет приемы самомассажа, которые показывает ему взрослый.

Целью логопедического самомассажа является стимуляция кинестетических ощущений мышц, участвующих в работе периферического речевого аппарата и нормализации мышечного тонуса.

3. Аурикотерапия

Система лечебного воздействия на точки ушной раковины, которые проецируют все органы и системы человеческого организма (принцип как в Су-Джоке). Воздействие осуществляется путем массажа на ушной раковине (надавливание, растирание) до легкого покраснения и появления чувства тепла. Особенно полезно воздействие на противокозелок, соответствующий проекции головного мозга.

4. Кинезиологические упражнения.

Кинезиологические упражнения – это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие. Кинезиологическими движениями пользовались Гиппократ и Аристотель.

Кинезиологические упражнения развивают мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют развитию памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма.

Кинезиологические упражнения направлены на формирование и развитие межполушарного взаимодействия. С этой целью на логопедических занятиях используются упражнения «Кулак-ребро-ладонь», «Колечко» и др. А также упражнения, направленные на развитие точности движений пальцев и способности к переключению с одного движения на другое.

Все вышеперечисленные методы здоровьесбережения проводятся ежедневно, либо меняются в течение всей недели, что очень благоприятно влияет на развитие речи детей.

	упражнений.	воспитатель
Ноябрь 2016 г.	<p>1. Проведение индивидуальных, подгрупповых и фронтальных занятий с использованием здоровьесберегающих технологий.</p> <p>2. Для педагогов ДОУ представлена презентация и мастер-класс на тему: «Использование современных здоровьесберегающих технологий в коррекционно-образовательном процессе учителя-логопеда».</p> <p>3. Проведение коррекционных часов, включающих задания на закрепление дыхательной, артикуляционной гимнастики, самомассаж кистей и пальцев рук.</p>	<p>Учитель-логопед</p> <p>Учитель-логопед, воспитатель</p>
Декабрь 2016 г.	<p>1. Проведение индивидуальных, подгрупповых и фронтальных занятий с использованием здоровьесберегающих технологий.</p> <p>2. Консультация для воспитателей: «Игры в коррекции звукопроизношения. Работа воспитателя логопедической группы»</p> <p>3. Проведение коррекционных часов, включающих задания на закрепление дыхательной, артикуляционной гимнастики, массаж кистей и пальцев рук шестигранными карандашами.</p>	<p>Учитель-логопед</p> <p>Учитель-логопед, воспитатель</p>
Январь 2017 г.	<p>1. Проведение индивидуальных, подгрупповых и фронтальных занятий с использованием здоровьесберегающих технологий.</p> <p>2. Совместное логопедическое занятие для детей и их родителей на тему: «Звук С» с обучением конкретным приемам и методам здоровьесбережения.</p> <p>3. Проведение коррекционных часов, включающих задания на закрепление дыхательной, артикуляционной гимнастики, мышечную релаксацию.</p>	<p>Учитель-логопед</p> <p>Учитель-логопед, воспитатель</p>
Февраль 2017 г.	<p>1. Проведение индивидуальных, подгрупповых и фронтальных</p>	<p>Учитель-логопед</p>

	<p>занятий с использованием здоровьесберегающих технологий.</p> <p>2. Консультация для родителей по запросу.</p> <p>3. Консультация для воспитателей: «Роль сказкотерапии в коррекции речи».</p> <p>4. Проведение коррекционных часов, включающих задания на закрепление дыхательной, артикуляционной гимнастики, пальчикового массажа.</p>	Учитель-логопед воспитатель
Март 2017 г.	<p>1. Проведение индивидуальных, подгрупповых и фронтальных занятий с использованием здоровьесберегающих технологий.</p> <p>2. Открытое занятие для педагогов ДОУ на тему: «Перелетные птицы. Звук Ш»</p> <p>4. Проведение коррекционных часов, включающих задания на закрепление дыхательной, артикуляционной гимнастики, пальчикового массажа с грецким орехом.</p>	Учитель-логопед воспитатель
Апрель 2017 г.	<p>1. Проведение индивидуальных, подгрупповых и фронтальных занятий с использованием здоровьесберегающих технологий.</p> <p>2. Консультация для родителей: «Обогащаем словарь детей»</p> <p>3. Консультация для воспитателей: «Фонематического слух – основа правильной речи»</p> <p>4. Проведение коррекционных часов, включающих задания на закрепление дыхательной, артикуляционной гимнастики, пальчиковой гимнастики с элементом конструктора.</p>	Учитель-логопед воспитатель
Май 2017 г.	<p>1. Проведение индивидуальных, подгрупповых и фронтальных занятий с использованием здоровьесберегающих технологий.</p> <p>2. Итоговое открытое занятие для родителей: «Веселое путешествие в страну звука Ч» с использованием</p>	Учитель-логопед

	методов здоровьесбережения. 3. Проведение коррекционных часов, включающих задания на закрепление дыхательной, артикуляционной гимнастики, пальчиковой гимнастики с платочком. 4. Мониторинг устной речи детей.	Учитель-логопед воспитатель
Июнь 2017 г. Г. Москва	Приняла участие в научно-практической конференции «Эффективные здоровьесберегающие технологии в условиях специального и инклюзивного образования как ресурс повышения педагогического мастерства»	Учитель-логопед

Мероприятия, проведенные в рамках проекта:

- ✚ «Консультация учителя- логопеда для родителей дошкольного возраста» (Сентябрь 2016 г.)
 - ✚ Консультация для воспитателей: «Взаимосвязь развития речи и тонких дифференцированных движений пальцев и кисти рук» (Октябрь 2016 г)
 - ✚ Презентация и мастер-класс для педагогов ДОУ на тему: «Использование современных здоровьесберегающих технологий в коррекционно-образовательном процессе учителя-логопеда» (Ноябрь 2016 г.)
 - ✚ «Игры в коррекции звукопроизношения. Работа воспитателя логопедической группы» (Декабрь 2016 г.)
 - ✚ Совместное логопедическое занятие в старшей группе для детей и родителей. Тема: «Звук С» (Январь 2017 г.)
 - ✚ Открытое занятие для воспитателей с использованием здоровьесберегающих технологий: «Перелетные птицы. Звук Ш» (Март 2017 г.)
 - ✚ Итоговое открытое занятие для родителей: «Веселое путешествие в страну звука Ч» (Май 2017 г.)
- Проект открыт, частично реализован.